

Hoe je zelf 'feiten' creëert
Vier soorten feiten



Francis Gastmans

'Korte teksten' zijn inleidingen, stimulerende gedachten, smaakmakers, ideeën-verspreiders, twijfel-zaaiers. Het zijn geen gedachten met een definitief eindpunt, geen wetenschappelijk vastgelegde conclusies, geen academische teksten. Het zijn voorlopige resultaten van mijn persoonlijke studie, onderzoek en toepassingen. De inzichten, ervaringen en reflecties hebben voor mij inmiddels een bepaalde 'stevigheid'. Toch blijven ze een stap op mijn nooit eindigende zoek- en vindtocht en dus kunnen de gedachten die hier staan morgen weer worden bijgeschaafd. Na wijziging krijgt een tekst een nieuw versie-nummer.

Hoe je zelf 'feiten' creëert - Vier soorten feiten

Tekst en vormgeving: Francis Gastmans

Versie 23.4 - februari 2026

© Francis Gastmans

[https://franciscastmans.com/
franciscastmans@icloud.com](https://franciscastmans.com/franciscastmans@icloud.com)

Je mag al de teksten op de website vrij gebruiken. Meer nog, het doel van het delen van mijn gedachten is dat je ze zou gebruiken om daarmee kritisch-onderzoekend je inzichten en die van anderen onder de loep te nemen. Gelieve wel respect te hebben voor het copyright en steeds mij als bron te vermelden wanneer je een stukje kopieert. Dank je.

Eerst even praktisch

Ik denk en schrijf op de praktijk gericht en voel me verbonden met enkele praktisch denkers in het oude China (Zhuang Zi, taoïstisch denker) en in het oude India (Nāgārjuna, boeddhistisch filosoof, De Weg van het Midden).

Ik schrijf in gewonemensentaal, vermijd zoveel mogelijk filosofisch of technisch jargon, en tegelijkertijd let ik er op dat ik overal zorgvuldig spreek en waar nodig nauwkeurig. Alle begrippen en woorden zijn een conventie, louter een afspraak, dus jij en ik kunnen best van mening verschillen over woorden. Daarenboven *beleven* jij en ik woorden anders dan de definitie in een woordenboek aangeeft. Waar nodig zal ik verduidelijken hoe ik bepaalde woorden gebruik.

Voor de verwijzing naar personen gebruik ik ‘hij / zijn’ en ‘zij / haar’ willekeurig door elkaar (tenzij het uitdrukkelijk om een man of een vrouw gaat); dit betekent dat je de verwijzing in de meeste gevallen gewoon kunt ruilen of vervangen door bv. ‘hen / hun’.

Bij het schrijven van deze tekst diende ik vaak te verwijzen naar ideeën die ik heb uitgewerkt in andere ‘Korte teksten’. In plaats van louter te verwijzen, zet ik soms een korte toelichting als — *tussenstukje* —. Deze tussenstukjes onderbreken even de doorlopende tekst. Toch zal ik nog steeds verwijzen naar andere teksten, omdat die je uitgebreidere informatie bieden. Dan staat er ‘Lees meer in’¹

Veel lees- en leergenot

Francis Gastmans

¹ Je vindt de teksten op mijn website <https://franciscastmans.com/korte-teksten/>

Inhoud

1. Wat heb jij met ‘feiten’?	1
2. Wat en hoe neem je waar?	8
Enkele bedenkingen bij de actie ‘waarnemen’	
Waarnemen is een relationele activiteit	
Waarnemen als relationele vaardigheid	
Perspectieven van waaruit wordt waargenomen	
Vijf perspectieven van waaruit waar te nemen	
Wat betekent ‘subjectief’ en ‘objectief’?	
Je leeft in een ‘mensen-werkelijkheid’	
3. Feiten nader bekeken	34
Wat zijn ‘feiten’?	
Een grondpatroon beïnvloedt wat voor jou ‘feiten’ zijn	
Aspecten van ‘feitelijkheid’	
Zijn er grenzen aan de ‘feitelijkheid’?	
4. Vier soorten feiten	50
1. Persoonlijke ervaringen als feiten	
2. Feiten van een groep of gemeenschap	
3. Feiten gebaseerd op gedocumenteerde praktijk	
4. Streng onderzochte feiten	
Een vijfde soort ‘feiten’? Voorlopige feiten	
Feiten opwaarderen	
Wat met ‘sacrale feiten’?	
Wat met valse feiten? Wat met leugens?	
5. Hoe je zelf ‘feiten’ creëert	62
Twee ‘zelven’?	
Je ervarend zelf en je verhalend zelf	
Je ‘zelf’ is een proces van ervaren en verhalen vertellen	
Tien acties van je verhalend zelf creëren samen een ‘feit’	
De tien acties nader bekeken	

6. Communicatie met en over ‘feiten’	87
Feiten zijn een onderdeel van je communicatiesysteem	
Alle ‘feiten’ zijn waardevol	
Hoe we ‘feiten’ gebruiken en manipuleren	
Strijden om de feitelijkheid van de feiten?	
7. Je leeft dankzij verhalen	96
Gevoelens sturen het proces	
Je leeft van verhalen niet van feiten	
We verwerven en delen inzicht via verhalen	
Verhalen zijn niet de ‘werkelijkheid’	
Vormen de vele verhalen een geheel?	
8. Wat is ‘waarheid’?	105
Het begrip ‘waarheid’ en je levenshouding	
De vier waarheden van Albie Sachs	
Meerdere soorten ‘waarheden’?	

1. Wat heb jij met ‘feiten’?

Wanneer verwijst je naar ‘feiten’? Wanneer en hoe gebruik je ‘feiten’? In welke situaties vecht je bepaalde ‘feiten’ aan? Wat zet je aan om bepaalde beweringen streng te onderzoeken, te factchecken? Welk soort feiten zijn dit? Zijn het ‘harde feiten’ die men je aanreikt of niet? Op welke vaststellingen en gegevens baseren deze beweringen zich? Op welke vraag beweren de aangereikte feiten een antwoord te geven? Je verschilt snel van mening over of iets - voor jou en voor de ander - een ‘feit’ is of niet. Over welke soort ‘feiten’ hebben jullie het dan, harde of zachte?

Je kunt gewoon niet zonder ‘feiten’. Je gebruikt ‘feiten’ alle dagen, op vele momenten van de dag. Je hebt ze nodig om helder te denken, om iets te onderzoeken, om keuzes te maken, om problemen op te lossen, om te argumenteren, om in debat te gaan en te discussiëren, om kritische vragen te stellen, om iets te produceren en te verkopen, enz. Het zijn overwegend praktische situaties met *functionele* vragen.

Er zijn andere situatie en andere vragen waarbij het niet zinvol is om streng op ‘feiten’ te wijzen of die aan te reiken op zoek naar een afdoend antwoord. Dat zijn bv. overwegend *filosofische* of *religieuze* vragen. De filosofische vraag “*Wat betekent ‘gelukkig zijn’ voor jou, hoe beleef je dat?*” kan je niet beantwoorden met het geven van ‘harde feiten’. Heb je die wel? Verwijzen naar het woordenboek om aan te geven hoe het begrip ‘gelukkig’ wordt ingevuld lost in dit geval niets op want er wordt gevraagd naar een *persoonlijke* invulling van het woord. Je kunt wel voorbeelden aanreiken van momenten of situaties waarin jij je ooit gelukkig voelde. Je kunt wijzen op het gedrag dat jij toonde toen je je op een keer gelukkig voelde. Op zulk moment is het goed om een onderzoekje te doen rond wat - voor jou - ‘gelukkig zijn’ betekent: welke *betekenissen* heeft het woord voor jou, hoe *beleef* jij het en welke *beelden* passen er voor jou bij?

“Dit is voor mij geen ‘feit’, dat noem ik een veronderstelling!”

“Dit zijn voor mij valse feiten! Jij liegt gewoon, jouw aanduiding ‘alternatieve feiten’ is een valkuil!”

Om misverstanden en discussies te voorkomen is het goed om aandacht te hebben voor de diverse aspecten van communicatie:

alle woorden die we gebruiken zijn conventies, elke invulling van een woord is bijgevolg betwistbaar, dus ook het woord ‘feit’; we vullen de begrippen en de woorden vaker anders in dan de ander en dus zijn misverstanden de gewoonste zaak; we communiceren meer onbewust dan bewust, meer non-verbaal en beeldend dan verbaal; de inhoud van wat we communiceren is vaak minder belangrijk dan wat we uitdrukken over hoe we de ander zien, hoe we onszelf zien en hoe we denken dat de ander ons ziet; we drukken niet alleen gedachten uit maar tegelijk onze emoties; bij veel communicatie gaat het niet om wat letterlijk wordt gezegd maar om de relatie en om daarbinnen macht en invloed te willen hebben; we gaan meestal slordig om met de diverse talen, vooral met de woordentaal die we gebruiken, we houden het overwegend bij dagelijks taalgebruik; we hebben vooral oog voor ons eigen belang en minder voor het gemeenschappelijk belang en weinig of niet voor het belang van de ander.

Je hebt wellicht in je leven momenten ervaren waarin je duidelijk voelde “Ik weet het zeker, zo is het.” of “Ik weet het, nu vallen alle puzzelstukjes op hun plaats.” zonder dat je duidelijk kunt verwijzen naar feiten (harde of zachte). Je laat dan alle speculaties los over “Hoe dan?” en “Waarop steun je?” Je vertrouwt op je ‘weten’ en op je ‘aanvoelen’ en op je ‘beleven’. Dit soort ‘weten’ is erg waardevol in het leven.² Dit ‘weten’ komt in deze tekst niet aan bod.

Hier focus ik me *op het moment dat iemand een ‘feit’ in het midden legt, hoe je ze waarneemt, op wat ‘feiten’ werkelijk zijn, waar ze vandaan komen en hoe je er constructief mee omgaat.*

² Een pad-vindend mens gebruikt dit ‘weten’ vaker om zijn volgende stap te vinden en te zetten. Je leest hierover meer in het boek *Pad-vindend leiderschap*.

Het onderscheid tussen begrippen en woorden

Een *begrip* is van een niveau dieper dan het *woord*, want het woord is slechts een van de vele mogelijke manieren om een begrip uit te drukken. Wel is er steeds een taal nodig (een van de vele woordentalen, non-verbale talen of beeldende talen) om een *begrip* te laten verschijnen en communiceerbaar te maken.³ We kunnen het niet hebben over een begrip zonder een taal. Maar daarmee valt het begrip nog niet samen met één specifieke uitdrukkingswijze.

Een voorbeeld: het Nederlandse *woord* 'stoel' (of in een andere woorden-taal: chair, chaise, silla, sedia, καρέκλα, आसन्द of कुर्सी, ...) is een van de vele mogelijkheden om het *begrip* 'stoel' of 'zit-ding' uit te drukken. Je krijgt een gevoel voor het onderscheid tussen het *begrip* en de ver-taal-ing (bv. via het *woord* 'stoel') wanneer je het begrip achtereenvolgens vertaalt in meerdere *talen*, bv. in de non-verbale talen en de beeldende talen. Zo kan je het *begrip* 'stoel' of 'zit-ding' op vele manieren helder uitdrukken en communiceren; je kunt het *tekenen, boetseren, schilderen, beeldhouwen, uitbeelden met mime of gebaren, dansen, een foto, een film of een video tonen, met klanken aangeven, een symbool of een teken ontwerpen*.

Zijn alle stoelen gewoon 'stoel'? Welke bijzondere stoel komt jou voor ogen wanneer het woord 'stoel' klinkt? (bv. de stoel waarin je grootmoeder of grootvader altijd zat). Hoeveel soorten 'stoelen' zijn er en hoeveel vormen? Het woord 'stoel' is een verzamelnaam voor allerlei specifieke voorwerpen om op te zitten. Wanneer je alle uitdrukkingswijzen samenbrengt, ga je ervaren dat het *begrip* 'stoel' of 'zit-ding' niet volledig wordt uitgedrukt met het *woord* 'stoel' of evenmin alleen met een uiting in een van de andere talen. Het *woord* 'stoel' is een van de pogingen om het *begrip* 'zit-ding' gestalte te geven in de communicatie.

³ Meer uitgebreid over 'begrippen' in *Talen en taalgebruik*

— Je ‘spreekt’ meerdere talen —

In je dagelijkse communicatie gebruik je het woordje 'taal' voor een woordentaal en bij het woord ‘talen’ verwijst je naar de verschillende woordentalen (Nederlands, Frans, Engels, enz.). We weten echter dat de non-verbale talen een grotere invloed hebben in de communicatie en dat daarnaast de beeldende talen schromelijk worden onderschat. Elke dag hanteer je meerdere talen naast en tegelijk met de woordentaal: de non-verbale talen, de beeldende talen, de codetaal van de jongeren, de taal van de wiskunde, enz. Je bent je er alleen niet van bewust en je doet het meestal ‘ongeschoold’. Je leeft echter in meerdere ‘werelden’ tegelijkertijd en daardoor in meerdere talen. Al deze talen kan je leren en gepast inzetten. Al deze talen hebben een eigen woordenschat of tekenschat of beeldenschat en vaak een eigen grammatica. De moeilijkheid voor het gebruik van deze talen is dat je niet hebt geleerd hoe ze in te zetten en hoe ze te begrijpen wanneer iemand zo tegen je ‘spreekt’. Je dient deze talen te leren, net zoals je een vreemde woordentaal moet leren wil je in het buitenland vlot met iemand kunnen praten. Klik [hier](#) om de afbeelding te downloaden.



— *Taal = Betekenis + Beleving + Beeld* —

Je spreekt dan misschien wel met definities in je hoofd maar *je leeft niet met definities*. Je woorden drukken een *betekenis* uit voor jou, daarbij *beleef je de woorden* en heb je een innerlijk *beeld*.

De definitie van een woord of non-verbale uitdrukking is een formele erkenning binnen de gemeenschap die een specifieke taal gebruikt. Ze krijgt uitdrukking binnen de cultuur waar de taal die je hanteert (woorden of gebaren of rituelen) werd geconcipieerd en in leven gehouden. Een definitie is niet hetzelfde als de betekenis die jij geeft aan een begrip, een woord, een beeld.

De betekenis houdt verband met hoe jij een begrip, een woord of een beeld beleeft, en dat houdt rechtstreeks verband met je waarden, je uitgangspunten, je zingeving. Je geeft niet één keer een betekenis aan een woord en behoudt dit dan voor de rest van je leven, nee, bij communicatie is er een continu proces van betekenisconstructie van de begrippen en de woorden, afhankelijk van de context.

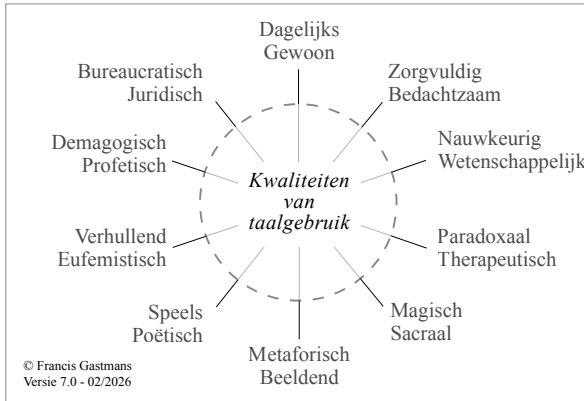
Bij de beleving van de verschillende uitdrukkingsvormen gaat het om de aangeleerde gevoeligheden in de cultuur waarin die talen worden gebruikt en de wijze waarop ze worden ingezet, herkend en erkend. Ieder woord of uitdrukking is immers verbonden met ervaringen, associaties en gevoelens.

Tegelijk wordt bij het gebruik van een taal de ver-beeld-ing opgewekt, je reageer innerlijk met een beeld, door beeld-vorming. Zeker wanneer een betekenisvol verhaal wordt verteld.

Het communiceren met beelden is de oudste vorm van communicatie, veel ouder dan de communicatie met woorden. Afhankelijk van de context, je publiek en je intenties zal je meer gewicht geven aan de definitie of de betekenis van je woorden en gebaren dan aan de beleving of de beeld-vorming die erbij hoort. Toch werken ze steeds alle drie samen wanneer jij gedachten communiceert.

— Taalgebruik —

Ik onderscheid *tien 'kwaliteiten'* waarmee je *elke* taal kunt hanteren zowel de woordentalen als de non-verbale en de beeldende talen.



In het *dagelijks taalgebruik* let je niet zo strikt op je woorden. Er wordt zonder meer aangenomen dat iedereen wel begrijpt wat jij bedoelt met een woord. Het 'dagelijks gesprek' is een handig middel, een snelle eerder oppervlakkige uitwisseling van meningen en gevoelens, met voornamelijk een sociaal of relationeel doel. Het is handig om eenvoudige informatie door te geven. Je waarnemen is zoals je spreekt: eenvoudig en slordig.

Wanneer je *zorgvuldig communiceert*, gebruik je je woorden, gebaren en beelden bedachtzamer. Je kiest uit een uitgebreidere woordenschat. Je wikt en weegt je woorden, je nuanceert veel meer. Je gebruikt meer gebaren en beelden en doet dat op een meer voorzichtige manier. Je schildert je ervaringen af met meer kleuren en schakeringen. Je spreekt en beweegt trager. Je last stiltes en pauzes in en laat toe dat er onderweg - tijdens het spreken of schrijven of uitbeelden - wordt nagedacht. Je hebt oog voor de effecten van je communicatie, je hebt meer aandacht voor de reactie van de ander. Om zo te kunnen spreken ga je aandachtiger waarnemen en je 'gegevens' nog eens controleren. Je bekijkt de zaken makkelijker vanuit meerdere invalshoeken. Je hebt bijgevolg ook oog voor het onderscheid met wat de ander in het midden legt als 'feiten'.

Je kunt ook *nauwkeurig* zijn in het gebruik van woorden, tekens, beelden en uitdrukkingen. Dan zal je je woorden en tekens uitdrukkelijk definiëren of scherp omschrijven. Je weet immers dat woorden louter conventies zijn en dat het geen zin heeft te discussiëren over de exacte definitie. Je besteedt veel zorg aan de correcte formulering van je gedachten. Je hebt nog meer aandacht voor je non-verbale communicatie en de beelden die je gebuikt. Je wikt en weegt je woorden en kiest ze bedachtzaam. Je zult waar nodig nieuwe woorden samenstellen die nauwkeuriger je gedachten weergeven. Je spreekt nog trager. Je schrijft, schrapt, herschrijft, schrapt en herschrijft. Je legt je formuleringen voor aan anderen om met meer zekerheid te weten dat je goed wordt begrepen en de juiste woorden hebt gekozen.

Op dezelfde manier zal je waarnemen: nauwkeurig, wikken en wegen, controleren, vergelijken met de waarnemingen van anderen, niet snel oordelen, geen snelle conclusies trekken.⁴

⁴ Meer over taalgebruik in *Talen en taalgebruik*

2. *Wat en hoe neem je waar?*

Enkele bedenkingen bij de actie 'waarnemen'

Voor het aanwijzen van 'feiten' wordt verwezen naar waarnemingen of vaststellingen. Theoretische constructies of veronderstellingen worden door de meeste mensen niet als 'feiten' beschouwd. Wat het 'waarnemen' betreft maak ik alvast een aantal kritische bedenkingen. Ik maak ze niet omdat het 'waarheden' zijn maar omdat je kritisch zou kijken naar hoe jij en anderen waarnemen en hun waarnemingen 'feiten' noemen.

Het begrip 'waarnemen' slaat in deze tekst op acties van alle zintuigen; dus niet alleen van de vijf klassieke: horen, zien, ruiken, voelen en proeven. De mens beschikt immers over veel meer zintuigen.

- In je dagelijks leven ga je er van uit dat je ziet wat je ziet (of, meent dat je dat ziet), hoort wat je hoort, enz.. Je gaat bij het waarnemen niet uit van de beperkingen van je zintuigen en van je inzichten. Nochtans zijn er voldoende wetenschappelijke studies die aantonen dat een mens *geen* 'helder' zicht heeft, *geen* 'helder' gehoor, *geen* 'helder' gevoel, enz. Dit is uiteraard niet vreemd omdat je de mate van je beperkingen bij het waarnemen moeilijk zelf kunt waarnemen. Je onderzoekt niet je eigen oog terwijl je met het oog waarneemt. Je hebt andere mensen en andere methodes nodig om daar achter te komen. Elke persoon is beperkt in zijn waarnemingsvermogen. Bepaalde dieren kunnen scherper horen, zien, aanvoelen, enz. Het voordeel van de homo sapiens is wel dat hij de verschillende waarnemingsorganen op elkaar kan afstemmen indien hij dit oefent (!) én in interactie gaat met anderen die anders waarnemen.

- Een tweede bedenking die verband houdt met het eerste: je gaat er van uit dat wat je waarneemt (ziet, hoort, ...) *aanwezig is zoals jij het ziet*; dat het 'bestaat', dat het er 'is'. Je twijfelt er niet aan dat

wanneer je een boom ziet, dat die ook werkelijk aanwezig is, zeker wanneer je de boom kunt benaderen en betasten. Je gaat er echter van uit dat zoals jij de boom ziet en het benoemt, dat dit ook de boom ‘is’ zoals hij ‘*bestaat*’. Nog een stap verder: je meent dat wat je ziet er *helemaal is zoals jij het waarneemt*, wat jij ziet is ‘de volledige boom’ (... zoals jij die wil zien!).

“Wat we waarnemen is niet de natuur op zich, maar de natuur zoals die zich aan onze methodes openbaart.”⁵

Met een *systemische* blik⁶ kan je echter tot het inzicht komen dat wat je ‘boom’ noemt slechts één aspect is van het levend wezen dat je ontmoet en dat het interactiesysteem tussen jullie zeer veel elementen - zowel van de boom als van jou - met elkaar verbindt.

- Een derde bedenking: door de gewone manier van beschouwen (de *lijnig* blik⁶) onderscheidt je de fenomenen maar breng je ook scheidingen aan; je deelt de wereld in in vakjes (een boom is geen struik, geen vogel, geen ...; een beuk is geen eik, geen populier, geen ...). Dat doe je bijvoorbeeld ook met je zintuigen. Wanneer je ziet gebruik je je ogen, toch? Door de klassieke wetenschappelijke onderzoeksmethodes wordt dit bevestigd: wanneer het onderzoek gaat over ‘zien’ focust men enkel op de ogen en op de gebieden in de hersenen waarvan men meent dat die te maken hebben met zien. Dat bij ‘zien’ steeds je andere zintuigen betrokken zijn, dat je maar echt kunt ‘zien’ dankzij het feit dat andere zintuigen meewerken, daar hou je geen rekening mee. Het ‘zien’ van blinden hoort niet bij het ‘zien’ van niet-blinden. Wanneer wordt gezegd dat blinden ‘zien’ wordt de

⁵ Werner Karl Heisenberg (1901-1976) een van de grondleggers van de quantum-fysica. Hij kreeg daar in 1932 de Nobelprijs voor Natuurkunde voor.

⁶ Het hoofdstuk FEITEN NADER BEKEKEN - *Je grondhouding bepaalt wat jij beschouwt als ‘feiten’*

term in dit geval overdrachtelijk gebruikt en niet letterlijk, is je overtuiging.

- Een vierde bedenking: bij het waarnemen beschouw jij jezelf als een *buitenstaander*. Je gaat er van uit dat wat je waarneemt ‘subjecten’ of ‘objecten’ zijn die zich *buiten* jou bevinden én dat de wijze waarop je waarneemt geen invloed heeft op datgene wat je waarneemt en, omgekeerd, dat het waargenomene geen invloed heeft op hoe en wat je waarneemt. Niet alleen de quantummechanica heeft hier andere vaststellingen, ook vanuit een ander grondpatroon (de *lemniscatisch* blik) is er de duidelijke vaststelling dat je de waarnemer, de waarnemingsorganen, de actie van het waarnemen en dat wat wordt waargenomen wel kunt onderscheiden maar niet kunt scheiden, ze vormen niet alleen één systeem, ze zijn *interafhankelijk*.

- Je neemt niet waar zoals een machine registreert, je vertrekt steeds vanuit je overtuigingen, je geloof, je vanzelfsprekendheden, waarden, normen én van je betrokkenheid bij wat je waarneemt. Om met dit laatste te beginnen, je waarneming verschil afhankelijk van de mate waarin je betrokken bent. Het maakt voor iedere waarnemer verschil of ‘een kind’ moet worden geobserveerd dan wel het *eigen* kind. Je neemt steeds waar door een *gekleurde bril*. Niemand kan waarnemen vanop een neutraal standpunt. Daardoor gebeurt het vaak dat jij ‘iets’ ziet wat anderen - die andere overtuigingen hebben - niet kunnen zien én omgekeerd jij kunt niet zien wat zij zien.

- Aansluitend op het vorige punt, waarnemen heeft een *ethische kleur*. Zowel de keuze van het waarnemen, de keuze van wat je wilt waarnemen, de wijze waarop je waarneemt als je relatie met wie of wat je waarneemt, toont je ethische houding op dat moment. Je zintuigen zien steeds met een *gevoel* van ‘juist’ en ‘fout’, van ‘betrokken’ en ‘niet betrokken’, ‘ik hier’ en ‘dat daar’, ‘ik kies er voor’ en ‘dit is mijn opdracht’. Het gaat meestal om een gevoel omdat je zelden bewust nadenkt over je ethische houding alvorens waar te nemen, maar in feite gaat het om een reeks keuzes.

- Een zevende bedenking: hoe je tijdens en na het waarnemen de fenomenen *benoemt* en *beschrijft* beschouw je als overeenstemmend met wat je hebt waargenomen. Je benoemt wat je waarneemt met een woord of toont het met een teken, een symbool, een foto, een video of een verslag, en gaat er in je communicatie verder van uit dat je niet alleen *verwijst* naar wat je hebt waargenomen maar dat het fenomeen zich kenmerkt, zelfs ‘*is*’, zoals je het benoemt of beeldend uitdrukt. Een boom ‘*is*’ een boom wanneer je ‘boom’ zegt. Al snel vergeet je dat woorden en beelden slechts een conventie zijn om naar de dingen te kunnen verwijzen en niets zeggen over hoe de dingen ‘*zijn zoals ze werkelijk zijn ... voor zichzelf*’!

- Een laatste bedenking: Meestal beperk je het *ver-talen* van je waarneming tot wat je meent ‘objectief’ te kunnen vaststellen. Om het even welke taal je kiest, je vertelt echter meer. In elke uitdrukking schuilt én een betekenis én een beleving én een beeld. Deze drie aspecten zijn niet steeds uitdrukkelijk en onmiddellijk duidelijk in je communicatie, maar ze zijn er wel. Dit leert je dat ‘feiten’ niet enkel gegevens zijn die ‘neutraal’ kunnen worden gemeten en verwerkt, maar dat ze steeds een *betekenis* hebben binnen een context, voor jou, en dat het een andere betekenis kan hebben voor al wie jouw communicatie ontvangt.

— Je zintuigen en wat je er mee doet. —

Bij ‘zintuigen’ denk je meer dan waarschijnlijk aan de vijf zintuigen: oren, ogen, neus, tong en handen/huid. Daarmee kan je horen, zien, ruiken, smaken en tasten. Daarnaast is er het *evenwichtsorgaan* dat je helpt om voortdurend je evenwicht te vinden bij al je trage en vooral snelle bewegingen. Loop over een gevallen boomstam die over een beek ligt en je voelt dat je met dat orgaan waarneemt. Voor Zhuang Zi (de daoïst, 4e eeuw BCE) is *aandachtzaam handelen* (mindfulness) een zintuigelijke actie, het handelend waarnemen. Voor boeddhisten is *bewustzijn* of geest ook een zintuigelijke actie. Dat ligt dicht bij de overtuiging dat *denken* een zintuig is.⁷ Verder slaat *proprioceptie* op de waarneming van de houding- en bewegingszin via zintuigen in je spieren en gewrichten. Dit voel je bv. wanneer je struikelt en je je lichaam snel terug ‘bijeen pakt’. De *interoceptie* (van binnenuit waarnemen) biedt je waarnemingen door weefsels in je lichaam (bv. wanneer je voelt dat je dringend moet plassen). Met de *thermoceptie* ben je in staat om de temperatuur waar te nemen rondom jou. Daartoe gebruik je de thermoreceptoren. Pijn ervaar je dankzij de *nociceptie* via de nocireceptoren in de huid, je gewrichten en je interne organen. Het *hart* werkt eveneens als een zintuig. Het hart kan bv. het onderscheid maken tussen ‘medelijden’, ‘medeleven’, ‘medevreugde’, ‘empathie’ en ‘mededogen’.⁸ Het hart heb je nodig om invoelend te luisteren en te begrijpen vanuit het ganse relatie- en interactiepatroon.

Dat ontdek je niet met je hoofd, niet met je intellect en niet louter met je ogen. Om het hart als zintuig te ontdekken dien je te leren je aanpak te verbreden. Van een louter intellectuele, rationele en technische aanpak dien je de dichtkunst, de beeldende kunsten, de bewegingskunsten en de ambachten in te schakelen. Je dient met je volledige lichaam waar te nemen niet enkel met je hoofd.

Voor veel mensen is naast het hart hun *buikgevoel* een betrouwbaar zintuig. En hoe werkt *intuïtie* en hoe werkt *telepathie*?

⁷ De Duitse filosoof Markus Gabriel pleit er sterk voor het denken als zintuig te beschouwen: *De zin van denken*, Boom 2019

⁸ Meer in de korte tekst: *Medeleven Empathie Mededogen*

Waarnemen is een relationele activiteit

*Waarnemen is niet iets dat ons overkomt of dat gebeurt
binnen in ons. Het is iets wat we doen.⁹
We zijn er op vele manieren actief bij betrokken.*

Het is niet omdat je je ogen open houdt en je kijkt dat je ziet; het is niet omdat je oren hebt en je iets hoort dat je luistert; het is niet omdat je neus niet verstopt is en je geen verkoudheid hebt en je ruikt dat je een specifieke geur waarneemt; het is niet omdat je iets in je mond stopt en proeft dat je een smaak onderscheid; het is niet omdat je geen handschoenen draagt en je iets aanraakt dat je kunt voelend betasten; enz. Om te kunnen waarnemen - met al je zintuigen - dien je een *relatie* aan te gaan met diegene of datgene wat je wilt observeren. *Waarnemen is ontmoeten*. Dit ontmoeten kan gaan van terloops tot sterk gefocust, van één seconde tot jaren, van onbewust tot erg bewust, van toevallig tot specifiek gekozen, van afstandelijk tot erg intiem, van onverschillig tot liefdevol, van negatief tot positief, van volledig vrij tot onder dwang. Hoe jij je verhoudt tot wie of wat je wilt waarnemen, welke verbinding je aangaat, bepaalt je waarneming.

Het waarnemingsproces is een relationele activiteit: wanneer je waarneemt ontmoet je een fenomeen, je hebt contact (van zeer vluchtig tot erg aandachtig), je verbindt je er even mee, tracht het te beïnvloeden en wordt er door beïnvloed.

Het begrip 'fenomeen' zoals ik het in deze tekst gebruik slaat zowel op personen, groepen, dieren, planten, voorwerpen als situaties; het slaat zowel op wat jij buiten jou situeert als wat er innerlijk bij jou gebeurt.

Wie of wat je ontmoet is op het eerste moment 'volledig open', 'niet ingevuld', 'zonder naam', 'zonder kenmerken'. Bij het waarnemen zal je het waargenomene (= dat wat je meent waar te nemen en wat je

⁹ Noë, Alva, *Action in perception*, MIT Press Books 2004 (het boek werd niet vertaald in het Nederlands)

later ‘feiten’ zult noemen) begrenzen, een naam geven, beschrijven en kenmerken toekennen.¹⁰ Dat doe je op basis van wat je brein je vertelt. Nog voor je waarneemt heeft je brein immers een beeld voorgesteld van wat je gaat ontmoeten.

Je neemt beperkt waar want je waarnemingsorganen zijn beperkt en vooral, je brein raadt eerst, voortdurend. Het werk van je brein is immers om te raden wat je gaat waarnemen nog voor je effectief waarneemt! Waarnemen betekent: gegevens naar je hersenen sturen, die controleren of ze kloppen met wat het brein heeft geraden wat het zal zijn en bijsturen waar nodig.¹¹

Het beeld dat we zien wanneer we zien, het geluid wat we horen wanneer we horen, enz. is een menselijke *creatie*, een constructie (bv. geluidsgolven worden een ‘klank’ via menselijke zintuigen + de interpretatie in ons brein). Al vrij jong werden je een reeks beelden aangeleerd waaruit je kunt putten. Zoals je je een schat aan woorden opbouwt - een *woorden*-schat - zo bouw je als peuter ook een *beelden*-schat, een *klanken*-schat, een *smaken*-schat en een *aanrakingen*-schat én een *emoties*-schat (je arsenaal aan emotionele reacties en wat je daarmee kunt bereiken). Het beeld dat je hebt bij de ontmoeting van wat je waarneemt is een aangeleerd, cultureel bepaald beeld.

*Je neemt niet waar wat er ‘is’ maar
wat je hebt geleerd waar te nemen.*

Bij elke ontmoeting via je zintuigen heb je gewaarwordingen. Door ze te *benoemen* plaats je de ontmoeting binnen een voor jou *zinvol kader*. (Daarbij is “Ik weet het niet.” of “Ik kan er geen touw aan vastknopen.” ook deel van je referentiekader !). Tegelijk vormt zich in jou een (positief of negatief) *oordeel* en een (positieve of negatieve) *waardering*. Een boom is niet zomaar een ‘ding’ op je pad, of toch

¹⁰ Het hoofdstuk HOE JE ZELF ‘FEITEN’ CREËERT

¹¹ [Lisa Feltman-Barrett](#), *Seven And A Half Lessons About The Brain* (2020)

Bekijk het [filmpje](#) Your brain doesn't detect reality. It creates it.

wel? Een boom waarnemen als een ‘louter een object’ is ook een oordeel! In veel gevallen loop je er onverschillig aan voorbij; ook deze houding toont een oordeel en een waardering. Samen met het oordeel en de waardering volgt je *emotionele reactie*. Dit laatste is jouw aangeleerde reactie op je waarnemingen bij de ontmoeting. Gevoelens en emotionele reacties zijn twee verschillende zaken en je emotionele reacties zijn deel van jouw waarnemingsproces, ze bepalen hoe jij omgaat met wie of wat jij ontmoet; wat je er mee *doet*.

Pijn die je ervaart - in verschillende gradaties, onder allerlei vormen, fysiek of emotioneel - kan je waarnemen (voelen, zien, enz.) en terugbrengen tot ‘feiten’, je emotionele reactie daarop maakt het echter tot ‘zeer pijnlijk’ of ‘ondraaglijk lijden’ of ‘beangstigend’ of ‘levensbedreigend’ of Je emotionele reacties zijn een interpretatie en een beoordeling, *geen waarneming* van feiten! Het werkt ook in de andere richting: door je emotionele houding zal je op dat moment anders waarnemen en de pijn of het ongemak anders ervaren, pijnlijker, zwaarder, dramatischer. Het is erg moeilijk om pijn - die van jou of die van anderen - onbevooroordeeld waar te nemen, dat vraagt oefening.

Toen haar kind moest worden geopereerd vroeg de zeer ervaren chirurg een collega om de erg riskante ingreep uit te voeren.

Waarnemen als relationele vaardigheid

Er zijn *vaardigheden* nodig om te kunnen waarnemen. Je leert aandachtig en nauwkeurig waarnemen, je wordt er niet mee geboren. Dat is nodig want je wordt sowieso geboren met mogelijkheden en talenten die nog ontwikkeld moeten worden *tegelijk* met een aantal beperkingen, fysiek, mentaal, intellectueel, emotioneel, sociaal.¹² Je opvoeding speelt een rol in wat je vandaag kunt en niet kunt waarnemen. Toch wegen de *relationele* vaardigheden zwaarder door dan de technische.

¹² Lees meer hoofdstuk FEITEN NADER BEKEKEN - *Aspecten van feitelijkheid*

De vraag is: *Hoe verhoud jij je tot diegene of datgene wat je wilt waarnemen?* Bij het zich verhouden spelen deze elementen een sturende rol én daarbij beïnvloeden ze elkaar wederzijds:

- je *intentie*, datgene wat je drijft om een relatie aan te gaan en goed waar te nemen of om dit slechts vaag en wazig te doen of om een ontmoeting helemaal te vermijden; wil je wel écht waarnemen?
- je bereidheid om te *investeren* in de interactie; wat en hoeveel wil je delen van jezelf in de ontmoeting; hoeveel inspanning is de ontmoeting de moeite waard?
- je *doelstelling*, dat wat je wilt bereiken door waar te nemen;
- de innerlijke én uiterlijke *afstand* die je neemt tegenover de ander (mens, dier, plant) of het onderwerp;
- je *geheugen* dat de ervaringen en emoties uit het verleden ophaalt; de geschiedenis die je had met wie of wat je nu wilt observeren; of aan wie of wat de observatie je doet denken;
- de mate van *aandacht* die je geeft aan datgene wat hier-en -nu speelt tussen jou en wie of wat je waarneemt;
- je *overtuigingen*, je uitgangspunten, je paradigma's, je geloof, je ideeën over wat vanzelfsprekend is als het gaat om: de actie 'waarnemen', de mogelijkheden om iets te *kunnen* waarnemen, de persoonlijkheid van diegene die je ontmoet, de verschijning van de fenomenen;
- je *emotionele reacties* bij de gewaarwordingen tijdens de ontmoeting;
- je behoefte om iets te kunnen *verklaren* of je behoefte om *zin* te geven aan wat zich voordoet en je aandacht trekt; heb je wel een behoefte aan 'feiten' op zich?
- je behoefte aan het geven van *woorden* en *uitdrukkingen* aan datgene wat je overkomt en waarneemt; het verhaal dat je jezelf vertelt bij de ontmoeting;
- de druk vanuit je *context*; wat je vanuit je context mag of moet of net niet mag waarnemen.

— Gevoelens en emoties —

In het dagelijks taalgebruik worden de begrippen ‘gevoelens’ en ‘emoties’ door elkaar gebruikt, ten onrechte.

Gevoelens zijn de resultaten van een waarneming. Gevoel is een *perceptie*, een waarneming. Daarvoor denk je wellicht op de eerste plaats aan je huid en de aanrakingen. Je voelt andere sensaties met je hart als *zintuig*. Daarnaast neem je gevoelens waar tegelijk met het waarnemen via de andere zintuigen. Je hoort en voelt geluidsgolven en zet die om in klanken, je ziet en voelt de kleuren en vormen, je proeft en voelt de smaken, enz. Met welke zintuigen neem jij de temperatuur waar en hoe voel je dat? De uitdaging bestaat er in om fijngevoelig te leren voelen, te leren waarnemen. Voor het gehalte aan *feitelijkheid* van gevoelens dien je terug te gaan naar wat je in je ganse lichaam waarneemt, gevoelsmatig (niet ‘emotioneel’!). Je kunt bij een aandachtige reflectie elementen terugvinden met een bepaalde ‘stevigheid’ waar je gevoelens op steunen.

Emoties zijn het resultaat van een *beoordeling* en een *waardering* (positief, negatief, neutraal of onverschillig) van wat je voelt. Het is een *reactie* op je waarnemingen. Emoties zijn dat wat je *doet* met je gevoelens. Emoties overkomen je niet, je maakt ze zelf¹³ Daarin maak je keuzes. Emoties zijn een integraal deel van je volledig mens-zijn. Ze zijn nuttig en nodig om in beweging te komen en geven richting aan de ‘bewegingen’ in je leven. Ze verwijzen rechtstreeks naar je onderliggende behoeften.

Voor het feiten-gehalte van je emoties moet je terug naar je reacties, dat wat je doet reageren zoals je reageert. Dan zal je merken dat je zelden terug kunt vallen op iets dat een bepaalde ‘vastheid’ heeft; emoties komen en gaan en zijn afhankelijk van het moment en de context.¹⁴

¹³ Dé autoriteit als het om emoties gaat: [Lisa Feltman-Barrett](#)
How Emotions Are Made - The Secret Life of the Brain, Pan Books 2017
Bekijk het [filmpje](#) ‘The biggest myths about emotions, debunked’

¹⁴ Meer in: *Medeleven Empathie Mededogen*

Perspectieven van waaruit wordt waargenomen

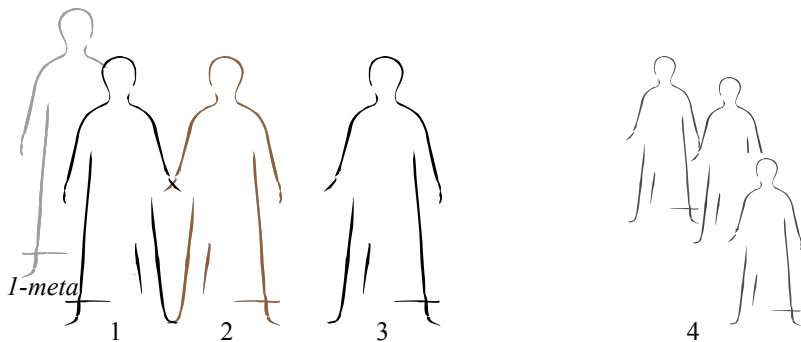
Een verhaal

1. *Annie gaat deelnemen aan een zangwedstrijd. Ze oefent veel en krijgt daarbij steun van haar zangleraar. Hij zegt dat zij het uitstekend doet.*
2. *Weken voor de wedstrijd oefent ze voor een grote spiegel en beoordeelt zichzelf: nog wat aan kleine foutjes werken.*
3. *Haar vriend filmt haar terwijl ze oefent. Ze bekijken samen de beelden en beoordelen het resultaat als 'uitstekend'.*
4. *Ze weet dat haar mentale en emotionele instelling belangrijk is om haar zenuwen de baas te kunnen. Een vriend werkt met haar als haar mentale en emotionele coach. Hij kent haar zeer goed, "Hij kent me beter dan ik mezelf ken" zegt Annie.*
5. *De avond van haar optreden loopt alles naar wens. In de zaal zitten vrienden die haar kennen, de een al beter dan de ander. Er zijn ook enkele honderden andere toeschouwers die haar zullen beoordelen en vergelijken met de andere kandidaten.*
6. *Haar optreden wordt beoordeeld door een jury van vier professionals. Het zijn mensen uit diverse disciplines met veel ervaring die een strikte methode hebben afgesproken om de kandidaten te waarderen én niet met elkaar te overleggen.*
7. *Wat ze niet weet is dat er in de vloer van het podium sensoren zitten die o.a. de bewegingen van haar lichaam detecteren en dat technische detectoren in de coulissen een aantal andere gegevens meten, zoals hartslag, zweet, kleine lichaam-bewegingen, enz. en ook haar toonvastheid, de kleurklank van haar stem, enz.*
8. *Annie is ontgoocheld met de punten die ze heeft gekregen van de jury. Ze had veel meer verwacht. Ze voelde zich goed in haar lijf, had volgens haar een puike prestatie neergezet en haar lied klonk in haar oren perfect.*

9. *De zaal geeft haar iets meer punten dan de jury maar toch helemaal niet zoveel dan ze had verwacht; ze had hoe dan ook niet kunnen winnen.*
10. *Thuis bekijkt ze de opnames van de wedstrijd. Ze geraakt meer en meer overtuigd dat ze niet correct werd beoordeeld, dat ze veel meer verdiende. Zeker in vergelijking met enkele kandidates die meer punten hebben gekregen dan zij, vind ze.*
11. *Ze doet haar account open op diverse sociale media en telt de likes. Ze leest wat de likes vertellen. Er zijn echter veel andere commentaren maar die wil ze niet weten, horen, zien of lezen.*
12. *Achteraf krijgt ze van de wetenschappelijke onderzoekers de resultaten van wat de verschillende meettoestellen hebben geregistreerd. Die geven aan dat ze zich onzeker heeft gedragen. Ze is verbouwereerd, zo heeft ze zich helemaal niet gevoeld!*

Wat zijn de ‘feiten’ bij ieder punt van dit verhaal? Voor wie zijn dat ‘feiten’? Hoe worden ze vastgesteld? Welk gewicht hebben de verschillende vaststellingen? Hoe beoordeelt ieder het gebeuren? Wie kijkt betrokken, vanop een afstand of helemaal niet betrokken?

Vijf perspectieven van waaruit waar te nemen



1. Eerste-persoon perspectief = je kijkt naar jezelf, naar wat er op dit moment in jou en met jou gebeurt. Enkel jij kunt zo waarnemen want enkel jij kunt rechtstreeks voelen wat er in jou omgaat. Van daaruit reflecteer je, noteer je een aantal vaststellingen en vorm je een beeld van ‘jezelf’. Je kunt dit snel en slordig doen, maar ook zorgvuldig. Vanuit dit perspectief kijk je niet alleen naar wat er van buiten op je afkomt en hoe je daar op reageert. Je kijkt ook naar wat er in je opwelt en naar je *belevingen*; dit zijn ook legitieme vaststellingen.

Je neemt een ‘Ik’ standpunt in.

1-meta Eerste-persoon meta-perspectief = je kijkt innerlijk vanop een afstand naar wat er op dit moment gebeurt én naar wat er in het verleden is gebeurd; je kijkt naar zaken die gelijken en naar ervaringen die niet gelijken; je kijkt naar ervaringen die terugkomen en je kijkt naar patronen. Doe je dit zorgvuldig, zelfs nauwkeurig, dan doe je het bewust en systematisch (bv. via het bijhouden van een dagboek, introspectie, mindfulness of meditatie). Je tracht zo eerlijk mogelijke jezelf waar te nemen vanuit een breed perspectief in tijd en ruimte. Je kunt afstand nemen van de actuele context en die ook

bekijken vanop een afstand. Je kijkt veeleer *systemisch*.

Je neemt een ‘Meta-Ik’ standpunt in.¹⁵

2. Tweede-persoon perspectief = iemand die voor jou als ‘mijn tweede ik’ fungeert kijkt op een betrokken wijze naar jou (bv. een ouder, een geliefde, een zeer goede vriendin, een empathische coach, een betrokken therapeut, een leermaatje). Zij kan zich inleven in jou, ze kijkt niet enkel naar je gedrag, ze heeft een goed oog op jouw zelfbeeld en neemt waar wat je aannames, je intenties en diepste drijfveren zijn. Zij zal waarnemen zowel vanuit haar hoofd als vanuit haar hart. Dit dient wel erg zorgvuldig te gebeuren en gebruik te maken van een heldere werkwijze. Je ontvangt van die persoon een beeld van jezelf dat lijkt op ‘een beeld van een heldere spiegel’. Zij kan jou een hier-en-nu perspectief bieden maar ook een meta-perspectief. Het gaat dus niet om ‘een mening van een vriend’.

Dit is een ‘Wij’ standpunt.

3. Derde-persoon perspectief = een buitenstaander doet ‘objectief’ vaststellingen die betrekking hebben op jou en jouw gedrag; dit is bv. het perspectief van de leraar, de leidinggevende, de arts in het ziekenhuis of de wetenschappelijk onderzoeker. Vaak heb je het gevoel dat je hoofdzakelijk rationeel en afstandelijk wordt geobserveerd, vanuit een vooropgezet plan of denkkader en niet vanuit het hart. In sommige gevallen voelt het zelfs aan als heel rationeel, niet betrokken en ‘koud’ (bv. bij een medisch onderzoek). In veel gevallen wordt met jouw *beleving* (eerste-persoon perspectief) helemaal geen rekening gehouden. Het beeld van jou dat ‘objectieve’, afstandelijke buitenstaanders geven is slechts een fragment van jou, want zij kunnen slechts een deel van jou waarnemen en kennen. Het is soms een verwarrend beeld wanneer *hun* visie en *hun* oordeel een hoofdrol spelen bij wat zij waarnemen en vertellen. Om een waarheidsgetrouw beeld van jou te geven zal een ware professionele begeleider zo

¹⁵ Het hoofdstuk FEITEN NADER BEKEKEN - *Je grondhouding bepaalt wat jij beschouwt als ‘feiten’*

objectief mogelijk tewerk gaan in het verzamelen van ‘feiten’. Zij zal ook beroep doen op bronnen die rechtstreeks van jou komen (eerste-persoon perspectief of meta-perspectief) en van personen die dicht bij jou staan of stonden (tweede-persoon perspectief). Een wetenschapper of arts die nauwkeurig werkt zal jouw persoonlijke gegevens aanvullen met data uit haar onderzoek, uit experimenten en testen. Hij of zij positioneert zich in dit geval in de letterlijke zin van het woord als een buitenstaander.

Dit is een ‘Ik $\leftrightarrow$ Jij’ standpunt.

4. Vierde-persoon perspectief = wat je sociale relaties menen te zien. Je bent steeds deel van meerdere ‘groepen’; dit gaat om je familie, je vriendenkring, je werkomgeving, je sportclub, je burens, enz. Afhankelijk van jouw betrokkenheid binnen een groep heb je verschillende verhoudingen tot de andere leden en deel je met hen diverse soorten informatie (oppervlakkige, louter sociale, zakelijke, persoonlijke, intieme of levensbeschouwelijke informatie). Wat zij jou bieden komt vanuit een beperkt en eenzijdig perspectief. Vaak is het een goedkoop advies, een (voor)oordeel of louter een mening. Niet zelden vertellen ze hun eigen behoeften.

Daarnaast zijn er ook een buitenstaanders die niet geïnformeerd en niet bij jou betrokken zijn en die hun weinig gefundeerde mening geven (bv. via sociale media). Is het verstandig is om daar aandacht aan te geven? Dit vierde-persoon perspectief is ook de invalshoek van waaruit groepen naar elkaar kijken.

Dit is een ‘Ik $\leftrightarrow$ Zij’ of ‘Wij $\leftrightarrow$ Zij’ standpunt.

Overwegingen bij de vijf perspectieven

Elk van de vijf perspectieven én de gekozen methoden levert telkens andere resultaten op. Geen enkel perspectief en geen enkele methode (hoe wetenschappelijk ook) is de enig ‘juiste’ manier om naar mensen en fenomenen te kijken en zeker niet de enige invalshoek om *alles* te weten te komen over een mens of een fenomeen.

Alle vijf perspectieven zijn steeds aan het werk en beïnvloeden elkaar. Op het ogenblik dat jij samen met iemand die jou goed kent reflecteert (tweede-persoon perspectief) is jullie beiden eerste-persoon perspectief tegelijk werkzaam. Wanneer jij naar een ander kijkt of omgekeerd (derde-persoon perspectief) is jullie eerste- én tweede-persoon perspectief tegelijk werkzaam, meestal onbewust weliswaar. In feite zijn de vijf perspectieven - in mindere of meerdere mate - steeds actief, zowel bij jou als bij de ander. Ze beïnvloeden elkaar én je interacties. Je kiest (meestal onbewust) welk perspectief op dit moment op de voorgrond staat en welk je helemaal achter je laat. De perspectieven wisselen voortdurend van positie en komen om beurten op de voorgrond.

Bij het derde-persoon perspectief maakt het een groot verschil of je een mens waarneemt of een dier, een plant of een object én hoe betrokken je bent bij diegene of datgene wat je waarneemt. Het verschil in *betrokkenheid* doet anders waarnemen, anders denken en anders handelen. Wanneer je een mens observeert maakt het uit welke verbinding jij hebt met hem/haar/hen; bv. ken je deze persoon (amper, goed, zeer goed, intiem), behoort die tot je eigen groep, tot dezelfde cultuur, dezelfde gender, of is hij ‘anders’?

Wie observeert heeft zijn blinde vlekken en zijn sociale en culturele vooroordelen, ook een getrainde wetenschapper! Iedereen neemt steeds waar, denkt en handelt vanuit haar waarden, normen, uitgangspunten, opvattingen, vooroordelen, ethisch gevoel, ervaringen, bestaande relaties, relatiepatronen en wordt beïnvloed door de context. Er bestaat geen ‘neutraal’ standpunt. Dit geldt voor elk van de vijf perspectieven.

Louter en alleen waarnemen bestaat niet. Steeds ‘doe’ je wat, voor, tijdens en na het waarnemen. Waarnemen is een meervoudige actie.¹⁶ Bij het vormen van een beeld vanuit de vijf perspectieven speelt de visie van de waarnemer op ‘zelf’ en op ‘identiteit’ een grote rol. Is

¹⁶ Het hoofdstuk HOE JE ZELF ‘FEITEN’ CREËERT

‘zelf’ een gesloten geheel of is het een interactief systeem of is het een verhaal?¹⁷

‘Wetenschap’ leeft vandaag sterk onder de visie van een strenge vorm van het derde-persoon perspectief. Dat is gepast voor technische vragen (bv. astrofysica) maar niet als het om onderzoek van de mens gaat. Er wordt dan onevenredig veel belang gehecht aan:

- *rationeel, lijinig denken (niet: relationeel, interactief denken)*
- *‘objectiviteit’ dat verworpen is tot objectivisme en ‘subjectiviteit’ heeft men verengd tot subjectivisme, waarbij elke dynamiek, elk proces tot een object wordt gereduceerd*
- *data verzamelen en dataverwerking via algoritmes; dat levert een verengde vorm op van ‘kennis’, er wordt weinig aandacht gegeven aan andere manieren om ‘kennis’ te verwerven; voor ‘inzicht’ is weinig of geen aandacht = het met elkaar verbinden van gegevens uit verschillende soorten bronnen en data én het ernstig nemen van het tweede- en eerste-persoon perspectief.*

Wat betekent ‘subjectief’ en ‘objectief’?

Welk perspectief is subjectief, welk is objectief?

Geldt het eerste-persoon perspectief per definitie als subjectief?

Is een wetenschappelijk onderzoek per definitie objectief?

Is objectief altijd onpersoonlijk en subjectief altijd persoonlijk?

Het antwoord op deze en gelijkaardige vragen hangt af van de invulling van de begrippen ‘subjectief’ en ‘objectief’.

In het dagelijks gebruik wordt ‘subjectief’ gemakkelijk geassocieerd met minder nauwkeurig of fout, terwijl ‘objectief’ het stempel krijgt van correct te zijn. De term ‘subjectief’ wordt niet zelden als een verwijt gebruikt of als een reden om een gedachte of een conclusie te verwerpen. In het *dagelijks* taalgebruik gaat het bij ‘subjectief’ en ‘objectief’ om een sterke tegenstelling, om zwart-wit. Bij *zorgvuldig* taalgebruik is er meer nuancering. In de wetenschappen betracht men

¹⁷ Lees meer in: *Ontmoetingen met je ‘zelf’ - Wat kunstenaars je aanbieden*

een *nauwkeurig* taalgebruik maar daardoor is de inhoud niet per sé ‘objectief’!

Overeenstemming over de invulling van de begrippen blijft echter moeilijk want het definiëren van begrippen hangt nauw samen met de overtuigingen en uitgangspunten van de betrokkenen. De definitie van de begrippen is *geen* ‘objectieve’ zaak in die zin dat ze verheven zou zijn boven alle mensen die ze hanteren. Alle talen blijven een menselijke constructie en steunen op afspraken. Naast de *definitie* van de begrippen is de *betekenis*, de *beleving* en de *beeldvorming* erg belangrijk in de communicatie; deze drie zijn vaak van doorslaggevender belang dan de definitie van woorden. Rond ieder begrip draait daarenboven bij elke persoon een verschillende woordenwolk.¹⁸ Dit zijn enkele gedachten die *in de woordenwolk bij vele mensen* zijn terug te vinden rond de twee begrippen:

Rond het begrip ‘subjectief’ hoor je associaties als: zonder scherpe waarneming van de ‘feiten’; zonder duidelijk te zijn op welke ‘feiten’ men zich baseert; gebaseerd op gevoelens of (erger nog) op emoties; gebruik van vage criteria die niet op voorhand werden afgesproken; het doel van de waarnemingen werd niet op voorhand gesteld; alles gebeurt ‘op dit moment’; de wijze van waarnemen is niet duidelijk; waarnemingen worden slecht gedocumenteerd en zelden herhaald; zonder enige pre-flectie (aandachtig bekijken vooraf) of re-flectie (aandachtig bekijken achteraf); niet te controleren of te verifiëren door anderen; er is slechts één waarnemer, namelijk de betrokkene zelf; niet transparant; vaak onsamenhangend; enkel het persoonlijk perspectief; persoonlijk betrokken; persoonlijk belang weegt zwaarder dan algemeen belang; de toepassingen zijn persoonlijk of onder gelijk-gezinden; de definitie van woorden is vaag; alles is relatief; alles is terug te brengen tot de persoonlijke visie en uitgangspunten; het draait om de persoonlijke beleving; zonder overleg met een tweede betrokkene; ...

Met het begrip ‘objectief’ worden gedachten meegegeven als: bekijken

¹⁸ Lees meer in *Wat is een woordenwolk?*

vanop een afstand; nauwkeurige en systematische waarnemingen; doel en aanpak worden vooraf bepaald; waarnemingen worden herhaald, soms onder andere omstandigheden; waarnemingen worden goed gedocumenteerd; afstand nemen van gevoelens; rationeel, helder gebruik van de rede; systematisch tewerk gaan; gebruik van heldere, op voorhand afgesproken criteria; transparantie over alle keuzes en beslissingen; transparantie over de resultaten; open voor meerdere mogelijkheden en oplossingen; verifieerbaar; kan herhaald worden door anderen; onpersoonlijk; inzetten van meerdere waarnemers tegelijkertijd; overleg met andere betrokkenen is belangrijk; algemeen belang weegt zwaarder dan persoonlijk belang; heeft een duidelijke plaats binnen een ruimer theoretisch kader; de toepassingen zijn ‘universeel’; ...

Dit betekent echter niet dat ze de algemeen aanvaarde betekenis zijn van de twee begrippen! Je zult in je communicatie jouw invulling van belangrijke de begrippen ‘subjectief’ en ‘objectief’ moeten expliciteren en verduidelijken.

De houding “In een wetenschappelijke publicatie kan ik zonder meer deze termen gebruiken want iedere wetenschapper gebruikt de termen zoals ik.” is een onterechte en *onwetenschappelijke veronderstelling*.

Floortje Scheepers: “We zijn gaan geloven in de verklarende wetenschap. We simplificeren en fragmenteren om onze angst voor het niet-begrijpen te reduceren en de gesimplificeerde en gefragmenteerde wereld gaan we vervolgens als ‘de werkelijkheid’ zien omdat ons dat een gevoel van controle geeft. Maar die controle is een illusie want de werkelijkheid draagt onoplosbare paradoxen in zich. De werkelijkheid is een constante dialoog die tegelijkertijd eenheid en diversiteit oplevert, continuïteit en disruptie.”¹⁹

¹⁹ Scheepers, Floortje, *Mensen zin ingewikkeld*, De Arbeiderspers 2021

Ik hanteer in deze tekst volgende kritische uitgangspunten:

- ‘*Objectief*’: de waarnemer neemt uitdrukkelijk en zoveel mogelijk afstand van het eerste-persoon perspectief. Dit doet hij ook in het *eerste-persoon meta-perspectief* en is idealiter het geval in het tweede- en derde-persoon perspectief.
‘*Subjectief*’: dit is bijna steeds het geval in het eerste-persoon en het vierde-persoon perspectief en kan het geval zijn in het tweede- en derde-persoon perspectief.
- Een *derde-persoon perspectief* komt niet per definitie overeen met wat de meeste mensen onder ‘objectief’ verstaan. Niet zelden gaat dit perspectief uit van een waarnemer die té persoonlijk betrokken is bij gewenste of vooropgestelde resultaten of die geen verifieerbare criteria gebruikt.
Wetenschap is altijd gebaseerd op waarden en overtuigingen en die zijn persoonlijk ook al worden ze gedeeld door een grote groep mensen. Waarden, overtuigingen en aannames krijgen niet meer gezag omwille van het aantal mensen dat die waarden of overtuigingen aanhangt.
Wanneer een wetenschapper een bepaald onderwerp gaat onderzoeken en meten heeft zij zich eerst een voorstelling gemaakt, een beeld, van dat onderwerp. Je kunt niet gaan zoeken waar je geen enkel innerlijk beeld van hebt, want dan moet je overstappen op ‘vinden’.²⁰
- Alle perspectieven worden beïnvloed door de *context*. Bij wetenschappelijk onderzoek (*derde-persoon perspectief*) gaat het bv. om: de belangen van de mensen die zorgen voor de financiering; de inzetbaarheid (praktisch, commercieel) van de te verwachten resultaten; de politieke of maatschappelijke druk om tot bepaalde resultaten te komen; de beperking van de technische middelen; de

²⁰ Over het onderscheid tussen ‘zoeken’ en ‘vinden’ lees je meer in het boek *Pad-vindend leiderschap*

context van de individuele onderzoeker; de cultuur waarin de onderzoekers leven; enz.

- De tegenstelling subjectief—objectief inzetten als een zwart-wit tegenstelling miskent dat in de meeste gevallen van waarnemen, denken en handelen beide elementen aanwezig zijn, telkens evenwel in een verschillende verhouding.
- Een persoonlijke keuze is een ‘subjectieve’ keuze in de zin dat ze weinig of niet werd overeengekomen met anderen, of net teveel wordt beïnvloed door meningen van anderen (bv. via sociale media). Het kan wél een ‘objectieve(re)’ keuze zijn indien ze kadert binnen een systematisch en gedocumenteerd onderzoek, individueel of in groep.
- Ieder mens leeft met een specifiek levensperspectief. Daaruit volgt dat niemand kan beweren dat hij ‘strikt objectief’ waarneemt. Je neemt altijd waar vanuit jouw standpunt en overtuigingen. Wel kan je een grotere mate van ‘objectiviteit’ bereiken wanneer je jouw perspectief op een open wijze samenbrengt met de perspectieven van vele individuen. Je kunt samen met anderen en met streng gedocumenteerde methoden zorgen voor feiten die ‘zo objectief mogelijk’ zijn. De ernst en de kwaliteit van het levensperspectief van elk individu kan daarbij niet zonder meer gelijkgeschakeld worden. Dit betekent echter niet dat niet ieders perspectief belangrijk is.
- ‘Objectieve(re)’ gegevens zijn die waarbij alle menselijke manipulatie transparant, duidelijk, eerlijk én verifieerbaar is
- Ik kan me vinden in de opmerkingen van Trudy Dehue.²¹ Zij kijkt liever of een onderzoek en de verslaggeving voldoet aan de criteria: sterk onderbouwd, correct beargumenteerd en belangeloos.

²¹ [Trudy Dehue](#), emeritus-hoogleraar wetenschapssociologie en -geschiedenis aan de Rijksuniversiteit Groningen.

Je leeft in een 'mensen-werkelijkheid'

Je communiceer over wat je waarneemt op een manier alsof jij en de ander het over hetzelfde 'feit' hebben (dezelfde ervaring, hetzelfde fenomeen, dezelfde waarneming, dezelfde informatie) omdat het zo vervelend gecompliceerd is om telkens te moeten aangeven vanuit welk perspectief en met welke aannames je waarneemt, denkt en verklaart. Je gaat in je communicatie sterk uit van een reeks vanzelfsprekendheden, aannames, stereotypen en algemeenheden. Je leeft in een 'werkelijkheid' die je met anderen deelt en als afgesproken beschouwt ... zonder dat deze eerst duidelijk is afgesproken! Je houdt (in de meeste gevallen) te weinig rekening met je blinde vlekken en je beperkingen bij het waarnemen en interpreteren van wat je waarneemt. Als mens behoort je daarenboven tot een groep dieren - de Homo Sapiens - dat zichzelf erg overschat als het om waarnemen gaat en die ten onrechte pretendeert alles te kunnen zeggen over 'dé werkelijkheid'.

Wat kan je als mens *niet* waarnemen wat bepaalde dieren wél kunnen waarnemen? Behoort wat dieren kunnen waarnemen tot 'dé werkelijkheid'? Wat een onderdeel is van 'dé werkelijkheid' dat je als mens niet kán waarnemen maar dat wel behoort tot het geheel.

Beter maken we een onderscheid tussen enerzijds de 'mensen-werkelijkheid' en anderzijds 'werkelijkheden' die de mens per definitie niet kán kennen bv. de 'vleermuizen-werkelijkheid'.

Wat is de relatie tussen enerzijds de woorden en de uitdrukkingen die we hanteren om een fenomeen aan te duiden en te 'manipuleren' en anderzijds het fenomeen zelf? Bezit een fenomeen iets dat los staat van wat wij van het fenomeen kunnen waarnemen en hoe we het benoemen? Hoe ontdekken we dat dan (zonder het te kunnen waarnemen en zonder het te benoemen)? Wat verstaan sommigen onder de 'zo-heid van de dingen' en is die waarneembaar?

Welke fenomenen bestaan enkel omdat we als mens er woorden voor hebben gecreëerd en die woorden als 'gekende kenmerken'

gebruiken? Hoe verhoudt *jouw* 'waarheid' en wat jij beschouwt als 'dé werkelijkheid' tot die van mensen die een andere 'waarheid' als 'dé waarheid' vooropstellen en een andere 'werkelijkheid' beleven? Bestaat er slechts één 'mensen-werkelijkheid'? Wie bepaalt dat dan?

*Niemand kan waarnemen vanuit het 'nergens-standpunt'.
Je kunt dé werkelijkheid en dé waarheid niet vatten
met woorden en concepten.²²*

²² Zhuang Zi, taoïst, China 4e eeuw BCE

Je bent als mens op zeer veel terreinen een sterk begrensd wezen.

Dit is voor veel mensen lastig om te aanvaarden. Je gaat er wellicht vlot mee akkoord dat je *fysiek* begrensd bent. Je hebt bepaalde fysieke kenmerken die je een reeks handelingen en bewegingen toelaten maar die zijn erg beperkt zeker wanneer je naar de mogelijkheden van alle andere dieren kijkt. Een van de fysieke grenzen is het *waarnemen*. Je kunt niet alles waarnemen. Je ziet slechts binnen een beperkt spectrum van kleuren (golven). Je hebt je ogen vooraan in je hoofd en kunt daardoor onderscheid maken tussen voor- en achtergrond en diepte en zo perspectief waarnemen. Je kunt echter niet achter je zien.

Menselijke kenmerken die je mogelijkheden bieden, leggen je tegelijk grenzen op. En deze opmerking gaat op voor al je zintuigen. Je stelt vast dat je beperkt bent in het waarnemen en dat betekent dat je niet ‘alles’ kunt waarnemen. Je weet zelfs niet eens wat ‘alles kunnen waarnemen’ zou betekenen want dan zou je de mens moeten weten wat alle dieren kunnen waarnemen en net dat kan de mens vandaag niet. Je kan evenmin weten wat dat ‘alles kunnen waarnemen’ als gevolg zou hebben!

Het wordt moeilijker om te aanvaarden dat je begrensd bent in die vaardigheden waar je je superieur acht aan de andere dieren: het *denken*. En toch, je kunt niet alles denken want je denken is gebonden aan je menselijk intellect, menselijke begrippen en menselijke talen.

Je hebt je *intellectuele* grens. Zo is je denken begrensd tot een aantal meta-niveaus. Zelden kan een mens vlot denken op meta-meta-meta-meta-niveau. Denken over hoe je denkt, is denken op meta-niveau. Denken over hoe je denkt over je denken, is meta-meta-niveau. Denken over hoe je denkt over hoe je denkt over je denken, is meta-meta-meta-niveau. Neem jij het volgende niveau?

Een van de aspecten van je begrensde menselijk intellect is dat je je niet alles kunt *voorstellen*, dat je niet alles kunt *verklaren* en niet alles kunt *begrijpen*. Je zou het wel willen en voor veel wetenschappers is dit een boeiende uitdaging: de ‘Theorie van alles’.

Wanneer je nauwkeuriger kijkt naar het proces hoe je verklaart, merk je dat je je levenshouding en je grondpatroon verschil maakt.

We zijn allemaal 'blind' voor iets. We hebben allemaal een tekort - aangeboren of door het leven veroorzaakt - dat nooit kan worden hersteld of ongedaan gemaakt! We zijn allemaal in bepaalde mate kleurenblind, vormen-blind, geuren-blind, smaken-blind, gevoelens-blind, aanraking-blind, gedachten-blind, begrippen-blind, verbanden-blind, relatie-blind

kleuren = je kunt bepaalde kleuren niet zien; *vormen* = je kunt bepaalde vormen niet waarnemen; *geuren* = je kunt bepaalde geuren niet ruiken; *smaken* = je kunt bepaalde smaken niet proeven; *gevoelens* = je kunt bepaalde gevoelens niet voelen; *aanrakingen* = je kunt bepaalde aanrakingen niet ervaren; *gedachten* = je kunt bepaalde gedachten niet denken; *begrippen* = je kunt bepaalde begrippen niet vatten; *verbanden* = je kunt bepaalde verbanden niet leggen; *relaties* = je kunt bepaalde relatiepatronen en relatiesystemen niet vatten.

Een gebied waar we ons als mens ook veel sterker voelen dan de andere dieren is de vaardigheden om ons *uit te drukken* en het gebruik van *talen*. Spijtig, hoezeer ik het creatief uitdrukken waardeer en stimuleer bij mezelf en bij anderen, ook hier stuit je op grenzen. Het zijn grenzen waarvan je je vaak niet bewust bent in het dagelijks leven. Wie daar wel mee wordt geconfronteerd zijn bv. mensen met een expliciete fysieke of mentale beperking (we hebben allemaal wel een beperking maar die is minder opvallend en we zijn er ons niet van bewust) of kunstenaars die een nieuwe taal zoeken om zich uit te drukken of mensen die een mystieke ervaring hebben en het onnoembare niet kunnen uitdrukken en doorgeven (vaak is zwijgen het enige dat hen rest en dan rijst de vraag: Hoe zet je stilte in als 'taal'?).

Grenzen bieden vrijheid

Je hebt als mens verschillende grenzen: je fysieke grens, je gevoelsgrens, je emotionele grens, je intieme grens, je intellectuele grens, je psychische grens, je energetische grens, je waarnemingsgrens, je relationele grens, je sensuele grens, je gender grens, je sociale grens, je spirituele grens, en nog meer grenzen.

Je kunt niet alles waarnemen, niet alles voelen, niet alles denken, niet alles na-denken, niet alles begrijpen, niet alles overzien, niet alles efficiënt uitdrukken.

Betekenen grenzen een beperking of integendeel een manifestatie van je mogelijkheden? Zijn grenzen een obstakel of een uitdaging, een uitnodiging?

Voor iemand die onbevooroordeeld naar de fenomenen kijkt, is het een vreemde vraagstelling. Tenslotte, wie of wat is er niet begrensd?

Je bent een mens net omdat je woont in een begrensd menselijk lichaam, net omdat je opgenomen bent in een maatschappelijke context die begrensd is en die zich situeert op de planeet aarde, die zich bevindt midden een ontzettend wijde, gevulde ruimte. Grenzen en begrenzingen maken fenomenen mogelijk, ze zijn er een onlosmakelijk deel van. Zonder begrenzingen, zonder een fysieke en mentale ‘wand’, zijn er geen autonome wezens.

Iedereen wordt zich op een dag bewust van haar grenzen. Wel is het zo dat de leerrijke mens die grenzen positief weet te beïnvloeden. Zij heeft een realistisch beeld van welke grenzen zij kan verleggen en welke niet. Zij loopt niet tegen de grenzen aan, *zij ontmoet haar grenzen!* Zij strijdt niet tegen obstakels maar weet dat ze vaak om het muurtje heen kan. Moeilijk misschien, maar ze kan er omheen. Sommige fysieke grenzen zijn ook voor een leerrijk persoon moeilijk te verteren of erg pijnlijk. Doch zij zal zich door die grens niet laten verlammen. Evenzo zal een leerrijk persoon zich niet afhankelijk maken van of zich laten bepalen door haar sociale grenzen. Een leerrijk mens weet dat iedere begrenzing gepaard gaat met een groot aantal mogelijkheden en uitdagingen die zij kan ontdekken wanneer ze ‘om de hoek’ kijkt.²³

²³ Meer in: *De Held met de Duizend Grenzen en Uitdagingen*

3. Feiten nader bekeken

Wat zijn ‘feiten’?

De vraag klinkt eenvoudig: Wat zijn ‘feiten’? Het antwoord is even eenvoudig: dat wat jij *meent waar te nemen* of *aanvaardt dat anderen dat hebben waargenomen* én dit voor ‘waar’ aanneemt én *benoemt* als ‘feit’.

Feiten bestaan doordat je ‘iets’ benoemt en behandelt als ‘feit’. Of anderen het eens zijn met jou is een andere kwestie, dat is onderwerp van gesprek of discussie. Een ‘feit’ is iets dat voor jou vaststaat, voldoende zeker is, iets waar je op kunt rekenen. Het is een bouwsteen voor je gedachten, je gevoelens en je acties, voor ieder onderzoek, voor ieder gesprek, debat of ruzie en voor ieder machtsspel.

Wanneer je werkt, speelt, anderen ontmoet, leest, onderzoekt, ontspant, ... om het even wat je doet, en zelfs wanneer je niets doet, steeds hebt je te doen met ‘gegevens’ en spelen ‘vaststellingen’ een rol, vaak een erg beslissende rol. Je komt voortdurend in contact met ‘gegevens’ omdat jouw zintuigen niet ophouden met functioneren. Het is moeilijk, zo niet ondoenbaar om al je zintuigen even stopt te zetten, zowel wanneer ze zich naar buiten richten als wanneer ze je binnenwereld waarnemen.

Wanneer we het over ‘feiten’ hebben gaat het dus niet om iets waar iedereen het bij voorbaat over eens is. Wel integendeel, over de meeste ‘feiten’ zijn we het *niet* eens. We hebben afspraken nodig om het eens te worden. Dat kunnen afspraken zijn over de manier waarop de ‘gegevens’ worden waargenomen en verzameld (bv. de onderzoeksmethode in de wetenschappen of in de rechtspraak)), als over de personen of instellingen die uitspraken doen en die we vertrouwen (bv. de pers, universiteiten, het hooggerechtshof).

Wanneer we de aandacht richten op ‘feiten’ bestaat de neiging hierbij hoofdzakelijk rationele vragen te stellen: *Wat zijn de feiten? Hoe werden ze vastgesteld? Door wie?* Dit lijkt vanzelfsprekend maar dat is het niet. Het is verstandig om minstens evenveel relationele vragen te stellen! *Wat is zijn intentie met het inbrengen van deze feiten? In welke mate is de inbrenger betrokken bij de feiten? Wie heeft er belang bij dat net déze feiten, nu, op déze tafel komen, op déze manier? Welke feiten worden niet meegenomen in dit verhaal?*

Er bestaan geen feiten op zich, er zweven niet ergens ‘feiten’ rond. Vaststellingen zijn een deel van de interactie met jezelf, met anderen en met je omgeving. Ze zijn steeds een aspect binnen een communicatie, een deel van jouw communicatiesysteem. *Feiten hebben een relationele functie* binnen een gesprek met jezelf of met anderen. Concreet betekent dit dat wanneer er feiten op tafel worden gelegd het op de eerste plaats niet gaat om de feiten op zich maar om de actie ‘deze feiten leg ik op tafel’, ‘deze feiten leg ik in het midden’. Het gaat om hoe je feiten inzet in je communicatie. Welke feiten je inbrengt en welke niet en hoe je dat doet is een deel van de *kwaliteit* van je communicatie en je relatie met je communicatie-partners. Sneller dan je vermoedt, behandel jij en je gesprekspartners de eigen overtuigingen, verklaringen, conclusies, veronderstellingen, hypothesen, uitgangspunten, vermoedens, meningen en zelfs geruchten als feiten.

Daarom is het belangrijk en nuttig dat je rond wat je als ‘feiten’ behandelt afspraken maakt en dat zo nauwkeurig mogelijk te doen, afspraken zowel rond het verzamelen van ‘feiten’ als rond het beoordelen, het nut en het gebruik er van.

Een opmerking die hiermee verband houdt: let op je *taalgebruik*. Op een *dagelijkse* toon spreken of schrijven, is je gewone manier van contact maken en dat blijkt in veel gevallen genoeg en sociaal handig. De dagelijkse manier van spreken is sociaal nuttig want het moet snel gaan, het is immers niet de bedoeling om een onderwerp diepgaand te

behandelen. Je wilt enkel een eenvoudige boodschap geven, je mening kenbaar maken, voor iets aandacht vragen (meestal voor jezelf en voor je emoties), al dan niet kort naar de ander luisteren, snel op de ander reageren en verder gaan.

Met het dagelijks taalgebruik kom je echter niet ver als het gaat om zorgvuldig te communiceren en helder aan te geven op welke ‘feiten’ jij je gedachtengang bouwt. Je zult op z’n minst *zorgvuldig* moeten spreken en schrijven, wil je misverstanden en onvruchtbare discussies vermijden. Voor sommige onderwerpen is nauwkeurig *taalgebruik* echter een must.²⁴

Een grondpatroon beïnvloedt wat voor jou ‘feiten’ zijn

De wijze waarop je de activiteit ‘waarnemen’ beleeft en beschouwt is mede bepalend voor wat voor jou ‘feiten’ zijn en de mate van ‘feitelijkheid’ van de feiten. Het grondpatroon dat je op dat ogenblik hanteert zal bepalen *wat* je waarneemt, *hoe* je waarneemt, welke *relatie* je aangaat bij het waarnemen en wat je er verder mee *doet*.

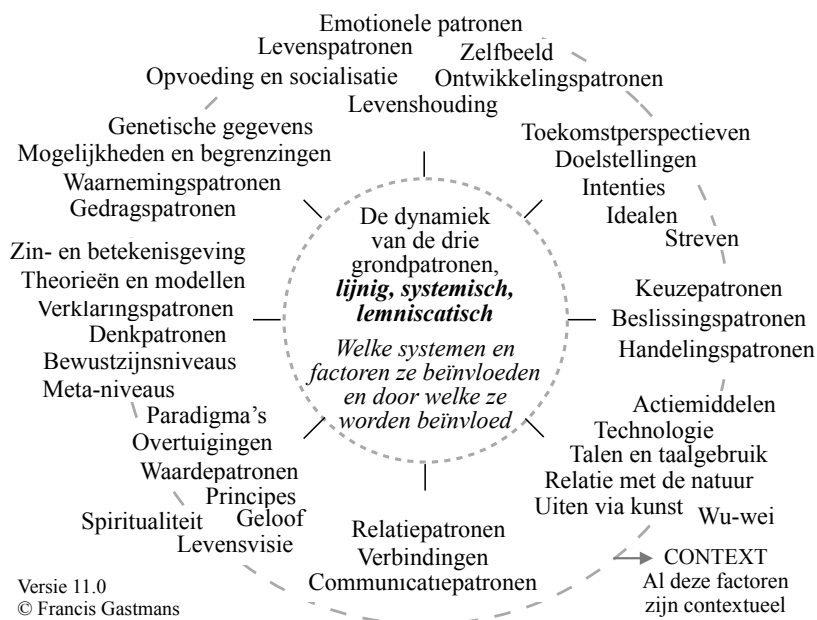
Wanneer je van grondpatroon verandert ga je andere vaststellingen doen en andere ‘feiten’ waarnemen.

Je kunt op drie verschillende manieren naar de fenomenen kijken, afhankelijk van je ‘grondhouding’, of anders uitgedrukt, van het *grondpatroon* dat je op dat moment hanteert. Er zijn drie grondpatronen: het *lijnige*, het *systemische* en het *lemniscatische*. Je bent hoofdzakelijk opgevoed en opgeleid met het lijnig grondpatroon.²⁵

De illustratie hieronder tracht een beeld te geven van alles wat door een grondpatroon wordt beïnvloed. Tegelijk beïnvloeden al deze factoren hoe een grondpatroon zich uitdrukt.

²⁴ Ga even terug naar het eerste hoofdstuk WAT HEB JIJ MET ‘FEITEN’?

²⁵ Meer in de tekst *Drie grondpatronen om je leven te be-leven*



De drie grondpatronen

Het **lijinig grondpatroon** is onze gewone manier van waarnemen, denken en handelen. Dit is onze normale manier van doen, al eeuwen.

'Lijnig' (letterlijk lineair = een lijn volgen) slaat op alle lijnige manieren van kijken: recht-lijnig of lineair (zoals de term gewoonlijk wordt gebruikt), rond-lijnig of circulair, spiraal-lijnig, zigzag-lijnig of dialectisch, U(vorm)-lijnig, trap-lijnig of hiërarchisch, golvend-lijnig met bergen en dalen, of rook-lijnig (= zoals rook kringelend stijgt).

Het zijn allemaal lijnige manieren van waarnemen en denken omdat je een vooraf bedachte lijn volgt. De modellen die bij het lijnig grondpatroon horen worden allemaal getekend met een lijn, vaak met een pijlpunt die de richting dwingend aangeeft. Je kunt proberen de tegengestelde richting op te lopen maar dat wordt als onmogelijk of als fout beschouwd, bv. de seizoenen.

Concreet betekent '**lijnig**' dat je meerdere van de volgende overtuigingen en reacties bij jezelf herkent, bv.

... je bent overtuigd dat je ziet wat er 'is', wat je ziet bestaat zoals je het ziet want je kunt waarnemen dat er 'is'; ... je communiceert alsof jouw woorden de werkelijkheid weergeven; ... alles wat je waarneemt deel je in in 'soorten' (soorten mensen, soorten dieren, soorten planten, soorten gebouwen, soorten vervoersmiddelen); ... de dynamiek van de bewegingen in het leven deel je in in 'stappen' of 'fasen' (bv. plan-do-check-act); ... je wilt alle verklaringen en theorieën zo eenvoudig mogelijk houden; ... je beleeft de basisdynamiek van het leven als mechanisch; ... je houdt van typologieën (allerlei typen leiders, politici, hulpverleners, hulpvragers, criminelen, enz. - er bestaan 4, 5, 7, 8, 9 of 12 typen afhankelijk van je wijze van indelen); ... je ziet overal 'objecten' (zowel mensen - die noem je 'subjecten' maar in de praktijk komt het op hetzelfde neer - dieren als planten); ... bij het waarnemen beschouw je jezelf als buitenstaander, wat je waarneemt is 'buiten' jou (zelfs wanneer je innerlijke belevingen waarneemt, jij ziet jezelf dan vanop een afstandje); ... je ziet overal oorzaak-effect verbanden tussen fenomenen, je tekent er vlot een lijn tussen (dat kan zowel een rechte lijn zijn, een cirkel, een spiraal, als een U-lijn); ... je neemt hiërarchieën waar en gebruikt die als norm (bv. hoger-lager, ouder-jonger, ouder-kind, leider-volger); ... je beleeft dualiteiten die je als tegenstelling hanteert (of-of) en soms als samenstelling (en-en) (begin-einde, geven-nemen, schuld-onschuld, waar-onwaar); ... je beleeft de dingen met een begin, een verloop en een einde of een herhaling (geboorte—leven—dood—(reïncarnatie) / lente—zomer—herfst—winter / ontstaan—opbouw—ontwikkelen—verval / these—antithese—synthese / concept—ontwikkeling—uitvoering—controle / plan—do—check—act / Define—Discover—Dream—Design—Deliver); ... je beleeft woorden en een taal die jezelf bevestigt als 'weter' (je 'weet' het ook al twijfel je soms); ... je hanteert zeer vaak een taal die getuigt van strijd (innerlijke strijd of strijd met een ander) en je gebruikt vaak een militaire metafoor van strijd of van de krijger.

Het **systemisch grondpatroon** is minder bekend maar toch vlot voelbaar, ervaarbaar, denkbaar.

'Systemisch' betekent concreet... dat je overal verbanden ziet en op zoek gaat naar patronen, je ziet overal relaties en verbindingen; ... je ziet dat verbindingen bestaan uit acties en dat die zich herhalen; ... je merkt op dat terugkerende patronen de belangrijkste factoren zijn in de relaties; ... je ziet dat de relaties kleine of grotere systemen vormen, soms open, soms gesloten systemen; ... je houdt er bewust rekening mee dat er wederzijdse beïnvloeding is tussen mensen onderling en tussen mensen, dieren en planten; ... je beseft dat bij iedere stap die jij zet in een ontmoeting dit op veel meer aspecten effecten heeft dan jij kunt waarnemen; ... je leert zien dat iedere uiting van de ander (praten, tonen, doen) vertrekt vanuit een netwerk aan factoren die wisselend invloed hebben en die jij niet altijd onmiddellijk kunt waarnemen; ... je stopt de ander niet in een of ander vakje ("Zij is zo."), in een beperkte typologie maar je blijft open staan voor het onverwachte; ... je merkt dat relaties tussen mensen belangrijker zijn dan de (oppervlakkige) kenmerken van de individuen omdat die kenmerken zich tonen binnen bepaalde contexten (en in andere contexten niet of minder); ... je kijkt uit naar grote gehelen en je ziet hoe alle elementen door de manier waarop ze daarbinnen (re)ageren het geheel van een systeem in stand houden; ... je beseft dat je met woorden de systemen onvoldoende helder kunt beschrijven, dat je beelden nodig hebt, driedimensionale beelden; ... je neemt niet helemaal als buitenstaander waar want je voelt en beseft dat je tegelijk binnen een 'waarnemingssysteem' waarneemt waarvan jij actief deelnemer bent; ... je kunt over jezelf spreken als een individu met een 'zelf' (dat op zich een systeem is !) maar dat kan je enkel omdat je actief deel uitmaakt van meerdere systemen, bv. je familie-systeem, je vrienden-systeem, je werk-systeem, je ecologische systeem.

Het **lemniscatisch grondpatroon** vraagt meer inspanningen en aandacht om het te ontdekken en het toe te passen.

Concreet betekent het ‘lemniscatisch’ grondpatroon ... dat je jezelf beleeft als deel van alles wat je waarneemt; ... je ervaart jezelf als interafhankelijk verbonden met de anderen; ... je beseft dat jij alles wat je waarneemt actief mee creëert; ... je weet dat je steeds een *binnenstaander* bent bij het waarnemen, je bent deel van de actie ‘waarnemen’ én van je waarnemingsmiddelen én van het ‘waargenomene’; ... je beseft dat wat je waarneemt er enkel ‘is’ wanneer je het tot een (afgezonderd) object maakt en dat het enkel op een menselijke manier ‘bestaat’ omdat je het conceptualiseert; ... je beseft dat je actief mee creëert wat jij en de anderen ‘werkelijkheid’ noemen; ... je beseft dat alle begrippen en woorden louter een conventie zijn en dat ze een context-bepaalde invulling krijgen; ... je beseft dat er geen rechtstreeks *bindende* band is van je woorden met een werkelijkheid buiten jou, wel een verbindende relatie waar jij voor zorgt; ... je leeft bewust met het inzicht in een ‘mensen-werkelijkheid’ naast andere ‘werkelijk-heden’ (bv. de olifanten-werkelijkheid, de poes-werkelijkheid); ... je herkent de wereld als een dynamisch *proces* waarvan het begin niet kan worden vastgesteld en waarvan de dynamiek wordt bepaald door alle dynamieken in het nu-moment; ... je weet dat er geen af te leggen weg voor je ligt want er is geen weg die vooraf werd vastgelegd of vast te leggen is, de weg ontstaat terwijl je loopt; ... je herkent dat je geen op zichzelf bestaand ‘zelf’ bent of hebt, dat je voortdurend een veranderend sociaal ‘zelf’ creëert in verbinding met anderen binnen je diverse sociale contexten.

Je gedrag wordt beïnvloed door een grondpatroon omdat je op elk moment verbonden bent met een grondpatroon en van daaruit waarneemt, denkt en handelt, maar je bent niet gebonden aan één grondpatroon. Je kunt en mag flexibel van patroon wisselen afhankelijk van de situatie waarmee je wordt geconfronteerd of de vraag die je bezighoudt. Je kunt dus op drie verschillende manieren ‘denken’ en drie verschillende methoden van ‘logica’ hanteren, vanuit elk van de drie grondpatronen. Meer nog, net het flexibel omgaan met de keuze van een grondpatroon, levert een helderder zicht op en de weg naar meer duurzame antwoorden voor je fundamentele vragen en meer duurzame ‘oplossingen’ voor je ‘problemen’.

Aspecten van ‘feitelijkheid’

- Feiten zijn ‘feitelijke vaststellingen’ voor jou.

Het zijn ‘feiten’ van jezelf of van anderen als je de door hen gemelde vaststellingen als ‘feit’ aanvaardt. Je kunt ze voor jezelf ‘objectief’ en ‘feitelijk’ noemen zelfs al aanvaarden anderen jouw gegevens niet als ‘feiten’.

- Feiten zijn nooit ‘volledig’.

Iedere persoon is als mens begrensd in het waarnemen en beoordelen. Je kunt je grenzen beperken door samen te werken, door de persoonlijk gevonden gegevens bij elkaar te leggen, door een dialoog te voeren en vooral door kritische vragen te blijven stellen, ook en vooral aan jezelf.

- Feiten zijn steeds hier-en-nu.

Het peil van het zeewater kan op verschillende plaatsen en op verschillende tijden worden gemeten. Dat levert getallen op. Dat zijn ‘feitelijke gegevens’ op dat moment. Wat gebeurt, gebeurt hier-en-nu en kan op dat moment worden vastgesteld. Even later kan je *over* de metingen communiceren.

Daarnaast zijn er veronderstellingen, berekeningen of voorspellingen als resultaat van doorgedreven onderzoek die erg nuttig

kunnen zijn, maar die strikt genomen vandaag nog géén ‘feiten’ zijn. Je hoeft echter niet te wachten tot het peil van het zeewater 1 meter hoger staat om dan pas te handelen vanuit ‘streng onderzochte feiten’ (Research Evidence Based Facts)! Preventief handelen is meer dan zinvol. Je werkt dan weliswaar niet met ‘waargenomen feiten’ maar met ‘hoogst te verwachten feiten’ op basis van streng onderzoek: de actuele waarnemingen, scherpe berekeningen, doordachte voorspellingen’.

- Feiten zijn beoordelingen van vaststellingen, geen universele waarheid.

Het zijn *beoordelingen, conclusies*, op basis van eigen waarnemingen of van wat jij aanvaardt wanneer iemand beweert dit te hebben waargenomen. Feiten bestaan in de mate dat jij of iemand anders, iets een ‘feit’ *noemt*. Wie ‘iets’ beoordeelt en benoemt als een feit en het behandelt als een feit gaat er verder mee om als een ‘vaststaand gegeven’. Waarnemen, je waarneming interpreteren, ze beoordelen en benoemen, gebeurt steeds via je gekleurde bril, vanuit jouw uitgangspunten, waarden en normen. Alle kennis en inzichten zijn gekleurd, voor iedereen. Dit geldt evenzeer voor de wetenschapper. Het beoordelen en benoemen van ‘iets’ en het behandelen als een ‘feit’ gebeurt op basis van afgesproken werkwijzen, normen en criteria en die zijn steeds cultureel bepaald. Sommige (vele?) westerse wetenschappers hebben de volkomen onterechte pretentie dat hun aanpak boven de culturen staat.²⁶

- Er bestaan geen ‘neutrale’ feiten.

Iedere vaststelling vertrekt vanuit een bepaalde visie op jezelf, de anderen, je omgeving en de zin van het leven. Wel kunnen bepaalde vaststellingen dermate streng onderzocht worden dat jij ze in de praktijk *aanvaardt* als ‘objectieve’ feiten. Althans dat gebeurt door die personen die akkoord gaan met de aard van het onderzoek, de

²⁶ ‘Cultuur’ slaat op de volledige context op een bepaalde plaats, in een bepaalde tijd. Dus niet alleen op gewoonten en gebruiken maar ook: taalgebruik, technieken, heersende filosofieën, beeldende uitdrukkingen, de geïnternaliseerde geschiedenis.

toegepaste methoden en de resultaten. Niet iedereen (niet iedere cultuur) aanvaardt bv. dat streng onder-zochte vaststellingen het resultaat zijn van een proces dat als ‘neutraal’ en ‘objectief’ kan worden beschouwd en dat leidt tot ‘objectieve feiten’. Voorbeelden: De discussies over de wijzigingen van het klimaat. De ‘genezende kracht’ van allopathie of van homeopathie of van Chinese geneeskunde.²⁷

‘Objectieve’ gegevens zijn die waarbij de manipulatie transparant, duidelijk en eerlijk is én verifieerbaar.

Een voorbeeld - Een foto nemen is steeds een ‘manipulatie’. Je hebt een beperkt stukje geknipt uit het geheel, uit de ‘werkelijkheid’ die multidimensionaal is. Een foto biedt een ‘oppervlakte-visie’. Er is een verhaal bij nodig om te kunnen verduidelijken wat je ziet. Je kunt bewust de foto nog meer manipuleren. Je kunt bv. het beeld verder verknippen zodat de selectie die je toont doet uitschijnen alsof er op dat ogenblik veel mensen aanwezig waren. De kijker plaatst het beeld immers - onbewust - binnen een voor hem begrijpelijke bredere context.

- Feiten zijn het resultaat van waarnemingen en beoordelingen vanuit een persoonlijk perspectief op de fenomenen en hun verbanden.

Elk feit dat wordt ingezet bij een onderzoek, in een gedachtengang in een gesprek, enz. vertrekt vanuit een specifiek perspectief. Een perspectief is ‘subjectief’. De kwaliteit van de feitelijkheid is afhankelijk van de betrouwbaarheid en de mate van grondigheid van het perspectief van diegene die het feit in het midden legt. De kwaliteit kan tevens worden vergroot door meerdere perspectieven bij elkaar te leggen (bv. interdisciplinair onderzoek of het gebruik van participatieve werkmethoden). De feitelijkheid van feiten wordt groter wanneer die door onafhankelijke derden kunnen worden geverifieerd.

²⁷ Beter: gezondheidskunde; je betaalt de Chinese arts om je gezond te houden, je betaalt haar niet als je ziek bent en om je te genezen.

- Het vaststellen en hanteren van ‘feiten’ is onderdeel van het door jou gekozen grondpatroon.

Het maakt een groot verschil of je het *lijnig*, het *systemisch* of het *lemniscatisch* grondpatroon als basis neemt.

Voor het lijnig grondpatroon is een boom een object waarvan alle deelaspecten ‘objectief’ kunnen worden vastgesteld.

Voor het systemisch grondpatroon is een boom een dynamisch systeem dat deel uitmaakt van andere, grotere systemen (bv. het systeem ‘stad’ of het systeem ‘bos’ of het systeem ‘klimaat’).

Voor het lemniscatisch grondpatroon is een boom geen object of systeem maar een nooit eindigend proces dat interafhankelijk en interactief beweegt met andere processen (bv. met de activiteiten, technieken en systemen van mensen en dieren)

- Feiten zijn een selectie.

De meeste ‘feiten’ waar jij op steunt om je gedachten te voeden, je visie en je mening te vormen en te handelen, heb je niet zelf vastgesteld. Je doet overwegend beroep op datgene wat anderen beweren dat ‘feiten’ zijn. Je gebruikt gegevens uit tweede, derde, vierde, ... hand. Daar dienen je verschillende informatiebronnen voor. De informatie waarover je kunt beschikken is overweldigend. Je moet noodgedwongen een keuze maken.

Je eigen waarnemingen zijn evenwel ook een selectie. Je zou immers veel meer kunnen vaststellingen op datzelfde moment.

Een eenvoudige oefening: zet je voor een schilderij en beschrijf wat je ziet; vervolgens draai je even rond en kijkt opnieuw naar het werk met de vraag ‘Wat zie ik nu dat ik zojuist niet heb gezien?’, herhaal dit een nog keer. Het is voor de meesten verbazend hoeveel meer ze ‘zien’.

- Feiten draaien om vertrouwen.

De meeste ‘feiten’ haal je uit tweede, derde, vierde of x-ste hand; via leraren, vrienden, collega’s, getuigen en via de diverse media: een boek, het internet, de televisie, de sociale media, een video, een film, een documentaire. Alles draait om vertrouwen schenken. Wie vertrouw jij? Wie geloof jij?

In veel culturen wordt een groot vertrouwen gegeven aan de vertellers van de Grote Verhalen. “Ze zijn geloofwaardig omdat ze rechtstreekse kennis hebben (ontvangen) van wat ze voorschrijven, compassie tonen voor hun medemensen en hen heldere adviseren geven.”²⁸

- Feiten hebben een autoriteit nodig die de ‘feitelijkheid’ van het feit bevestigt.

Wil iets voor jou een ‘feit’ zijn dan heb je niet alleen waarnemingen en criteria nodig hoe dit vast te stellen en te interpreteren, maar tevens een autoriteit die je steunt in je overtuiging dat deze waarnemingen een ‘feit’ vormen. Zelden zal je verwijzen naar jezelf, zelfs niet als het om erg persoonlijke waarnemingen gaat, bv. je zegt niet: “Ik heb het zelf waargenomen en dat is voldoende!” (met een toon “Niemand kan dit tegenspreken.”)

Afhankelijk van het onderwerp en de vaststelling dat je als ‘feit’ in het midden legt, zal je iemand anders als autoriteit voorop stellen, bv. bij onderwerpen als het opvoeden van kinderen, je gezondheid, gezonde voeding, milieubeheer, armoede aanpakken, 'groene' transportmiddelen, opwarming van de aarde, ethisch-ecologische keuzes maken, ... Telkens verwijst je naar een andere persoon of instelling als een autoriteit terzake.

Let op, wanneer je iets hoort, ziet of leest en je knikt op dat moment positief, heb je tegelijkertijd je informatiebron bevestigd als autoriteit. Wat voor jou een verzinsel of een gerucht is, kunnen anderen als een ‘feit’ behandelen en omgekeerd.

Wat géén feiten zijn, is evenzeer gebonden aan een autoriteit die dit bevestigt als het antwoord op de vraag wat wél feiten zijn.

- Feiten zijn steeds ‘feiten binnen een bepaalde context’.

Geen enkel gegeven staat buiten de context waar dat gegeven werd waar-genomen. Alle onderzoeken, berekeningen, vaststellingen en conclusies zijn contextueel. Dit betekent dat de ‘feitelijkheid’ van

²⁸ De houding bij velen in India. Ganeri, Jonardon, in: *Philosophy in Classical India* - Routledge 2001

feiten, afhankelijk is van de context en niet zomaar in om het even welke andere context kan worden ingezet als 'feit'.

Gedrag van dieren in een labo of in gevangenschap is niet identiek met het gedrag in hun natuurlijke habitat.

- Feiten worden 'feiten met gezag' binnen een discours, binnen een verhaal.

Feiten zijn enkel relevant binnen een verhaal. Een loutere opsomming van data of gegevens levert niets op. Een grafiek zonder het verhaal waarbinnen deze gegevens passen biedt geen kennis.

Binnen het politiek discours worden zaken als 'feiten' aangehaald en verdedigd die bij nauwkeurig onderzoek niet allemaal of helemaal niet op streng gecontroleerde waarnemingen zijn gebaseerd. Verschillende politici hanteren 'alternatieve feiten' in hun verhaal, feiten die alleen bestaan in hun hoofd. Ze brengen hun verhaal vaak erg overtuigend.

Binnen elk godsdienstig discours hanteren de gezagsdragers feiten waarvan anderen iedere feitelijkheid sterk in vraag stellen. Voor de predikers is het verhaal meer 'waar' dan de feiten. Voor critici gaat het echter om 'sacrale feiten' en dus onbewijsbaar.

- Er zijn geen waarnemingen waar alle mensen het over eens zijn dat die 'feitelijk waar' zijn.

Er zijn toch waarnemingen die wetenschap-pelijk werden vastgesteld en bewezen? Je gaat er als westers opgeleid persoon snel van uit dat alle acht miljard mensen op aarde in alles de autoriteit van de westers gevormde wetenschappers aanvaarden. Nu, dat is een veronderstelling en geen feit! Er zijn genoeg mensen, zelfs westers gevormde personen, die 'wetenschap-pelijk bewezen' gegevens verwerpen als feit. Luister bv. naar de tegenstrijdige verhalen over de opwarming van de aarde of het effect van vaccinatie. Daarnaast bestaan er culturen die andere vormen van onderzoek hanteren en die ze een autoriteit als 'wetenschap' geven. Ze hanteren andere gegevens als 'feiten' die echter door de westers gevormde wetenschappen niet worden aanvaard.

*Bestaan er chakra's, meridianen of energiebanen in je lichaam?
Hebben mensen een aura? Welk 'bewijs' wordt hier aanvaard (of*

geweigerd) om het hier over vaststellingen te hebben en die 'feiten' te noemen? Wie erkent welke autoriteit? Wie niet en om welke reden? Maar ook in de westerse geneeskunde wordt vaker dan je denkt gewerkt met de houding "deze effecten wijzen er op dat onze aanpak (of dit geneesmiddel) werkt, zelfs al kunnen we niet verklaren hoe dat gebeurt."

In iedere situatie kies je uit de diverse soorten beschikbare gegevens én de verschillende autoriteiten. Je kunt niet *alles* onderzoeken en je kunt je niet over *alles* uitgebreid informeren. In de dagelijkse praktijk bepaal je zelf de 'feitelijkheid' van de feiten!

- Als het gaat om de feitelijkheid van 'feiten' is het nuttig het werk van Hans Rosling te lezen.²⁹

Daarin wijst hij op onze 'spontane' instinctmatige manier van denken over 'feiten' en de tien valkuilen waar we in trappen. Hans Rosling, inmiddels overleden, werd bekend door zijn optredens tijdens TedTalks. Die zijn meer dan de moeite waard om ze nog eens te bekijken.³⁰

²⁹ Rosling, Hans, *Feitenkennis : 10 redenen waarom we een verkeerd beeld van de wereld hebben en waarom het beter gaat dan je denkt*, Spectrum 2018

³⁰ https://www.ted.com/playlists/474/the_best_hans_rosling_talks_yo

Zijn er grenzen aan de 'feitelijkheid'?

- 'Feiten' zijn waarneembaar maar niet steeds meetbaar.

Is er alleen sprake van een 'feit' wanneer je het kunt meten? Veel gegevens zijn op het moment dat je ze waarneemt wel waarneembaar maar daarom niet meetbaar. Geuren en kleuren bv. kan je waarnemen maar zijn moeilijk te meten. Hoe sterk is de geur die je nu ruikt? Is er pas een 'feitelijke' geur wanneer een wetenschappelijke snuffelmachine de geur meet? De meeste 'persoonlijke feiten' zijn niet of zeer slecht meetbaar. Daarenboven wordt er vaak een dagelijkse taal gehanteerd en bv. geen academische of nauwkeurige taal.

- 'Feiten' zijn niet steeds waarneembaar.

Het voelt aan als een dilemma voor de persoon die iets vaststelt (meent iets vast te stellen) wanneer dit noch voor zichzelf noch voor anderen waarneembaar is. Wetenschappers die via hun berekeningen zeker zijn dat er zich op een bepaalde plaats in de ruimte 'iets' bevindt wat echter (nog) niet werd waargenomen, hopen op een dag bevestiging te krijgen via een waarneming. Wetenschappers zullen voorzichtig zijn om dit een 'feit' te noemen maar ze zijn het er wel over eens dit voorlopig als een 'feit' te behandelen en te zien wat hen dit (meer) oplevert.

- 'Feiten' zijn niet steeds communiceerbaar.

Kan iemand iets als een 'feit' in het midden leggen wat hij niet op een begrijpbare manier duidelijk kan maken? Zelfs al gebruik je meerdere talen, verbale en beeldende talen, dan nog kan je voelen dat je iets niet 'gezegd' of 'getoond' krijgt. Het is dan wel een 'feit' voor jou maar niet voor anderen. Mystici in alle culturen en in alle tijden staan voor het dilemma a) of ze wel of niet zullen communiceren dat ze iets hebben ervaren, b) of ze wel of niet zullen aangeven wat het kan zijn en c) hoe ze dit kunnen uitdrukken met middelen die te beperkt zijn voor hun ervaring.

- ‘Feiten’ zijn niet steeds objecten.

Kunnen filosofische of theoretische concepten ook “feiten” zijn? Of kunnen we ze als ‘feiten’ hanteren? Wanneer sommige denk-richtingen in Azië de nadruk leggen op de ‘zo-heid’ van de dingen (bv. het daoïsme), is de zo-heid dan een ‘feit’? Wanneer sommige denkers in Azië stellen dat er sprake is van een moment van ‘zuivere ervaring’ dat voorafgaat aan het menselijk waarnemen, denken en conceptualiseren, mogen zij deze ‘zuivere ervaring’ dan als een ‘feit’ hanteren?

- ‘Feiten’ zijn ‘slechts’ argumenten.

De lezing van Trudy Dehue biedt nog steeds een zeer kritische kanttekening.³¹ Uitspraken van haar:

Feiten zijn samengebalde argumenten. Feiten zijn geen rechtstreekse weerspiegeling van ‘de’ werkelijkheid, maar ze kunnen wel harde werkelijkheden maken.

Classificaties en indelingen, weerspiegelen de werkelijkheid niet, maar vormen hem wel.

Woorden, getallen en afbeeldingen spreken niet namens de werkelijkheid, maar mensen spreken via woorden, getallen en afbeeldingen over de werkelijkheid.³²

Feiten zijn het eindproduct van menselijke beslissingen en bewerkingen. Achter elk feit schuilt daarom een verhaal. En vooral bij feiten over onzichtbare werelden is dat verhaal vaak rijk en complex. Behalve met woorden en getallen wordt het onzichtbare met beelden overgebracht – die dus net zo goed het resultaat van creatieve menselijke arbeid zijn.

³¹ Op 30 november 2016 gaf Trudy Dehue een lezing onder de titel ‘Omwille van de feiten en de democratie’. De [video](#) kan je zien op YouTube, de tekst kan je [hier](#) downloaden.

³² Trudy Dehue emeritus-hoogleraar wetenschapssociologie en -geschiedenis aan de Rijksuniversiteit Groningen, in ScienceGuide 16/01/20, [hier](#) de tekst. Het is meer dan de moeite waard om haar boeken te lezen.

4. Vier soorten feiten

Er zijn diverse soorten feiten afhankelijk van de aard van de bron en hoe er met die bron wordt omgesprongen.

Er zijn twee soorten ‘feiten’ die niet worden ondersteund door enig onafhankelijk kritisch onderzoek:

1) persoonlijke feiten

2) feiten van een groep of een gemeenschap

Er zijn twee andere soorten ‘feiten’ die wel de toetsing van onafhankelijk kritisch onderzoek kunnen doorstaan:

3) feiten gebaseerd op gedocumenteerde praktijk

4) feiten gebaseerd op streng onderzoek

1. Persoonlijke ervaringen als feiten

(Personal Experience Based Facts - PEBF) = gegevens die jij waarneemt, ervaart en beleeft als ‘feit’ en die niet door anderen kunnen worden geverifieerd. Je fysieke gewaarwordingen, je gevoelens, je emotionele reacties en je behoeften zijn bijvoorbeeld persoonlijke feiten. Gevoelens zijn innerlijke vaststellingen.

Iedereen heeft het recht iets een persoonlijk feit te noemen en daarin gehoord en gerespecteerd te worden.

Wanneer je in het ziekenhuis aan een arts vertelt over je pijn zal zij je verhaal aanvaarden en trachten daarvoor aanwijzingen te vinden. Ze kan echter in veel gevallen jouw vaststelling niet zelf observeren. Zij zal gewoon aanvaarden dat wat jij zegt waar is - voor jou - en op die basis verder onderzoek verrichten (tot er indicaties zijn die dit in vraag stellen).

Wanneer je de ‘aanwezigheid van ‘God’ hebt ervaren kan niemand je er vanaf brengen. Zo’n ervaring valt niet te bewijzen. De ervaring is voor jou een ‘feit’. Voor de moderne wetenschap is dit een ‘subjectief

sacraal gegeven' ook al kan jij zelf via herhaalde ervaringen dit als 'objectief' beschouwen.

Hier past een belangrijke kanttekening: *gevoelens* en *emoties* zijn verschillende zaken. Gevoelens zijn waarnemingen, emoties zijn je reacties op je gevoelens. Voor het feiten-gehalte van gevoelens dien je terug te gaan naar wat je in je lichaam en vanuit je hart waarneemt, gevoelsmatig ('emotioneel' is hier een verwarrende term). Je kunt bij een aandachtige reflectie elementen terugvinden met een bepaalde 'stevigheid' waar je gevoelens op steunen. Voor het feiten-gehalte van je emoties moet je terug naar wat je doet reageren zoals je reageert. Dan zal je merken dat je zelden terug kunt vallen op iets dat een bepaalde 'vastheid' heeft; emotionele reacties komen en gaan en zijn afhankelijk van het moment en de context.

Wat voor jou 'werkelijkheid' is, is ook helemaal werkelijkheid ... voor jou! Dat kan iedereen vaststellen aan de hand van de effecten die deze 'werkelijkheid' heeft bij jou, namelijk via je gedrag en je communicatie, via je emotionele, psychische, intellectuele, actiegerichte reacties.

Wanneer twee mensen in dezelfde richting kijken, zijn er steeds twee persoonlijke waarnemingen en ervaringen waaruit persoonlijke feiten en vaststellingen worden gehaald. Samen kunnen die twee personen dan onderzoeken waar ze overeenkomen om samen iets als een 'feit' te aanvaarden en zo te benoemen.

Een feit vastgesteld door meerdere personen blijft echter 'een persoonlijk feit door meerdere, individuele mensen vastgesteld'! Een waarneming wordt door het aantal betrokkenen niet vanzelf een 'bewezen feit'. Zo zijn religieuze ervaringen 'persoonlijke feiten van veel individuen' die bij onderlinge uitwisseling zeer sterk op elkaar kunnen lijken (omdat ze hetzelfde verhaal hebben gehoord, dat geloven, hanteren en navertellen). Wel zal men trachten de 'feitelijkheid' kracht bij te zetten door kleine verschillen in de ervaringen - voor hen onbenullige verschillen - te negeren en te vertellen: "Wij hebben dezelfde ervaring." Zeer vaak is echter dagelijks taalgebruik

en slordig waarnemen de basis.

Persoonlijke feiten hebben voor jou een zeer groot waarheidsgehalte - terecht - om het even of anderen het er mee eens zijn of niet. Het blijven echter persoonlijke feiten, een persoonlijk verhaal en een persoonlijke waarheid. Niet meer, maar ook niet minder.

2. Feiten van een groep of gemeenschap

(Community Based Facts - CBF) = gegevens die een familie, een groep, een organisatie of een gemeenschap vanuit hun gemeenschappelijk leven als 'feiten' beschouwt en hanteert. Het herkennen en erkennen van zulke feiten draagt bij aan de zorg van de leden om een hechte groep te vormen en het creëren van een cultuur. In veel gevallen delen de leden van de groep een verleden en een beeld voor de toekomst.

Het begrip 'gemeenschap' slaat op iedere groep en op iedere cultuur. Het slaat dus zowel op een familiecultuur, een groeps cultuur, een maatschappelijke cultuur als op een organisatie- of een bedrijfs-cultuur en ook op een specifieke wetenschaps cultuur. Ook een club wetenschappers deelt, naast wetenschappelijk ontdekte feiten, feiten van een groep die niet degelijk zijn onderzocht.

Het zijn feiten die door een groep mensen sterk worden verdedigd. Er zijn gemeenschappelijke waarden en normen mee verbonden. Ze maken deel uit van de identiteit van de leden van de groep of de gemeenschap. "Dit is een eeuwenoude traditie!", "Dit is voor onze gemeenschap een vaststaand feit waar wij ons geloof op bouwen."

Bij gemeenschappelijke feiten doen groepen beroep op het aantal leden om de 'feitelijkheid' kracht bij te zetten. Ze vertrekken vaak van het uitgangspunt: hoe groter het aantal personen dat deze feiten bevestigt, hoe groter het waarheidsgehalte. Het begrip 'waarheid' krijgt daardoor een 'democratisch' tintje en dus niet een cultuur-overschrijdend gehalte.

De leden kunnen het gevoel hebben dat ze onafhankelijk van elkaar

tot de conclusie zijn gekomen dat deze gegevens ‘objectieve feiten’ zijn, in werkelijkheid maakt het deel uit van wat binnen hun groep of gemeenschap als ‘feit’ wordt herkend, het maakt deel uit van het verhaal dat de groep of de gemeenschap bindt. Zulke “feiten” zijn moeilijk of niet te weerleggen door mensen buiten die gemeenschap omdat ze als fundament van de waarden en de normen van de groep of de gemeenschap worden beschouwd en dus door hen met hart en ziel worden verdedigd.

Op sociale media worden ook groepen gemaakt en bekennen mensen zich tot een bepaalde groep of gemeenschap. Je merkt een ander type groepsgedrag maar wat wel veel gelijkenis vertoont: de leden houden vast aan bepaalde ‘feiten’ die voor de groep onomstotelijk vaststaan, zelfs al gaat het om meningen, gevoelens of primaire reacties of post-truth³³

Zowel nationalistische groepen, religieuze groepen als wetenschappelijke instituten verwijten ‘de anderen’ (die ze zien als tegenstander) feiten-blindheid. ‘Feiten-blindheid’ kan je vergelijken met kleuren-blindheid. Een kleuren-blinde ziet kleuren! Echter niet de kleuren die de meesten van ons zien. Een ‘feiten-blinde’ ziet feiten, echter niet de feiten die een andere groep beweert te zien.

3. Feiten gebaseerd op gedocumenteerde praktijk

(Practice Evidence Based Facts - PEBF) = gegevens die herhaaldelijk in de praktijk werden vastgesteld, door meerdere mensen én die werden gedocumenteerd, zodat buitenstaanders de informatie kunnen opvragen en nakijken. Het gaat ondermeer om feiten waar om praktische redenen geen wetenschappelijk onderzoek voor nodig of mogelijk is. In bedrijven en organisaties wordt vaak met dergelijke feiten gewerkt. Het is immers niet mogelijk en niet nodig om voor alle

³³ De term [Post truth politics](#) of fact-free politics heeft betrekking op een politieke cultuur waarbij politici beroep doen op de emoties van de publieke opinie in plaats van op ‘objectieve’ feiten. Wat al dan niet de waarheid is, is van secundair belang.

gegevens waar men een beslissing op baseert een streng wetenschappelijk onderzoek op te starten. Wél is het noodzakelijk de gegevens samen te onderzoeken, vaststellingen te documenteren, ze te verifiëren en te herhalen zodat een zo groot mogelijke zekerheid wordt bekomen. Anders vervalt men in de vage reactie: “Dit is een feit want dit hebben we reeds vaker meegemaakt en geobserveerd. Nee, we hebben daar geen documentatie van. Iedereen hier weet wel dat zich zo voordoet.”³⁴ Het ernstig verzamelen en documenteren van gegevens is een noodzakelijke voorwaarde om te kunnen spreken van ‘op de praktijk gebaseerde feiten’.

In deze groep behoren ook de *ervaringen die veelvuldig zijn voorgekomen (gedocumenteerde praktijk) en die niemand kan tegenspreken ook al zijn ze niet ‘bewezen’*.

- Wanneer je je hand op een gloeiend hete plaat legt zal je je hand verbranden. (Er is voldoende wetenschappelijk onderzoek naar *de graad van brandwonden* en hoe die te helen.)
- Na een hevige brand herstelt de natuur zich zelf (al kan de nieuwe toestand sterk verschillen van de oude).
- De zon komt *schijnbaar* op uit oostelijke richting omdat de aarde draait naar de oostelijke richting.³⁵
- Het medicijn Paracetamol werkt, dit is ‘feitelijk’, daar is heel veel ervaring mee. Het is echter niet gekend *hoe* het werkt. Wegens de grote evidentie *dat* het werkt en op zo’n grote schaal wordt gebruikt, is niemand nog bereid geld te stoppen in een onderzoek naar *hoe* het werkt. Tegelijk weten we uit de gedocumenteerde praktijk dat teveel Paracetamol je lever kan beschadigen.³⁶

³⁴ Dan heeft het meer weg van de tweede soort feiten: 2. *Feiten van een groep*

³⁵ We hanteren nog steeds een taal (dagelijks, weinig zorgvuldig) alsof de zon en de planeten en de sterren om de aarde draaien. Wat maakt het zo moeilijk om duidelijk uit te drukken wat er écht gebeurt? Het zou beter zijn om te zeggen: “De aarde draait en doet de zon verschijnen in het oosten.”

³⁶ Universiteit van Nederland op [YouTube](#): *This is how quickly paracetamol can poison you*

4. Streng onderzochte feiten

(Research Evidence Based Facts - REBF) = feiten die werden verzameld op een wetenschappelijk, streng gestructureerde wijze en die door anderen werden gecontroleerd, of alleszins controleerbaar zijn, onafhankelijk van de oorspronkelijke vaststellers. Streng onderzochte feiten zijn feiten die door tegenonderzoek werden bevestigd of kunnen worden bevestigd. Deze feiten zijn meestal het resultaat van een lange weg van onderzoek en werden door collega's kritisch getoetst. Indien er nog geen tegenonderzoek werd gestart is het nauwkeuriger om te spreken van 'voorlopige wetenschappelijke feiten'.

Met 'wetenschappelijk onderzoek' verwijst men naar *de wijze waarop gegevens worden verzameld, geïnterpreteerd en behandeld*. De term kan worden gebruikt zowel voor de westerse wetenschappers als voor hoe er in Azië reeds eeuwenlang aan onderzoek wordt gedaan. Niettemin blijft een kritische houding erg noodzakelijk. Hoe streng verloopt het onderzoeksproces? In welke mate verloopt het 'neutraal' en transparant? Welke aannames gaan er aan vooraf en zijn die gerechtvaardigd? In welke mate beïnvloedt de taal de vraagstelling en de conclusies? Kan het onderzoek worden gereproduceerd door andere onderzoekers of gaat het om een uniek moment dat niet voor herhaling vatbaar is of enkel door specifieke personen?

De resultaten uit bv. introspectief-contemplatief onderzoek (door boeddhistische monniken) kunnen 'streng onderzochte feiten' zijn indien ze door mensen met een andere visie via gelijkaardig contemplatief onderzoek worden bevestigd.

Wees kritisch! Veel van het 'wetenschappelijk' onderzoek naar bv. meditatie wordt uitgevoerd door 'gelovigen', mensen die bij voorbaat geloven dat het werkt.

In wetenschappelijke kringen kan men het erg oneens zijn met elkaar en kan men tegenstrijdige 'streng onderzochte feiten' aanhalen ter ondersteuning van een visie. Denk aan het debat over de wijzigingen in het klimaat. Wetenschappelijk onderzoek (waar ook ter wereld)

werkt echter minder met 'harde feiten' dan je zou vermoeden en ze is zeker geen 'neutrale' onderneming.

*"Dat wekt de suggestie van echte wetenschap als het voornamelijk ontdekken van 'harde' feiten. Het is niet juist om harde tegenover zachte wetenschappen te stellen, want alle wetenschappen zijn 'zacht' in die zin dat er op talloze vlakken menselijke beslissingen mee zijn gemoeid."*³⁷

"Serieuze wetenschappers spreken nooit in termen van 'Wij weten', maar in termen van 'We kunnen nieuwe vragen stellen'. Het gaat om de vraag en niet om een eens en voor altijd vast te stellen 'waarheid'. Integendeel een wetenschappelijke uitspraak is juist vooral belangrijk vanwege de nieuwe mogelijkheden die zij ontvouwt. In de maatschappij wordt het dynamisch karakter van de wetenschap niet goed begrepen. Bij velen bestaat het idee dat 'de wetenschap' een geheel van 'ware kennis' is. Dat is een gevaarlijk misverstand."

³⁸

Een vijfde soort 'feiten'? Voorlopige feiten

Op verschillende terreinen doen mensen ernstig, kritisch onderzoek en komen tot 'vaststellingen' die echter nog niet algemeen waarneembaar zijn of die door de aard van de gegevens dat niet kunnen zijn. Deze gegevens worden door hen *voorlopig* als 'feit' gehanteerd. Het aspect '*voorlopig*' slaat op: 'nog geen mogelijkheid hebben om te kunnen waarnemen' of 'nog niet over de technische middelen beschikken om dit goed te kunnen waarnemen' of 'nog niet voldoende geschoold zijn om dit te kunnen waarnemen'. Het gaat bv. om resultaten van wetenschappelijk theoretisch onderzoek in de fysica of de astrofysica.

De theorie van Albert Einstein dat het licht afbuigt in bepaalde situaties werd als 'voorlopig feit' gehanteerd in de astronomie tot het vele tientallen jaren later werd waargenomen en nu volop als 'feit' kan worden bestempeld.

³⁷ Dehue, Trudy, *Betere mensen - Over gezondheid als keuze en koopwaar*, Atlas Contact 2014, p.282 Het boek is een kritische beschouwing van 'wetenschap doen'.

³⁸ Isabelle Stengers, *Macht en wetenschappen*, VUBpress 1998

Daarnaast zijn er veronderstellingen, berekeningen of voorspellingen als resultaat van doorgedreven onderzoek die erg nuttig kunnen zijn, maar die *strikt genomen* vandaag nog géén ‘feiten’ zijn. Je hoeft echter niet te wachten tot het peil van het zeewater 1 meter hoger staat om dan pas te kunnen handelen vanuit Research Evidence Based Facts!

Preventief handelen is meer dan zinvol. Je werkt dan weliswaar niet met ‘waargenomen feiten’ maar met ‘hoogst te verwachten gegevens op basis van de actuele waarnemingen, scherpe berekeningen en doordachte voorspellingen’.

Je zou deze feiten met enig voorbehoud kunnen onderbrengen bij de vierde soort feiten ‘Streng onderzochte feiten’ omdat ze het resultaat zijn van gedegen onderzoek dat door anderen kan worden herhaald. Of je kunt een slag om de arm houden en toch liever ze onderbrengen in een ‘subsoort’: voorlopige feiten

Feiten opwaarderen

We hebben allemaal de neiging om feiten ‘op te waarderen’, ze belangrijker te maken dan ze zijn of ze voor te stellen als ‘grondig bewezen’. Je geeft ze meer gewicht omdat het jou past in een verklaring of om te scoren in een discussie of in het politiek spel of in het ‘Ik-heb-gelijk’ spel.

1. We opwaarderen onze *persoonlijke ervaringen* door ze te verbinden met een persoon, een groep of een instelling die door velen wordt gezien als een hoge autoriteit.
 - Je roept: *“Ik heb het zélf gezien en de mensen die er bij waren zagen het ook.”*, *“Het waren drie wetenschappers die het samen met mij hebben waargenomen!”* (Wie geef je hier autoriteit?)
 - Je beroept je op een autoriteit en geeft de leider waar je naar opkijkt meer autoriteit dan anderen hem of haar toekennen. *“HIJ heeft dit ook gezegd!”* Je hebt het dan over een geestelijk leider, een filosoof, een wetenschapper, een bekend CEO, een schrijver of een consultant.

- Je gebruikt je persoonlijke waarnemingen alsof het een algemeen bekend feit zou zijn: *“Iedereen weet toch dat ...”* of *“Dat weet toch iedereen.”* (met als ondertoon: jij bent toch niet zo stom om dit niet te zien!)
2. Mensen in een groep of een gemeenschap hebben de neiging om hun waarnemingen meer autoriteit en gewicht te geven omwille van het aantal leden: *“We zijn met zeer velen die hetzelfde hebben waargenomen!”*, *“Dit is bewezen door de gelijke ervaring van onze duizenden leden!”*

Een groep die vanuit een overtuiging of een geloof om zich heen kijkt, kan het er over eens zijn dat wat ze waarnemen ‘feiten’ vormen vanuit de ‘eeuwenlange’ ervaring van velen. Nochtans kan iemand die niet de overtuiging of het geloof van de groep deelt de aangehaalde feiten niet verifiëren.

Een *groepsgeest*, het *groepsgedrag*, de *groepsdruk* en de *kenmerken* van een overtuiging of een geloof, zijn van buitenaf wél waarneembaar en onderzoekbaar. Sociale wetenschappers kunnen dit onderzoeken en documenteren (en hebben dit reeds meermaals gedaan). Over het groepsgedrag kunnen streng onderzochte feiten worden gevonden door sociologen, antropologen en psychologen.

De *inhoud* van een overtuiging of een geloof blijft echter een *persoonlijk* feit, ook al zijn er miljoenen mensen die roepen dat dit ‘waar’ is. Zij zullen niet aanvaarden dat de *inhoud* van hun overtuiging ‘streng onderzocht’ kan worden door buitenstaanders en daarna door die personen worden beoordeeld. Dit geldt zowel voor politieke, maatschappelijke, sociale, religieuze, filosofische als voor wetenschappelijke overtuigingen en de teksten waar ze zich op beroepen.

3. Mensen die samenwerken bestempelen soms te snel hun ervaringen in de praktijk tot ‘feiten uit de praktijk’ om ze meer autoriteit te geven dan een bundel *persoonlijke* ervaringen, wat ze in werkelijkheid zijn.

Er kunnen in bedrijven en organisaties veel Practice-Evidence Based Facts worden verzameld. Je dient dan wel scherp waar te nemen, elkaar feedback te geven en de resultaten en de effecten te documenteren. Anders blijven het *individuele* opmerkingen die worden opgeteld en die onterecht worden opgetild tot ‘kennis uit de praktijk’. Hoe heb je de resultaten gemeten? Hoe vaak? Met welke criteria heb je rekening gehouden, met welke niet? Wat is de invloed van de context?

4. De resultaten van een eenvoudig wetenschappelijk onderzoek of van een simpele enquête worden niet zelden te snel als ‘streng onderzocht’ bestempeld en zo op tafel gelegd. Door de zeer grote hoeveelheid aan onderzoeken is het in de praktijk moeilijk om fondsen te krijgen voor een tegenonderzoek. Daardoor glippen ‘slordig’ uitgevoerde onderzoeken of onderzoeken op een naar verhouding veel te kleine schaal door de mazen en worden soms onterecht gehanteerd als ‘wetenschappelijk bewezen’.

Een voorbeeld van kritisch kijken³⁹: neurowetenschappers hebben waargenomen dat er in het brein een plek oplicht die een keuze-actie weergeeft net voor de proefpersonen bewust (uiterlijk) aangeeft dat hij een keuze maakt. De algemene conclusie dat al onze keuzes vooraf worden gemaakt in ons brein en we bijgevolg niet vrij kiezen, is vanuit een streng wetenschappelijke houding volkomen *onterecht*.⁴⁰ De hype veroorzaakt door de fMRI scans zorgt bij meerdere wetenschappers voor te snelle conclusies en verklaringen. Wetenschappers zijn gewoon mensen en hoewel dat onmogelijk lijkt, maakt toch nog menig een fout om een correlatie slordig om te zetten in een causaliteit.⁴¹

³⁹ Geerlings Ellen, *Kiezen of delen - Een filosofische oriëntatie*, Boom 2015, p. 27 De ontmaskering ontmaskerd

⁴⁰ Voor een kritische blik op neurologisch onderzoek: Bos, Arie, *Mijn brein denkt niet, ik wel*, Christofoor 2014

⁴¹ Lilienfeld, Scott, *50 Great Myths of Popular Psychology: Shattering Widespread Misconceptions about Human Behavior*, 2010

Wees vooral kritisch naar uitspraken als “*Onderzoek heeft uitgewezen dat ...*” bij de marketing van een product. De reclame speelt daar handig op in (bv. voor farmaceutische producten of alternatieve behandelingen). De verwevenheid van de belangen van wetenschappers en van grote bedrijven is zéér groot.

Wat met ‘sacrale feiten’?

Voor zeer veel mensen op aarde zijn de manifestaties van het sacrale een ‘feit’: God, het Universum, goden, avatars, geesten, engelen, de invloed van voorouders, magische krachten (positieve zowel als negatieve), het Kwade, ...

Deze ‘gegevens’ breng ik onder bij de eerste twee soorten feiten: 1. Persoonlijke feiten of 2. Gemeenschappelijke feiten. Maar is hiermee alles gezegd over deze ‘sacrale feiten’?

Hier kom je aan de grens tussen waarnemen en geloven, tussen feiten en fictie, tussen beeldend denken en verbeelding. Sommigen zullen zeggen dat het geen ‘grens’ is maar een ‘grijze zone’. Dat deze ‘grensstreek’ aanleiding is voor welles-nietes - je gelooft het of je gelooft het niet - is een signaal dat het hier niet gaat om ‘algemeen aanvaarde feiten’ of om ‘feiten die onafhankelijk kunnen worden geverifieerd’. Het wijst er wel op dat ‘sacrale feiten’ voor velen zo sterk zijn dat ze die als ‘ware feiten’ hanteren.

Belangrijk hierbij is het onderscheid maken tussen *verklaren* en *zin geven*. Verklaren is het zoeken van een antwoord op de vraag ‘*Waarom gebeurt dit?*’, zin en betekenis geven is het zoeken van een antwoord op de vraag ‘*Waarom gebeurt dit?*’.⁴²

Vergis je niet, iedereen denkt op een bepaald moment wel eens sacraal.

*Met welke intentie steek jij een kaars aan? Waar denk je dan aan?
Welke eenvoudige gedrag patronen zijn voor jou rituelen die niet*

⁴² In het dagelijks taalgebruik maken we geen onderscheid tussen *Waarom?* en *Waarom?* Onterecht. Lees meer in *De kunst van het vragen*

mogen veranderen? Wat gebeurt er wanneer jij of iemand het toch anders doet?

Wat met valse feiten? Wat met leugens?

Leugens vertellen is van alle tijden. Sinds 2016 werd de wereld duidelijker geconfronteerd met iemand die ‘alternatieve feiten’ promootte. De ervaring leert dat hoe vaker en luider je een leugen vertelt hoe groter de kans dat grote groepen mensen gaan geloven dat het ‘ware feiten’ zijn. Je kunt niemand verbieden om leugens of valse feiten te verspreiden als ‘waar’. Sinds 2016 zijn er nu overal in de wereld fact-checkers actief om dit soort ‘feiten’ te ontmaskeren. Tegelijk met het opkomen van meer valse feiten groeit de goedgelovigheid van grote groepen mensen en een onkritische houding.

Valse feiten zou je kunnen onderbrengen in de eerste categorie ‘persoonlijke feiten’ maar hier is meer aan de hand. Je kunt ze niet zonder meer op deze manier behandelen. De invloed van valse feiten is namelijk veel te groot. In een aantal landen wordt de geschiedenis herschreven door bepaalde feiten te schrappen en te vervangen door valse feiten.⁴³

⁴³ Een voorbeeld is India waar in schoolboeken en in folders voor interne toerisme de geschiedenis duchtig wordt ‘herwerkt’. Lees meer in het boek van Gie Goris, *India - De onzichtbare gigant*, Lannoo 2024, hoofdstuk 3.2 De geschiedenis is een hoer. Andere landen zijn bv. Rusland, Turkije, Israël, Argentinië (president Javier Milei), ...

5. Hoe je zelf 'feiten' creëert

Twee 'zelden'?

Zelfs indien je vanuit je *beleving* overtuigd bent dat je als een buitenstaander *naar* de feiten kijkt, dat 'feiten' zich *buiten* jou bevinden, dan nog stel je niet onbewogen vast wat de gegevens zijn. Je *doet* iets, a) om tot de actie 'waarnemen' over te gaan, b) terwijl je waarneemt en c) wanneer je de waarneming registreert, d) bij het herkennen van wat je waarneemt en e) wanneer je bepaalde zaken aanvaardt als 'feiten'. Je neemt steeds actief waar.

Daniel Kahneman toont aan dat we nooit bewust communiceren op belevingsniveau. Hij spreekt van twee 'zelden': een **ervarend zelf** (experiencing self) en een **herinnerend zelf of verhalend zelf** (remembering self).⁴⁴

Daniel Kahneman heeft gewezen op twee systemen die we gebruiken om te beslissen en te handelen. 'Systeem 1' is aan het werk wanneer we 'onbewust' redeneren en het beslissen overlaten aan onze automatische piloot. Bij 'systeem 2' denken we bewust na en houden we het beslissen in de hand. Systeem 1 werkt zeer snel, systeem 2 traag. Het herinnerend zelf werkt bij systeem 2.

Je ervarend zelf beleeft de ervaring onbewust. Je 'communiceert' onbewust met dit zelf. Reeds enkele seconden na de ervaring start het herinnerend of verhalend zelf innerlijk een gesprek 'over' de ervaring. Het ervarend zelf werkt voortdurend. Het is een ononderbroken dynamiek, het stopt nooit. Het innerlijk gesprek van het herinnerend zelf vormt het verhaal 'over' de ervaring. Herinneringen zijn er al vanaf 3 tot 5 seconden na de waarneming! Het zijn verhalen die je

⁴⁴ Kahneman, Daniel, *Thinking fast and slow*, Allen Lane 2011, in het Nederlands vertaald: *Ons feilbare denken*, Business Contact 2014 - Lees Deel 5 Twee zelden en de Conclusies of bekijk de TedTalk met [Daniel Kahneman](#)

construeert op basis van een selectie die je hebt gemaakt bij het onbewust opslaan. Innerlijk klinkt er een stem die zegt: “Ik zie nu ... dit.” of “Ik hoor ... deze muziek.”

Je ervarend zelf en je verhalend zelf

Voor jezelf verloopt het ervaren op zich onbewust en na enkele seconden start in jou de actie van het samenstellen van het verhaal ... terwijl je onbewust bezig bent met de volgende seconden ervaring.

Je kunt je eigen ervarend zelf niet rechtstreeks waarnemen tijdens de ervaring. Zo lopen nu eenmaal onbewuste processen. Je kunt wel na luttele seconden bewust waarnemen. Dat bewust waarnemen is reeds deel van je herinnerend zelf! Het is reeds deel van het ‘verhaal’. Het is reeds een terugkijken!

Je ervarend zelf gebruikt wat je brein aanbiedt als ‘best mogelijk’ beeld, klank, geur of smaak, je brein raadt eerst. Het werk van je brein is immers om te raden wat je gaat waarnemen nog voor je effectief waarneemt! Waarnemen betekent: gegevens naar je hersenen sturen, die controleren of ze kloppen met wat het brein heeft geraden wat het zal zijn en bijsturen waar nodig. De brein werkt op deze manier omdat dit de meest effectieve en efficiënte manier is, omdat dit het meest economisch is wanneer je kijkt naar de energie die je brein gebruikt om te werken. Het zou heel veel meer tijd vragen indien het proces van waarnemen anders zou verlopen, indien het brein pas in gang zou schieten wanneer de prikkels van buiten via de zenuwbanen tot bij haar is gekomen.⁴⁵

Het beeld dat we zien wanneer we zien, het geluid wat we horen wanneer we horen, enz. is een menselijke *creatie*, een constructie (bv. geluidsgolven worden een ‘klank’ via menselijke zintuigen + de interpretatie op wat ons brein heeft geraden en voorspeld). Al vrij jong

⁴⁵ [Lisa Feltman-Barrett](#), *Seven And A Half Lessons About The Brain* (2020)

Bekijk het [filmpje](#) Your brain doesn't detect reality. It creates it.

werden je een reeks beelden aangeleerd waaruit je kunt putten. Zoals je je een schat aan woorden opbouwt - een *woorden*-schat - zo bouw je als peuter ook een *beelden*-schat, een *klanken*-schat, een *smaken*-schat en een *aanrakingen*-schat én een *emoties*-schat (je arsenaal aan emotionele reacties en wat je daarmee kunt bereiken). Het beeld dat je hebt bij de ontmoeting van wat je waarneemt is een aangeleerd, cultureel bepaald beeld.

*Je neemt niet waar wat er 'is' maar
wat je hebt geleerd waar te nemen.*

Je 'zelf' is een proces van ervaren en verhalen vertellen

Meer dan een belangrijke kanttekening: het begrip 'zelf' dien je te begrijpen als een constant verlopend proces, niet als een object! Het proces speelt zich af als een interactief 'spel' tussen de dynamieken in gans je lichaam én de interactie met de lichamen van andere levende wezens (mensen, dieren, planten) én hoe al deze wezens mee je concrete context uitmaken.

Je 'zelf' is niet ergens gelokaliseerd en kan niet worden afgebakend. Je duidt het wel aan door naar je lichaam te wijzen en te wijzen op je gevoelens, je denken, je handelen en je verhouding tot andere 'zelden'. Je 'zelf' is niet je brein of een bepaald plekje in je brein!⁴⁶

Ik geef de voorkeur aan de term '**verhalend zelf**' (i.p.v. *herinnerend zelf*) omdat er meer aan de hand is dan memoriseren en herinneren. Herinneren is een constructie maken, de re-creatie van een verhaal.

Het onbewust ervaren en waarnemen (je *ervarend zelf*) is deel van het geheel! Er 'zijn' geen twee zelden, je kunt ze enkel onderscheiden als een volledig onbewust deel van het proces (je *ervarend zelf*) en het

⁴⁶ Noë, Alva, *We zijn toch geen brein?*, Lemniscaat Rotterdam 2012

Damasio, Antonio, *Het zelf wordt zich bewust - Hersenen, bewustzijn, ik*, Wereldbibliotheek Amsterdam 2010

Bos, Arie, *Mijn brein denkt niet, ik wel*, Christofor 2014

bewust of onderbewust deel van hetzelfde proces ((je *verhalend* zelf). Je neemt steeds onbewust, onderbewust en bewust waar vanuit het gehele proces. Je *verhalend* zelf beïnvloedt je *ervarend* zelf en omgekeerd, ze zijn *interafhankelijk*. Dat proces stopt nooit, het werkt voortdurend, ook wanneer je slaapt en je verder gaat met innerlijke waarnemingen.

Als buitenstaander kan je wél heel even het *ervarend zelf van de ander* zien. Je kunt wel iets waarnemen van wat er gebeurt gedurende de eerste seconden dat een ander iets beleeft, hoe zij daar non-verbaal op reageert. Je kunt dit observeren *telkens je een vraag stelt*, de eerste 2-3 seconden na het stellen van je vraag. De meeste vraagstellers nemen dat niet waar omdat ze niet hebben geleerd aandachtig te kijken terwijl ze hun vraag stellen. Ze zijn bezig met zichzelf terwijl ze iets vragen! Ze luisteren naar zichzelf, ze horen zichzelf en hun eigen vraag. Daarbij hebben ze vooral aandacht voor de mate waarin het antwoord dat ze zullen krijgen past bij het antwoord dat zij wensen.

Wanneer je een vraag stelt geeft de ander een antwoord *terwijl jij je vraag stelt* (!) of binnen de eerste seconden na het stellen van de vraag. Haar lichaam reageert ‘spontaan’ en laat je dat zien (= *haar ervarend zelf* is aan het werk). Dit is haar ‘eerste antwoord’. Het komt er op aan om dát waar te nemen zonder te oordelen (want op dat ogenblik is heel even *jouw ervarend zelf* aan het werk) en zonder er onmiddellijk jouw verhaal aan vast te kleven (want dan is *jouw verhalend zelf* aan het werk). Na de eerste seconden hoor je het ‘tweede antwoord’ van de betrokkene wanneer zij spreekt of zie je het tweede antwoord omdat zij uitdrukkelijk van houding verandert (= *haar verhalend zelf is nu* aan het werk).

Haar eerste en haar tweede antwoord zijn soms erg verschillend.

De kunst bestaat er in om als waarnemer geen veronderstellingen te maken en niet iets in te vullen voor de ander (!). Jouw verhalend zelf heeft snel (na 3-5 seconden) een verhaal klaar over datgene wat je hebt waargenomen. Kun je dat even terughouden? De juiste vraag

stellen, scherp waarnemen van alle signalen, de juiste lengte van de stilte laten, zijn op dat ogenblik de noodzakelijk gewenste vaardigheden.

Je eigen *verhalend* zelf kom je op het spoor door te reflecteren op de verschillende acties van het proces. Via introspectie of meditatie of met de hulp van intervisie of via de persoonlijke begeleiding van een coach of een therapeut krijg je een beter zicht op hoe jouw innerlijk gesprek functioneert.

Tien acties van je verhalend zelf creëren samen een ‘feit’

Je neemt niet zomaar waar wat er waar te nemen zou zijn en je registreert dat niet als een boekhouder. Het vatten van gegevens uit wat je onbewust en bewust waarneemt is een selectie die je ‘manipuleert’. Meer nog, *je creëert terwijl je waarneemt en iets een ‘feit’ noemt*.⁴⁷ Je bekijkt de zaken steeds door een *gekleurde bril*. Je bril kreeg zijn basiskleuren - steunend op je genetische gegevens - via opvoeding, onderwijs en socialisatie, je levensgeschiedenis en je context. De manier waarop je waarneemt, ervaart, voelt, denkt, begrijpt en oordeelt, is *niet* ‘natuurlijk’. Je hebt dit alles geleerd te doen op de manier waarop je het nu doet. Je hebt geleerd op een bepaalde manier waar te nemen, je hebt geleerd hoe te voelen, hoe te denken, hoe te (be)oordelen, hoe te reageren, hoe terug te houden, hoe te ageren, hoe lief te hebben, enz. Tegelijk heb je geleerd hoe het *niet* te doen en dat deze andere manieren ‘fout’ of ‘onlogisch’ zijn. De kleuren van je bril bepalen wat voor jou ‘normaal’ is, of ‘toegelaten’, of ‘verwerpelijk’. De gekleurde bril is een metafoor voor al je vanzelfsprekende overtuigingen. Een aantal kleuren van je bril heb je gemeen met meerdere mensen in je omgeving. Je houdt echter steeds een aantal persoonlijke kleurschakeringen.

⁴⁷ Meer dan de moeite waard om te lezen: [Lisa Feltman-Barrett](#), *Seven And A Half Lessons About The Brain* (2020) Spijtig genoeg nog niet vertaald in het Nederlands. Bekijk het korte [filmpje](#): *Your brain doesn't detect reality. It creates it.*

Het ‘onmiddellijke waarnemen’ en het onbewust ervaren is de actie van het *ervarend zelf*. Daarop werkt het *verhalend zelf*. Je verhalend zelf beïnvloedt je ervarend zelf en omgekeerd, ze zijn interafhankelijk. Dat proces stopt nooit, het werkt voortdurend.

Je kunt tien acties onderscheiden die het *verhalend zelf* helpen je verhaal te vertellen en zo ‘feiten’ te creëren.



Versie 13.0 - 03/2025
© Francis Gastmans

Er is geen vaste volgorde van de tien acties die je kunt onderscheiden (maar niet scheiden!). Deze acties lopen door elkaar in een volgorde die jij in het moment zelf kiest. Bij ieder verhaal, bij iedere verwijzing naar “Dit is een feit.” zal je andere accenten leggen, andere aspecten op de voorgrond plaatsen. Ze zijn in een cirkel getekend om aan te geven dat het een geheel vormt. Er wordt hiermee geen richting aangegeven, geen volgorde, geen stappenplan!

De creatie van ‘feiten’ verloopt *dynamisch systemisch*, niet lijnig, noch recht-lijnig (lineair), noch cirkel-lijnig (circular)!⁴⁸

⁴⁸ Het hoofdstuk FEITEN NADER BEKEKEN - *Je grondhouding bepaalt wat jij beschouwt als 'feiten'*

Het is wel nuttig om zorgvuldig de acties te onderscheiden omdat hun kenmerken en effecten zo verschillend zijn. Wanneer je daar aandacht aan geeft kan je bijsturen. Je kunt belemmerende overtuigingen en niet effectief gedrag afleren of je kunt je effectievere overtuigingen eigen maken en nieuw gedrag aanleren.

In ieder verhaal, in iedere uitspraak, in iedere mening, zitten steeds een aantal aspecten van deze tien acties verweven. Zowel in jouw uitspraken van wat een ‘feit’ is als in de uitspraken van anderen of telkens je een uitspraak hoort of leest, stel je onbewust de vragen die bij de tien acties staan. Je kunt ze ook uitdrukkelijk en bewust stellen, aan jezelf en aan anderen. Zo wordt het duidelijker welk soort ‘feiten’, met welke kenmerken en op welke basis, er in het midden worden gelegd tijdens het gesprek.

Wanneer je voor jezelf deze tien acties bewust overloopt heb je een beeld van wat je 'zelf' op dit ogenblik sterk maakt.

De tien acties nader bekeken

Selecteren en in taal vatten: *Wat kies ik uit het vele als mijn waarnemen nu en wat niet? Hoe ver-taal ik wat ik waarneem?*

Je neemt niet bewust alles waar wat er te zien, te horen, te ruiken, te voelen of te proeven is. Je bent nu eenmaal als mens erg begrensd. Je neemt selectief waar, zelfs wanneer je bewust waarneemt. Je *ervarend zelf* neemt zeer veel waar maar je *verhalend zelf* maakt daaruit een keuze. Niet alles wat je *ervarend zelf* waarneemt neemt je bewustzijn waar. Voor dit laatste is je *verhalend zelf* verantwoordelijk.

Tijdens een wandeling, om het even in welke omgeving, zijn er duizenden dingen visueel op te pikken. Toch heb je er maar een paar echt gezien. Hetzelfde geldt voor je andere zintuigen.

Een overleg van een uur bevat honderden elementen die je kunt registreren. Zelfs indien het je taak is om enkel te observeren pik je maar een beperkt aantal ‘gegevens’ op. (Terecht stel je prioriteiten.

Het loont niet om 'alles' te willen observeren. Niet alles is even belangrijk)

Je ziet en hoort datgene wat je op dat moment belangrijk acht, datgene waar je aandacht aan geeft.

Wie zwanger is ziet veel meer zwangere vrouwen op straat.

Wie zorgt voor een kind met een beperking ziet de kinderen met een beperking in de bibliotheek. Andere mensen denken dat die kinderen daar nooit komen en 'zien' ze dan ook niet. Ze zijn 'onzichtbaar' niet omdat ze er niet zijn maar opdat jij ze niet ziet.

Bij belangrijke beslissingen is het daarom nuttig om naast de vraag 'Wat neem ik waar?' te vragen: Wat neem ik nu niet waar? Waar geef ik nu geen aandacht aan? Wat zie ik over het hoofd? Wat zie ik meer wanneer ik opnieuw kijk, en opnieuw, ditmaal nauwkeuriger?

Dat wat je onbewust hebt waargenomen, wordt opgeslagen en is materiaal voor het verhaal dat je zult vertellen. Wat je brein werkelijk opslaat weet je niet exact. Later kunnen er beelden in je opkomen waarvan je niet wist dat je ze hebt gezien. Je *ervarend zelf* heeft ze onbewust opgeslagen.

Net voor je waarneemt heeft je brein reeds gezocht naar wat 'dit' (wat je onbewust waarneemt) kan zijn. Je brein raadt en voorspelt wat dat zou kunnen zijn.⁴⁹ Daarbij gebruikt het je woorden-schat en je beelden-schat. Deze actie is deel van je *ervarend zelf*. Je *verhalend zelf* heeft een ver-taal-ing nodig om te kunnen vertellen. Het zal een begrip kiezen en dat omzetten in één van de verbale of beeldende talen - een woord of een beeld of een geur of een geluid of een smaak - om dat wat je waarneemt te kunnen vatten en er over te kunnen communiceren.

Wanneer je iets opmerkt dat je brein niet ergens kan onderbrengen zal het passen in de categorie 'dit begrijp ik niet' of 'hier kan er geen touw aan vastknopen'. Je verhalend zelf heeft hoe dan ook een begrip

⁴⁹ Bekijk hoe [Lisa Feltman-Barrett](#) dat uitlegt in het korte [filmpje](#): *Your brain doesn't detect reality. It creates it.*

nodig om het te kunnen vatten. Zonder je verhalend zelf neem je niets bewust waar, heb je niet de bewuste ervaring iets te hebben waargenomen. Zonder het omzetten van de actie van het *ervarend zelf* in een taal kan je niet communiceren, noch met jezelf noch met anderen over het feit dat je iets waarneemt.

Verbinden met behoeften: *Hoe beleef ik dit? Met welke behoefte van mij houdt dit verband?*

Waarnemen betekent via jouw verschillende zintuigen contact leggen of verbinding maken. Waarnemen is een proces dat tegelijk naar buiten als naar binnen werkt. Je maakt van een ervaring een ‘feit’ omdat wat er gebeurt *iets met jou doet*. De ervaring roept een *beleving* in je op. Daarmee leg je een verbinding via een *behoefte* in jou. Het is deze verbinding die er mee zal voor zorgen dat je het gebeurde nog zult herinneren. Je verbindt de ervaring immers met iets wat reeds in jou (onbewust) opgeslagen ligt, met een beeld, een kleur, een geur, een geluid, een beweging en dat wordt verbonden met gevoelens en met emoties, emotionele reacties die in je onbewuste klaarliggen. Telkens je terugkijkt, verschijnen er gevoelens en emoties in jou. Er zijn ook actuele gevoelens en emotionele reacties die in die mate rechtstreeks en zeer sterk verbonden zijn met gebeurtenissen, gevoelens en emotionele reacties uit het verleden, dat deze opnieuw actueel lijken.

Het is essentieel om een onderscheid te maken tussen

- a) datgene wat je je herinnert hoe de situatie aanvoelde op het moment dat het gebeurde en hoe je toen emotioneel reageerde,*
- b) je gevoelens en emotionele reacties hier en nu, nu er naar je gevoelens en emotionele reacties op de situatie in het verleden wordt gevraagd.*
- c) de gevoelens en emotionele reacties die je ervaart als ‘actueel’ maar die verbonden zijn met gebeurtenissen in het verleden*

Gevoelens neem je nu waar, je emotionele reacties volgen, maar geen beiden zijn blijvend, ze zijn er maar voor even, ze komen en gaan voortdurend. Dat kan je vaststellen wanneer je even rustig gaat zitten

en aandachtig je gevoelens en emotionele reacties waarneemt. Na enkele minuten, soms veel sneller, voel je iets anders. Wanneer gevoelens en vooral emotionele reacties lang blijven hangen gebeurt dit omdat jij ze vasthoudt, omdat je er extra aandacht aan geeft of omdat je ze wilt herhalen. Soms levert het jou ‘emotionele winst’ op om ze te blijven koesteren.

Dit laatste heeft te maken met *onderliggende behoeften*; die zijn constanter en zitten dieper in jou. Behoeften zijn een basisverlangen naar iets dat je erg mist, een tekort, iets dat je wél wilt, niet naar iets dat je niet wilt. Je wilt bijvoorbeeld ‘veiligheid’ en niet ‘minder onveiligheid’, “Ik heb behoefte aan stilte” is niet hetzelfde als “Ik wil minder lawaai”. Je behoeften sturen mee de keuze van wat je verhalend zelf waarneemt. Je ziet beter waar je behoefte aan hebt.

Verhouden tot wat ik waarneem: Wie of wat is dit wat ik waarneem?
Hoe verhoud ik me daartoe?

Als mens heb je de spontane neiging om alles wat je waarneemt te object-iveren, d.w.z. tot een object te maken, tot ‘iets’ afgezonderd buiten jezelf. Wat je waarneemt is ‘iets’ of ‘iemand’ *buiten* jou, toch? Je hebt zoals iedereen sterk de neiging om alles in bekende ‘vakjes’ te plaatsen, dat maakt de zaken ordelijk en hanteerbaar. Dit doe je zeker met planten en dieren, maar zelfs met mensen. “Iedere mens is een uniek wezen.” stel je wanneer je kijkt naar de (kleine) verschillen tussen de mensen, tussen jezelf en de anderen. Dit hangt samen met de wijze waarop je naar jezelf kijkt (je ‘zelf’) als een apart ‘subject’. Dit laatste heb je gemeen met meerdere diersoorten die zichzelf in de spiegel kunnen herkennen als apart subject.⁵⁰ De beleving een ‘subject’ te zijn in de situatie bestaat vanuit je eerste-persoon-beleving en je auto-biografisch bewustzijn⁵¹. Wanneer je naar andere personen

⁵⁰ Dit lees je in het boeiende boek van Peter Godfrey-Smith *Metazoa - Het dierenrijk en de evolutie van het bewustzijn*, Spectrum 2020

⁵¹ Hoofdstuk WAT EN HOE NEEM JE WAAR - *Vijf perspectieven*
Over autobiografisch bewustzijn: Damasio, Antonio, *Het zelf wordt zich bewust - Hersenen, bewustzijn, ik*, Wereldbibliotheek Amsterdam 2010

kijkt (andere ‘zelven’) heb je heel sterk de neiging hen als ‘object’ te behandelen. Op deze manier creëer je een ‘object-ief feit’ buiten jou naast voor jezelf een innerlijk ‘zelf’ als ‘subjectief feit’; een ‘zij’ naast een ‘ik’; ‘de ander’ naast ‘ik’.

Contextualiseren: *Binnen welke context past dit? Hoe beïnvloedt (begrensd, beperkt, kleurt, interpreteert, verbreedt) de context mijn waarneming?*

Je leeft steeds binnen een context en van daaruit neem je waar. Datgene wat je waarneemt geef je een plaats binnen de context die voor jou past bij wat je waarneemt én omgekeerd, je context beïnvloedt wat je wel en niet waarneemt en communiceert met je *verhalend zelf*. Jij leeft met je verhalend zelf binnen een beweeglijke context, vooral binnen je *relatie- en communicatieveld*. Als mens leef je in voortdurende interactie met iedereen en alles wat je omringt. Je leeft interactief en interafhankelijk. In je persoonlijk relatieveld plaats je de mensen, de dieren en de planten op een bepaalde afstand tot jezelf. De mate van *betrokkenheid* bepaalt de afstand, niet de maatschappelijke norm. Dit betekent bv. dat je ‘vijanden’ dicht bij jou staan in je relatieveld, misschien zelfs dichter dan bepaalde van je familieleden. Betrokkenheid toon je door de mate en de intensiteit van de *aandacht* dat je aan iemand of aan iets geeft. In het geven van aandacht staan bv. liefde en haat wat intensiteit betreft op gelijke hoogte, net zoals vreugde en verdriet. Kennis van jezelf en over jezelf of van en over anderen of van en over fenomenen bouw je op via een wisselwerking tussen enerzijds afstand nemen, door de zaken *vanop een afstandje* te bekijken, en anderzijds door inleving, door de mensen en de fenomenen *van binnenuit* te bekijken. Iets een ‘feit’ noemen en daar naar handelen, is het resultaat van de interactie tussen alle ‘spelers’ in je relatieveld.⁵²

⁵² Zie achteraan dit hoofdstuk en lees meer in *Hoe beweeg je in het relatieveld?*

Wanneer je een boom waarneemt, bv. een eik, maakt het veel uit waar je die ziet. Een eik in een park, in een bos, in de tuin van je buur, in een gans verlaten landschap, ... is steeds een andere eik. Een eik die bloeiend rechtop staat of er verdord bij staat of neergebliksemd werd of omgehakt of op de grond ligt te vermolmen ... is steeds een andere eik. Het weer speelt een belangrijke rol bij hoe jij de eik waarneemt op dat ogenblik. Je ziet telkens een andere eik. Het maakt tevens een 'andere eik' wanneer jouw gevoelens op het ogenblik van het waarnemen erg veel aandacht vragen (positief of negatief); of om welke reden jij je op dat ogenblik op die plaats bevindt; of hoe vaak je de eik reeds hebt ontmoet; of omwille van de gebeurtenissen die er hebben plaatsgevonden net voor je naar de eik keek; of omwille van herinneringen verbonden met 'een eik'; of

Uit gewoonte maak je echter van iedere eik die je ontmoet een 'object', de zoveelste 'dezelfde eik'. Leef meer bewust met de context en je ziet een eik als een 'uniek fenomeen', je ziet dan veel verschillende eiken, zelfs al kijk je op andere momenten naar dezelfde boom. Wat ik hier aangeef m.b.t. de eik kan je zonder meer toepassen op het waarnemen van je partner, je kind, een vriend, een collega, je klant, je buur, enz. Maak van mensen en fenomenen geen 'object'. Merk op hoe je telkens iemand anders ontmoet zelfs al is het dezelfde persoon. In het geval van de ontmoeting met een mens dicht je die daarenboven een intentie toe, een reden waardoor deze persoon voor jou aanwezig (of afwezig) is en doet zoals ze op dat ogenblik doet.

Dezelfde professionele violist die je ontmoet spelend in een metro-station of op een podium in een beroemde concertzaal of tijdens een feestje bij haar thuis ... is telkens een andere viool-speler.⁵³

⁵³ Dat kon Joshua Bell vaststellen toen hij een keer in de metro speelde. Joshua Bell is een wereldberoemd violist. https://www.youtube.com/watch?v=hnOPu0_YW/hw

Conceptualiseren en kaderen: *Binnen welk theoretisch kader plaats ik dit?*

Je vindt het gewoon dat je de dingen benoemt. Dat heb je als peuter al geleerd. Volwassenen in je omgeving hebben je toen beloond voor het nazeggen van woordjes “Dit is een poes. Zeg eens: *poes*.” Het ontwikkelen van taal is nodig en je kan er best van zeer jong aandacht aan geven. Hoe *zorgvuldig* doe je dat? Vanaf welke leeftijd leer je haar dat het ‘de *grijze* poes’ is of ‘de *gevlekte* poes’? Leer je een peuter ook om te luisteren naar de geluiden in haar wereld? Wanneer leer je haar dat iedere vogel anders ‘spreekt’? Hoor je het zelf wel?

Wanneer je een woord gebruikt, heb je tegelijkertijd een *concept* gemaakt van je waarneming en dat in een *kader* geplaatst. Je hebt je waarneming ‘conceptueel ingepakt’. Een concept is een abstracte voorstelling van de dingen, een abstract theoretisch kader. ‘Een vogel’ is een abstract kader waarin je wat vliegt een plek geeft. Concepten hebben we als mens ontworpen omdat dit de communicatie vergemakkelijkt en ons toelaat bepaalde ‘feiten’ af te zonderen en te onderzoeken. Er bestaat echter alleen een ‘poes’ in je hoofd en in dat van andere mensen. In werkelijkheid bestaat er geen ‘poes’. Je ziet wel een levend wezen. Je zou het evenzeer een ‘ploempa’ kunnen noemen. Het woord ‘poes’ is een concept dat hoort bij een verhaal, bij een kader. Het kader waarmee je de wereld op een bepaalde manier indeelt; een indeling die jou als kind werd aangeleerd en dat je nu als vanzelfsprekend hanteert. Kan je de wereld anders indelen? Uiteraard, alleen is het niet handig indien iedereen zijn eigen indeling maakt. Dan loopt de communicatie makkelijk in het honderd.

De werkelijkheid is dat de diverse culturen andere indelingen maken, woorden in een ander kader plaatsen, mensen in een ander kader plaatsen. De man met het vreemde uiterlijke die je ontmoet in je stad, is dat een ‘vluchteling’, een ‘asielzoeker’, een ‘profiteur’, een ‘vreemde’, een ‘sukkelaar’, misschien een ‘terrorist’? Ieder aanduiding plaatst die persoon in een ander conceptueel kader.

Je eigen indeling maken verruimt wél je beleving van de wereld en je persoonlijke ervaring en je persoonlijke ‘feiten’ krijgen meer vorm en volume.

In een creatieve workshop kan je leren om bekende wezens en voorwerpen in je omgeving anders in te delen, anders te rangschikken, ze voor iets anders te gebruiken, er speels mee om te gaan. Dan kan je de dwangmatigheid ervaren van hoe je vandaag met mensen, dieren, planten en dingen omgaat.

Een concept is geen ‘feit’ en kan je niet waarnemen. Je neemt geen ‘vogel’ waar, wel een vliegend wezen dat jij ‘vogel’ noemt. Een concept is alleen een manier om dat wat je waarneemt een plaats te geven binnen een begrijpbaar kader, binnen je communicatie. Met een concept maak je je waarneming tot een *bepaald* soort ‘feit’. Het lastige met woorden is daarenboven dat ze je waarneming en je beleving begrenzen. Je kijkt vanaf nu naar een ‘poes’, niet meer naar wat er allemaal kan worden gezien wanneer je dat wezen ziet. Je kiest niet bewust om het *gemakkelijkheidshalve* een ‘poes’ te noemen, wetende dat het in werkelijk *geen* ‘poes’ *is*; het is voor jou gewoon een poes geworden, punt.⁵⁴

Nog een lastig aspect van woordentaal is dat je een beperkte woordenschat hanteert. Je hebt veel meer woorden geleerd maar je houdt het toch gewoon bij de woorden die je dagelijks gebruikt, bijvoorbeeld “Dit is een ‘probleem’.”⁵⁵ Gelukkig communiceer je in werkelijkheid met *woordenwolken*, alleen ben je je daar niet van bewust. Wanneer je bewuster en zorgvuldiger omgaat met je woordentaal ga je meer waarnemen, meer ervaren en ruimer voelen en denken en ... verschijnen er andere ‘feiten’. Je woordenwolken ontdekken, opent een nieuwe wereld.⁵⁶

Wanneer je iets ziet wat je niet onmiddellijk een plaats kunt geven,

⁵⁴ Het loslaten van concepten is deel van het *lemniscatisch grondpatroon* → hoofdstuk FEITEN NADER BEKEKEN

⁵⁵ Lees meer in *Wie heeft er een probleem? Ik, hij, zij of wij?*

⁵⁶ Lees meer in *Wat is een woordenwolk?*

reageer je verbaasd of nieuwsgierig of onzeker of angstig. Je neemt dan niet meer scherp waar want je aandacht gaat naar: “Wat is dit? Wat gaat er nu gebeuren? Hoe moet ik dit een plaats geven? Hoe moet ik dit verklaren?” enz. Vaak vervorm je de waarneming om het toch maar een plek te kunnen geven in je wereld. Zinsbegoocheling is wellicht ook voor jou een bekend fenomeen.

“Opgepast, daar kruipt een adder!” Achteraf bleek het een stuk touw te zijn dat iemand had achtergelaten.

Verklaren: Waardoor werkt het zo? Welke verbanden leg ik?

‘Verklaren’ betekent dat je een antwoord zoekt op de vraag hoe iets werkt, wat de oorzaken zouden kunnen zijn, hoe al datgene wat je waarneemt samenhangt, waardoor de dingen samenhangen en welk effect bepaalde handelingen en acties hebben.

Een verklaring helpt je om zicht te krijgen op hoe voor jou dit een ‘feit’ is, hoe de feiten werken en hoe niet, welke verbanden je kunt vaststellen, waardoor iets verschijnt of niet, waardoor iets effect heeft of niet. Je kunt dan beter situaties voorzien en gefundeerde voorspellingen doen en scenario’s maken.

Met je verklaringen en theorieën geef je *jouw* werkelijkheid vorm. Een verklaring bevestigt het perspectief van waaruit *jij* de fenomenen en gebeurtenissen bekijkt en benoemt. Het toont *jouw* visie en overtuigingen. Om te verklaren zet je een stapje terug, je kijkt vanop een afstandje. Je kijkt vanop meta-niveau. Je kijkt *naar* iets, naar iets dat je als ‘buiten jou’ ervaart. Je blijft wel gevoelsmatig betrokken en tegelijk schep je de nodige afstand. Het oog kan niet zichzelf zien en niet zien dat het ziet. Daar is een ander ‘oogpunt’ voor nodig.

Gegevens die niet passen in je actueel verklaringskader zal je zelden of niet herkennen. Feiten die je geen plaats kunt geven, zie je eenvoudig niet, je hebt er geen aandacht voor, je negeert ze of weigert ze te zien of te aanvaarden als ‘feit’. Je kunt er niets mee.

Een verklaring maakt dat wat je waarneemt past als puzzelstukjes in een grote puzzel. Het vertelt: “Zo past dit stukje in het geheel.” “Zo

werken de dingen. Zo ontstaan de fenomenen, buiten mij of in mijn geest. Zo kan ik ze vatten en gebruiken om vooruit te blikken of zelfs om te voorspellen.” Een verklaring helpt je om te kunnen handelen. Zonder een verklaring voel je je vaak machteloos. Dus liever een verklaring die anderen ‘absurd’ noemen dan helemaal geen verklaring. Een verklaring geven is een andere actie dan de actie zin en betekenis geven aan de dingen (!), ook al vertrekt iedere verklaring vanuit een mens- en maatschappijvisie. (zie verder)

Wanneer je *systemisch* kijkt⁵⁷, heb je oog voor de samenhangen en verbindingen die datgene maken wat je als ‘feiten’ aanwijst, hoe een reeks afzonderlijke gegevens een patroon vormen of een systeem. Op dat ogenblik hoef je nog niet te weten om welke redenen de dingen samenhangen om toch te kunnen vaststellen dat er zich een systeem toont. Een systeem dat jij meent te onderscheiden kan ook door anderen als een ‘feit’ worden beschouwd. Dan zijn jullie het er over eens dat je dat systeem kunt waarnemen, onderzoeken en verifiëren als een duidelijk te onderscheiden patroon van verbindingen, en dat je dat als een ‘feit’ kunt beschouwen. Anderen daarentegen kunnen oordelen dat deze visie op de samenhang geen ‘feit’ is maar een deel vormt van jouw interpretatie van de gekozen waarnemingen en dat met dezelfde gegevens een ander patroon kan worden gevormd. Dan wordt het systeem door hen niet als ‘feit’ herkend maar als een van demogelijke interpretaties. Een systeem of een patroon zie je pas wanneer je met een *systemische* bril naar de wereld kijkt.

Wanneer je een ‘boom’ ontmoet zie je vanuit het lijnig grondpatroon de boom tot waar hij de grond raakt. Met een systemische blik zie je de wortels, zelfs al bevinden die zich onder het oppervlak. Je ziet wellicht ook de ‘kroon’ van de boom die groter is dan waar de takken eindigen. Je kunt dan ook de verbindingen ‘zien’ met diverse elementen in de omgeving van de ‘boom’, want de context maakt ‘de boom’ tot ‘deze boom’.

⁵⁷ Het hoofdstuk FEITEN NADER BEKEKEN - *Je grondhouding bepaalt wat jij beschouwt als ‘feiten’*

Gezag geven: *Welke autoriteit kies ik die bevestigt dat dit een feit is?*

Een gegeven is slechts een 'feit' indien je beweert "Dit is een feit." Je beroept je al snel op een 'expert' om steun te zoeken voor jouw stellige bewering. Uitsluitend op jezelf wijzen maakt iets tot een feit 'gebaseerd op persoonlijke ervaring' (wat het in zeer veel gevallen ook gewoon is) en dat voelt vaak aan als 'zwak'. Daarom zoek je steun bij een autoriteit: een wetenschapper, een leraar, een priester, een ouder, een nieuwszender, een journalist. Deze dynamiek heeft effect op je manier van waarnemen en 'feiten' observeren: je gaat jezelf begrenzen. Je gaat hoofdzakelijk 'feiten' zien die door anderen in je omgeving als 'normaal' of 'juist' worden bestempeld. Professionals kennen dat fenomeen en doen daarom soms een beroep op een collega die met frisse ogen naar de zaken kan kijken. "Vier ogen zien meer dan twee."

Wanneer we iets uit tweede, derde of vierde hand aannemen dat iets een 'feit' is, hebben we die 'hand' een autoriteit gegeven.

Wikken en wegen: *Welk gewicht geef ik dit? Welke prioriteit? Hoe belangrijk is dit?*

Feiten *geef* je een gewicht, vaststellingen *hebben geen* gewicht op zich, louter door ze waar te nemen. Hoe relevant is dit gegeven? Loont het de moeite om de feitelijkheid na te gaan? Dat een waarneming een gewicht krijgt wanneer je het een 'feit' noemt, gebeurt snel en subtiel. Je verhalend zelf geeft een waarneming gewicht in functie van hun belang voor jou binnen jouw verhaal, binnen je actuele situatie en je concrete context. "Hoe zwaar wegen dit feit voor mij nu?" Je staat er niet bij stil tenzij iemand de 'feitelijkheid' en het 'gewicht' van jouw gegevens aanvecht. Dan wordt de vraag op tafel gelegd wie beweert dat dit feit relevant is en wie de autoriteit is die dit zo stelt: *Wie bevestigt dat dit een belangrijk feit is en op basis van welke vaststellingen en welke criteria?*

Bij een ongeval kan regen een relevant gegeven zijn, maar bij een ruzie in een vergaderzaal niet, ook al is het waarneembaar aan het

regenen ... tenzij het overleg bv. gaat over de ramen die niet sluiten en lekken telkens als het regent.

Je hebt de neiging om de voor jou relevante feiten ‘op te waarderen’, ze meer gewicht te geven, ze belangrijker te maken dan ze zijn, ze grondiger ‘bewezen’ te achten. Je geeft ze meer gewicht omdat het beter past in jouw verklaring of om te scoren in een discussie of in het politiek spel of in het ik-heb-gelijk spel. “Ik heb toch zelf gezien hoe groot de schade is!”

Waarderen / Beoordelen: *Hoeveel waarde heeft dit voor mij? Wat maakt dit waardevol (of waardeloos)?*

Je ziet enkel ‘feiten’ indien ze een bepaald belang hebben voor jou. Hoe meer een vaststelling verband houdt met de waarden in je leven hoe belangrijker ze worden voor jou. Je geeft aandacht aan die informatie die past binnen je ‘veld van aandacht’. Indien bepaalde gegevens geen waarde hebben voor jou hou je er geen rekening mee of zie je ze gewoon niet. Je kiest (onbewust) om te zien wat je wil zien. Je ziet die gegevens die jouw mindset en je ‘gekleurde bril’ je toelaten te zien. Eén van de belangrijke elementen van je mindset is de waarde die jij geeft aan de mensen, de dieren, de natuur en de fenomenen.

Zin geven: *Waarom gebeurt dit? Welke zin en betekenis geef ik dit?*

Zin en betekenis geven zoekt een antwoord op de vraag waarom iets gebeurt, welke zin en betekenis het heeft dát dit gebeurt, net nu, voor jou, voor deze persoon, binnen deze context. Zin geven is een menselijke behoefte, een basisbehoefte. Je hebt niet genoeg aan een verklaring van de feiten, je wil ze nog kunnen plaatsen binnen een verhaal van zingeving, er moet een reden zijn waarom de feiten ‘feiten’ zijn.

Wetenschap kan zorgen voor ‘streng onderzochte feiten’ en voor een stevige verklaring van de feiten (een antwoord op de vraag waardoor iets gebeurt) maar daar heb je niet steeds een boodschap aan.

*Wetenschap kan verklaren maar géén zin geven.*⁵⁸ Streng onderzochte feiten geven aan *waardoor*, *wat* en *hoe* er iets gebeurt maar nooit *waarom*⁵⁹.

De vraag is dus niet “Waarom komt de zon op?” maar “Waardoor komt de zon op?” Er is een duidelijke verklaring hoe voor een mens die naar de horizon kijkt de zon ‘opkomt’: de aarde draait. In strikte zin komt de zon niet op maar doet de aarde het uitschijnen alsof de zon beweegt! Het draaien van de aarde heeft een verklaring maar geen reden, het heeft geen zin, geen menselijke zingeving; het is gewoon zo omwille van de dynamische samenhang van de fenomenen.

Een causale uitleg over de samenhang van fenomenen vertelt over wat en hoe en waardoor iets plaats heeft, maar vertelt niets over de zin van wat er gebeurt, niets over het *waarom* der dingen; daar is een ander verhaal voor nodig, een zingeavingsverhaal.

Betekenis en zin geven kan enkel binnen een relatie, het is een relatieve actie geen rationele! Fenomenen op zich hebben geen zin.

Een orkaan kan wetenschappelijk verklaard worden maar heeft op zich geen zin. Een orkaan is een dynamisch systeem. Een wetenschapper kan een orkaan voorspellen en verklaren waardoor deze orkaan zich nu voordoet zoals ze dat doet en wijzen op de gevolgen. Het doet zich voor omdat alle omstandigheden voorhanden zijn om een orkaan te laten verschijnen op een bepaald moment op een bepaalde plaats. Een orkaan heeft echter geen persoonlijke relatie met de mensen. Wanneer we zeggen dat een orkaan zich op een bepaalde manier ‘gedraagt’ hebben we er een ‘menselijk’ fenomeen van gemaakt. We ‘ver-mense-lijken’ de natuur. Mensen die de gevolgen van het verschijnen van een orkaan beleven, kunnen zo een persoonlijke relatie aangaan en een relatie voelen met het fenomeen. Zij kunnen dan aan het fenomeen een zin of een betekenis geven, volkomen los van de wetenschappelijke verklaring. Met het zin geven hangt tevens

⁵⁸ Je kunt als wetenschapper het wél zinvol vinden om een wetenschappelijke verklaring te verdedigen en anderen daarvan te overtuigen.

⁵⁹ Over het belangrijke onderscheid tussen *Waarom?* en *Waardoor?* lees je in: *De kunst van het vragen stellen*

het oordelen samen. Daarom kan een orkaan als 'slecht' worden bestempeld, ook al is ze een gewoon natuurlijk te verklaren fenomeen.

Om aan iets een zin en een betekenis te geven dien je een persoonlijke relatie aan te gaan. We willen allemaal betekenis geven aan onze ervaringen, gevoelens en emotionele reacties. We willen ze als zinvol interpreteren. Met het geven van een betekenis, geven we tevens een bepaalde *waarde* aan de feiten. Wat gebeurt, gebeurt niet zomaar menen velen: “Toeval bestaat niet!” Zin en betekenis wordt doorgegeven via *verhalen*, niet door een boek vol met wetenschappelijke ‘feiten’. Zin en betekenis geven gebeurt door het verhaal te vertellen dat uitdrukt hoe belangrijk de feiten zijn voor jou, voor haar, voor ons, voor de groep en hoeveel waarde je hecht aan wat gebeurt. Een waarde geven drukt ook een beoordeling uit.

Voor het zin geven aan de fenomenen wordt zeer vaak beroep gedaan op persoonlijke ervaringen en belevingen en op belevingen van een gemeenschap, er wordt gewezen op ‘sacrale feiten’ die boven de fysische verschijnselen staan, ze zijn letterlijk meta-fysisch. Door de eigenheid van de ‘sacrale feiten’ kunnen die niet te worden bevestigd via streng onafhankelijk onderzoek. Dat is ook niet nodig. Je wilt niet verklaren, je doet beroep op ‘belevingen die de materie overschrijden’ om die te plaatsen binnen een kader dat ‘mens-overschrijdend’ is. Een zingeingsverhaal biedt een perspectief dat veel verder reikt dan het hier-en-nu. Het plaatst het ‘momentane’ in een bredere visie, voor sommigen in een eeuwig perspectief. “Het kán en mág niet dat kwaad gedrag nooit wordt gestraft en goed gedrag nooit wordt beloond. Ooit komt er een oordeel!”, via een God die oordeelt, via het Laatste Oordeel, via karma en reïncarnatie, via een reactie van het Universum. Religies bieden bij uitstek een mooi en coherent zingeingsverhaal aan. De keerzijde is wel dat religies *onterecht* hun zingeingsverhaal ook presenteren als een verklaring!

— *Behoeften verscholen onder je belevingen.* —

Een manier om met je belevingen en gevoelens om te gaan, is te peilen naar je concrete behoeften die er onder schuilen. Onder ieder sterk gevoel, onder ieder verlangen, onder ieder gevoel van afkeer of verlangen, onder ieder gevoel ‘Ik heb een probleem met deze persoon of deze situatie’, ... zitten wezenlijke, fundamenteel menselijke behoeften en die vragen om voldoening. Behoeften zijn persoonlijk, concreet, voelbaar, uitvoerbaar en positief. Een behoefte is een positieve drang om te voldoen aan iets wat voor jou op dit ogenblik waardevol is of dat jou kan helpen terug in evenwicht te komen. Het is iets waar je ‘honger’ naar hebt. Behoeften wijzen naar wat je bij jezelf ervaart als een tekort, een gemis. Een van de basisbehoeften van de mens is om alles een zin en betekenis te kunnen geven. Niet is zo vervelend of verontrustend, zelfs bedreigend, als iets dat als ‘volkomen zinloos’ wordt ervaren.

Onder ieder gevoel dat je iets niet wil, steekt iets dat je wél wilt. Dát is je behoefte die graag ingevuld wil worden.

Heel veel situaties die als een ‘probleem’ worden ervaren, zijn het resultaat van niet erkende behoeften. Dit geldt zelfs voor problemen die op het eerste zicht erg technisch of banaal lijken, zoals bv. “Ik wil niet meer in de file staan.” Dit laatste is iets dat je *niet* wil, maar ... wat wil je *wél*?⁶⁰

⁶⁰ Bijlage C van het boek *De Blauwe Rivier oversteken* bevat een lijst van vijfenzeventig behoeften

— Het relatie- en interactieveld —

In je relatie- en interactieveld spelen alle mensen, dieren en planten in je ‘beleefde omgeving’ een rol, of je je bewust bent van hun aanwezigheid of niet. Het begrip ‘veld’ dien je multidimensionaal te beschouwen. *Het relatieveld is geen statisch gebeuren maar een dynamisch, zichzelf vormend terrein door wat ieder van de ‘spelers’ op dat moment doet (de interactie).*

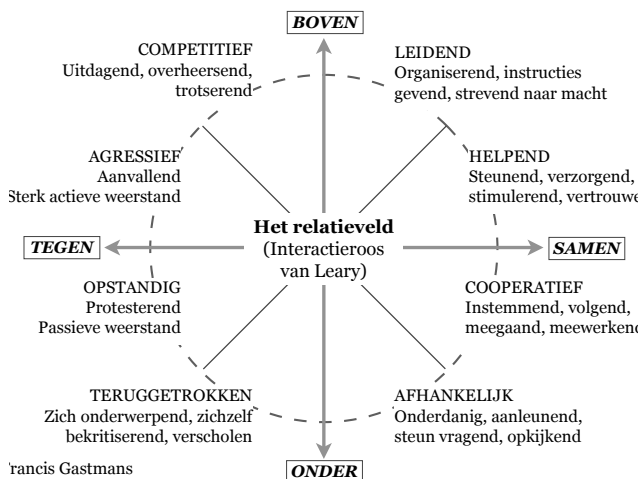
Je hebt niet eenzelfde relatie met al je ‘mede-spelers’. Daarenboven fluctueert de intensiteit van de relatie afhankelijk van de onmiddellijke concrete context. Zo plaats je mensen en dieren die je ontmoet op een bepaalde afstand tot jezelf, dichterbij of verderaf. Die afstand is niet constant, zelfs niet met de personen waar je een innige verbinding mee hebt. De afstand wordt bepaald door de mate van je *emotionele betrokkenheid* op dat moment, niet door een maatschappelijke norm. Dit betekent bv. dat je ‘vijanden’ en je ‘vrienden’ vaak dichterbij jou staan in je relatieveld dan bepaalde familieleden.

Betrokkenheid toon je door de mate en de *intensiteit van de aandacht* die je geeft, positief of negatief. In het geven van aandacht staan bv. liefde en haat - wat intensiteit betreft - op gelijke hoogte, net zoals vreugde en verdriet. Een ex-partner kan in je relatieveld op dezelfde afstand staan als de mensen met wie je vandaag samenleeft.

Op welke afstand iemand op een bepaald ogenblik staat, wordt niet bepaald door de ander noch enkel door jezelf. Het is een wisselwerking, een *interactiespel*. Wanneer je ‘noodgedwongen’ aandacht moet geven aan iemand, staat die persoon dichterbij jou in je relatieveld dan je lief is. Toch heb jij daar zelf aan bijgedragen via je interactie. Omgekeerd, indien je mensen of dieren ervaart als ‘veraf’ en je dat niet prettig vindt, realiseer je dan dat jij daar mee hebt voor gezorgd.

Je ontwikkel je tot ‘een mens’ net omdat je *een levend wezen bent binnen een dynamisch en interactief relatieveld van mensen, dieren en planten waarin je elkaar beïnvloedt.*

Om zicht te krijgen op het relatie- of interactiespel is de Interactieroos van Timothy Leary een zeer handig instrument. Hij tekende een windroos of kompas. Het schetst het relatie- en interactieveld waarbinnen je je steeds bevindt.



De interactie tussen mensen is een *dynamisch* gebeuren. Je wisselt voortdurend, en vaak zeer snel, van positie. Waarnemen, beoordelen en keuzes maken, doe je vanuit de plek in het relatieveld waar je je op dat moment bevindt. Daar staat jouw keuze. Je hebt tevens een aanvoelen waar volgens jou de ander staat. De ander handelt op dezelfde wijze. Je kunt echter niet *niet* in het interactieveld staan, je staat hoe dan ook steeds ergens, je kunt er niet even uitstappen. Zwijgen of je terugtrekken uit een relatie is ook een positie in het interactieveld.

Geen enkele positie is per definitie 'goed' of 'slecht'. Elk gedrag krijgt een waarde binnen de context en het interactiespel op dat ogenblik. Iedere positie kan op een bepaald moment, in een bepaalde situatie, binnen een bepaalde context, tussen bepaalde betrokkenen, dé juiste stap zijn.⁶¹

⁶¹ Uitgebreid in *Hoe beweeg je binnen het relatie- en interactieveld?*

— Wat is jouw ‘probleem’? —

We gebruiken het woord ‘probleem’ alsof we er niet bij betrokken zijn, alsof we de zaken vanop een afstandje kunnen kijken. Het ligt altijd buiten ons, bij de ander. We praten makkelijk over ‘problemen’ en denken daarbij dat iedereen ons begrijpt. We knikken bevestigend wanneer anderen het hebben over “Dit is een ‘probleem.’” en zij doen dat eveneens wanneer wij zo praten. Niet alleen in onze gewone gesprekken gebruiken we dat woord slordig, ook wetenschappers en filosofen durven het vaag te gebruiken en in de meest diverse situaties. Het begrip ‘*probleem*’ is niet alleen een containerbegrip, het is een nietszeggend woord dat velen gebruiken om zich achter te verschuilen. Het kan nog erger, sommige gebruiken woorden bewust corrupt: het woord ‘probleem’ dient dan om je net weg te houden van zaken die dringend dienen te worden aangepakt.

Er ‘bestaan’ geen problemen. Je maakt een probleem!

Er zijn waarnemingen, vaststellingen, gedachten, gevoelens en behoeften. Die noem je ‘feiten’. Daar kun je een probleem van maken of niet. Je kunt de vaststellingen immers ook relativeren of negeren of anders benoemen. *Feiten op zich vormen nooit een probleem!* Problemen zijn ‘pijnen’ die verwijzen naar een dieper liggende behoefte. Het komt er op aan het ‘juiste probleem’ te maken. Je kunt elk ‘probleem’ dat je creëert ontwikkelen tot een ‘duurzame oplossing’. Iets een ‘probleem’ noemen is jouw reactie op wat je meemaakt, overkomt of op wat je waarneemt. Je zet een stap verder dan het louter benoemen, vaststellen, analyseren, meedelen. Je beoordeelt en kiest. Een ‘probleem’ bestaat niet zonder een ‘oplossing’, ook al is die op dit ogenblik nog niet gekend of gevonden; zelfs al is er geen uitzicht op een oplossing. Een oplossing is - net als een probleem - niet iets dat zomaar uit de lucht komt vallen. Iemand moet er iets voor doen. Wie? *De eigenaar van het probleem.* Wanneer jij een probleem hebt, ben jij dat! Wil iets een écht ‘probleem’ zijn dan heeft het een eigenaar, iemand die zegt “Dit is mijn probleem.”, iemand die de verantwoordelijkheid neemt om er wat aan te doen. *Er bestaat geen probleem zonder eigenaar.* Vaststellen, klagen, zeuren en zuchten, zijn geen tekenen of uitdrukkingen dat er een probleem is of zou zijn, enkel dat

jij het lastig hebt met iets of iemand. Enkel wanneer jij de verantwoordelijkheid op jou neemt groeit er *een dwingende vraag* naar een oplossing, een vraag die je niet meer naast je kunt leggen.

Je bent verantwoordelijk voor alles wat je waarneemt, voelt, denkt en doet, hoe groot ook de beïnvloeding is door anderen en door de context. Verantwoordelijkheid is geen molensteen die om je hals hangt wél een teken van de ernst van jouw verbinding met je familie, je collega's, je medemensen en je gemeenschap; jouw verbinding met het leven. Verantwoordelijkheid is steeds een *persoonlijke* aangelegenheid, zelfs al kan je - soms erg terecht - wijzen op *gedeelde* of *gemeenschappelijke* verantwoordelijkheden.

Verantwoordelijkheid nemen voor de vraag betekent tevens dat je verantwoordelijkheid neemt voor het antwoord. Dat betekent niet dat jij op je eentje de zaak moet aanpakken. Het betekent wél dat je de zaak niet loslaat tot je een afdoend antwoord hebt gekregen. Het betekent dat je wegen zoekt en mensen en middelen aanspreekt om een antwoord te vinden. Het betekent dat je aanspreekbaar bent voor de oplossing, dat je ter ver-antwoord-ing kunt worden geroepen.

Een dwingende vraag word je je bewust, die 'zie' je niet.⁶² Het is een persoonlijke *keuze*! Dit vraagt een grote zin voor verantwoordelijkheid, moraliteit en ethiek. Om je bewust te kunnen worden van een dwingende vraag stel je je morele en ethische vragen zoals:

Wat hebben deze feiten met mij te maken en wat heb ik te doen met deze feiten? Wat gebeurt er wanneer ik deze feiten naast mij leg en er geen 'probleem' van maak? Welke gevolgen heeft het voor de mensen die erbij betrokken zijn wanneer ik niet inga op deze feiten?

Tot waar reikt mijn verantwoordelijkheid?

*Hoe ontwikkelt de situatie indien niemand iets onderneemt? Hoe verhoud ik me tot de mensen (die ik meestal niet ken) die dan last hebben van de gevolgen?*⁶³

⁶² De aanpak van een Belgisch ex-premier "Ik pak enkel de problemen aan als ik ze zie." getuigde van kortzichtigheid (hij was ook letterlijk bijziend).

⁶³ Lees meer in *Wie heeft er een probleem? Ik, hij, zij of wij?*

6. *Communicatie met en over ‘feiten’*

Feiten zijn een onderdeel van je communicatiesysteem

Er bestaan geen feiten op zich, er zweven niet ergens ‘feiten’ rond. Je ontdek en ontmoet ‘gegevens’ en je kunt er verrast over zijn of voelen dat je geconfronteerd wordt, maar ze staan niet ergens ‘feit’ te zijn. Jij beoordeelt en benoemt ze als ‘feiten’. Dat de aarde rond de zon draait is een gegeven maar dat is slechts een ‘feit’ telkens jij een bepaalde waarneming doet, je er van bewust bent en dat inzicht gebruikt. De aarde warmt op, daar zijn genoeg ernstig geregistreerde gegevens over, maar is slechts een ‘feit’ indien in de communicatie alle betrokkenen dit gegeven ernstig nemen.

In het geval van de beweging van de zon gaat het daarenboven om een gegeven dat we als mens niet op de juiste manier aanvoelen, want we voelen en zien dat de zon rond de aarde draait. Je moet bewust en zeer lang aandachtig kijken en aanvoelen, wil je kunnen voelen dat de aarde om zijn as draait.

‘Feiten’ druk je uit als een *interpretatie* van een waarneming. *Ze zijn niet de waarneming!* Vaststellingen zijn een deel van de interactie met jezelf, met anderen en met je omgeving. Ze zijn steeds een aspect binnen een communicatie. Feiten zijn een deel van jouw communicatiesysteem. Feiten hebben een *relationele* functie binnen een gesprek met jezelf of met anderen. Concreet betekent dit dat wanneer er feiten op tafel worden gelegd het op de eerste plaats niet gaat om de feiten op zich of om de feitelijkheid maar om ‘*deze feiten leg ik (of legt zij) op tafel*’, ‘*deze feiten leg ik in het midden*’. Het gaat om hoe je feiten inzet in je naar binnen gerichte of naar buiten gerichte communicatie. Welke feiten je inbrengt en welke niet en hoe je dat doet is een deel van de *kwaliteit* van je communicatie en je relatie met je communicatiepartners. Het gaat om de communicatie ‘over’ de feiten: hoe,

wanneer, met wie, waar, met welke intentie, met welk doel, ... communiceer jij gegevens.

Alle 'feiten' zijn waardevol

De sterke druk op Research Evidence Based Facts heeft als onaangenaam neveneffect dat de andere feiten als minderwaardig worden gezien. Vanuit een *lijnig* denken hanteren we zo graag eenvoudige oordelen: 'slecht - niet slecht - beter - best'. Vanuit *systemisch* denken is het efficiënter om de plaats en het gewicht van alle vier de soorten feiten aan te geven en te waarderen in functie van het zoeken van een antwoord op een vraag. Bij het beoordelen, besluiten en beslissen doe je er beter aan om alle vier soorten feiten het juiste gewicht te geven binnen de context van de actuele vraag die jij of anderen stellen en zal je geen enkel feit uitsluiten alleen maar omwille van het soort feit dat het voorstelt. Integendeel, in heel wat situaties ben je niet veel met Research Evidence Based Facts', bv.: wanneer je een goede medewerker en tevens goede vriend moet ontslaan; wanneer je voor een moreel dilemma staat; wanneer een terminaal zieke persoon niet in een ziekenhuisbed wil sterven en vraagt om gehoord te worden.

Alle soorten feiten zijn waardewol ... binnen hun context, ... voor de betrokkenen, ... voor de intentie waarmee ze op tafel worden gelegd ... in functie van de vraag die werd gesteld.

Er is steeds een mix van verschillende soorten feiten. Het is gaat dus niet op om zonder meer persoonlijke feiten af te wijzen. Het komt er op aan om in iedere case de relevante feiten te verzamelen, ze juist in te schatten en ze het juiste gewicht te geven. Wanneer iemand een 'probleem' heeft dat sterk verwijst naar haar beleving en naar de zin die de persoon er aan geeft, dan is het nodig om de persoonlijke feiten veel gewicht te geven.

Andrea kreeg te horen dat ze kanker heeft. Dus volgden er onderzoeken. Indien een ernstige vorm van kanker zou worden vastgesteld, zou geen behandeling meer worden opgestart enkel nog palliatieve

zorg. Er rezen twijfels. De gegevens werden in een tweede ziekenhuis in vraag gesteld. Er volgden nieuwe onderzoeken. Het gevolg was dat Andrea maanden in onzekerheid leefde. Het ging voor beide ziekenhuizen en de artsen telkens om Research Evidence Based Facts, of beter, het ging om de interpretatie (!) van vastgestelde feiten. Voor haar echter waren die gegevens langzaamaan niet meer haar eerste bekommernis. Haar brandende vraag draaide om haar gevoelens en hoe ze best kon omgaan met de onzekerheid. Haar persoonlijke feiten waren de belangrijkste gegevens bij de begeleiding van dat proces. Bij de begeleiding was iemand nodig die haar 'rouwzorg' kon geven. Om het even of ze zou sterven of niet ze werd door de ziekte gedwongen veel los te laten; dat vergt 'rouwarbeid'. ('Rouwarbeid' is nodig in iedere situatie van afscheid of ernstig verlies.)

Wetenschap kan zorgen voor Research Evidence Based Facts en voor een stevige verklaring van de feiten maar daar heb je niet steeds een boodschap aan. Een wetenschappelijk aanpak negeert zeer vaak de niet-bewijs-bare feiten' die wél belangrijk zijn voor de betrokkene.

Hoe we 'feiten' gebruiken en manipuleren

Tijdens een gesprek, in een discussie of een debat, bij het nieuwsbericht, via een interview, in een tekst, in een boek, via de media, ... voortdurend worden 'feiten' op tafel gelegd. Tijdens een debat, een vergadering, een overleg, een dispuut, stel ik zeer vaak vast (= mijn persoonlijke vaststellingen): dat er meestal oordelen en meningen op tafel komen maar geen feiten; dat de feiten geen echte 'feiten' zijn maar vage gegevens; dat de feiten slordig of onduidelijk worden aangeboden; dat essentiële feiten worden verzwegen en de minst 'gevaarlijke' gegevens naar voor worden geschoven; dat 'feiten' in een discours worden gestopt op zo'n manier dat ze verdraaid of vervormd kunnen worden; dat 'feiten' worden misbruikt om tegengestelde uitkomsten (tegengesteld aan de feiten) te bewijzen; enz. *Feiten worden voortdurend gemanipuleerd*, onbewust of bewust, met goede of met kwade bedoelingen.

‘Feiten’ worden op tafel gelegd als onderdeel van het relatie- en communicatiespel. Daarom is het nuttig om in eerste instantie te kijken naar de *relationele* aspecten van die actie en pas in tweede instantie naar de degelijkheid, de feitelijkheid, van de feiten op zich. Ik geef hieronder enkele aandachtspunten in de vorm van een vraag die je jezelf kunt stellen wanneer iemand een ‘feit’ in het midden legt.

In welke mate is hij die vertelt betrokken bij deze feiten?

Als waarnemer van feiten of als verteller over feiten maakt het veel uit in welke mate en hoe hij betrokken is of zich betrokken voelt bij de feiten die hij vertelt.

Wie zeer sterk betrokken is bij de ‘feiten’ ziet een aantal zaken niet, wie niet betrokken is ziet andere dan weer zaken niet.

- Wanneer hij vertelt, gaat het om iets waar hij *persoonlijk* bij betrokken is? Gaat het om mensen of een situatie die hij persoonlijk kent? Of voelt hij *medeleven* met wat hij ziet of met wat hij verneemt van anderen? (bv. het verhaal gaat over een kind en hij is vader van een kind van dezelfde leeftijd) Of toont hij geen enkele persoonlijke betrokkenheid? Legt hij ‘feiten’ in het midden louter als gegeven, zonder enige betrokkenheid? (bv. wanneer hij louter feitelijk de statistische gegevens voorlegt van de kindersterfte door honger in Ethiopië) Wat is zijn intentie met het op tafel leggen van *déze* feiten?
- Toont hij zich *intellectueel* betrokken bij de zaak of toont hij dat hij zich *gevoelsmatig* verbonden voelt of reageert hij *emotioneel*?
- In welke mate en hoe zorgt zijn betrokkenheid voor de verheldering dan wel voor de vervorming van de feiten die hij vertelt? Kan je überhaupt de juiste gegevens waarnemen en onderzoeken zonder enige betrokkenheid?

“De liefde geeft ons in een oogwenk wat we met jarenlang ploeteren nauwelijks weten te bereiken.”

“Wanneer men geen liefde voelt voor wat men onderzoekt, kan men het nooit helemaal doorgronden.”

Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832)

Hoe helder praat hij over deze ‘feiten’?

‘Helder spreken’ betekent: dat hij duidelijk is in zijn aannames, zijn uitgangspunten en hoe hij achter deze ‘feiten’ is gekomen; dat hij duidelijk is in de wijze waarop hij zijn gedachtes opbouwt. Dit veronderstelt dat zijn taalgebruik zorgvuldig en congruent is en dat hij zijn ‘logica’ op een heldere manier communiceert.

Het begrip ‘helder’ bij denken en spreken gebruik ik zonder oordeel. Het is dezelfde vaststelling als “Dit water is helder.” Uiteraard is er een tegengestelde situatie: “Dit water is troebel.” Hetzelfde geldt voor “Deze gedachtegang is vaag en troebel.” of “Deze feiten zijn vaag.”

‘Helder denken en spreken’ verwijst naar het *denkproces* en het *communicatieproces* niet naar het eindresultaat. Wanneer je helder denkt, betekent dit niet dat je daardoor meer gelijk hebt dan de ander en dat jij dé waarheid te pakken hebt en dus dat de ander die op zijn manier tot een andere waarheid komt, niet helder zou denken. Jouw ‘waarheid’ verkondigen is jouw (voorlopige) conclusie verkondigen.⁶⁴

*Twee denkers die sterk steunen op het lijnij grondpatroon kunnen vanuit tegengestelde uitgangspunten starten en daardoor uitkomen bij extreem tegengestelde meningen. (bv. het bestaan van God versus het idee dat het concept God absurd is) Toch vertoont hun denkproces dezelfde kenmerken = het lijnij denkpatroon: stelling → aannames → vaststellingen → causaal verband → mening → waarheid.*⁶⁵

Bij iedere ernstige communicatie is het nuttig om vragen te stellen bij hoe de ander de essentiële begrippen in zijn betoog invult. Je kunt er vanuit gaan dat jij en hij de woorden en de beelden verschillend beleeft. Het is dus geen zaak van wantrouwen om daar vragen over te stellen. Integendeel, de kans op misverstanden wordt kleiner indien je zicht hebt op zijn associaties bij belangrijke begrippen in zijn betoog. Daarenboven, jij zowel als de ander kunnen het weliswaar eens

⁶⁴ Lees meer over ‘waarheid’ in het hoofdstuk WAT IS WAARHEID?

⁶⁵ Het hoofdstuk FEITEN NADER BEKEKEN - *Je grondhouding bepaalt wat jij beschouwt als ‘feiten’*

geraken over de conventionele invulling van de *definitie* van een woord, jullie zullen tegelijk ieder rond het betrokken woord je eigen *betekenis* hanteren met associaties, *beelden* en *belevingen*.

Hoe groot is het gehalte ‘mening’ in de manier waarop hij ‘feiten’ op tafel legt?

Iedereen neemt waar vanuit het eigen perspectief en de eigen visie.⁶⁶ Bij Practice-evidence Based Facts en Research-evidence Based Facts doe je dit na overleg en in samenwerking met anderen. Zo kan je tot een gemeenschappelijke visie komen. *‘Feiten’ die worden aangeboden zijn steeds een interpretatie van de observaties!* Daar is niets mis mee, dat is gewoon. Het wordt moeilijker om ‘feiten’ te hanteren die worden aangeboden als een *mening* “Dit vind ik.” of “Zo is dat.”. Dan krijg je geen heldere conclusie aangeboden maar een gekleurde, persoonlijke kijk.

Je zult bijgevolg vragen moeten stellen niet om de feitelijkheid te onderzoeken maar om het *mening-gehalte* te onderzoeken en dat weg te zuiveren uit de interpretatie. “Vertellen de feiten dat of vertel jij dat?”

Wat voelt aan als de intentie van zijn bijdrage?

Het begrip ‘intentie’ wijst op de drijfveer, de stuwende gerichtheid die jouw handelen onderbouwt. Het is niet gelijk aan ‘doelstelling’. Het verwijst naar de werkelijke innerlijke drijfveer van je handelen. Het sluit aan bij wat het werkelijke ‘thema’ is van de communicatie hier en nu.⁶⁷ Het is nauw verbonden met datgene wat voor jou zinvol is op dit moment en in het leven in het algemeen. Intentie slaat op datgene wat je diep in je hart echt wilt bereiken, los van de schone schijn, los van wat anderen daar van zullen vinden, los van wat er van jou wordt

⁶⁶ Je kunt niet - letterlijk - door de ogen van de ander kijken. En vooraleer je beweert dat jij je kunt inleven in de ander en hem begrijpen (wat ik in vraag stel), lees de tekst *Medeleven Empathie Mededogen*

⁶⁷ Over het onderscheid tussen het ‘onderwerp’ van het gesprek en het ‘thema’ lees uitgebreid in *Hoe beweeg je binnen het relatie- en interactieveld?*

verwacht, los van angst voor het resultaat. Je intentie toont de kwaliteit van je verbinding met jezelf en met anderen. Intentie is de echte aansteker van je gedrag en van het effect van je gedrag. Intentie is de ware reden van het vertellen van een verhaal. Het is je persoonlijke verbinding met wat je hier en nu communiceert en hoe je dat doet.

Het is vruchtbaar voor iedere communicatie om aan te voelen wat de intentie is van diegene die ‘feiten’ op tafel legt. Je kunt daar uitdrukkelijk naar vragen indien je twijfel.

Welk belang heeft hij met het aanbieden van déze ‘feiten’?

Waar toe dient het inbrengen van déze ‘feiten’? Wat wil hij bereiken?

Iedereen in een gesprek, een discussie of een debat heeft een *persoonlijk belang* (zelfs al beweert hij voor het algemeen belang te gaan). Soms is dat duidelijk en sterk, soms is dat vaag of verdoken. Niemand handelt volledig belangeloos, zonder enig belang. Het zorgt voor helderheid in de relatie indien je eerlijk kunt aangeven wat jouw persoonlijk belang is.

Ieder die iets wil aanleren, iedereen die coacht, ieder die hulp verleent, iedere vrijwilliger of mantelzorger heeft een persoonlijk belang bij zijn actie. Dit geldt in sterkere mate indien de betrokkene meer ‘hulpbehoevend’ is..

Daarnaast heeft iedere actie, om het even van wie, een streven, een richting, een doel of een objectief. De ander wil iets bereiken met het inbrengen van déze ‘feiten’, op déze manier, op dit moment, op déze tafel, via dit medium, in déze context. Dit kan erg onbewust en onschuldig zijn. Op een ander moment is het erg bewust, strategisch, ver hullend, zelfs manipulerend.

Het is daarom meer dan nuttig om te onderzoeken wat hij wil bereiken met déze feiten. *Wat zijn de gevolgen indien déze feiten ernstig worden genomen (binnen het verhaal dat we delen)? Wat zijn de gevolgen indien we déze feiten negeren, indien we er geen rekening mee houden?* Deze laatste vraag, de niet-bevestigende vraag, zorgt in

zeer veel situatie voor meer helderheid. *Welke feiten worden niet meegenomen in het verhaal? Wat bereik ik niet wanneer ik geen rekening hou met déze feiten? Stel vaker niet-bevestigende vragen!*⁶⁸

Strijden om de feitelijkheid van de feiten?

Hoe strijd je voor de feitelijkheid van jouw waarnemingen?

Hoe bestrijd je de feitelijkheid die anderen aan hun waarnemingen en feiten geven?

Het heeft weinig zin om tegen iemand waarvan jij meent dat die liegt te zeggen “Jij liegt!” of “Dat is volkomen fout!”. Het heeft weinig zin om tegen iemand die in ‘God’ gelooft te zeggen dat ‘God’ niet bestaat of dat het slechts een verhaal is voor bange mensen.

Wat maakt dat je uit je lood wordt geslagen wanneer iemand met kracht een ‘onmogelijk te geloven verhaal’ poneert? Wat maakt dat je in een strijdende of defensieve houding schiet of zelfs een agressieve?

Het is vruchtbaarder om te herkennen dat deze persoon iets als een ‘feit’ hanteert dat jij onmogelijk als ‘feit’ kunt aanvaarden. Het kan vriendelijker: a) bevestig zijn bewering “Ik heb je juist begrepen zo?” (‘bevestigen’ betekent *niet* dat je ‘akkoord gaat’), b) bevestig dat het gegeven dat hij in het midden legt tot de eerste categorie feiten behoort (persoonlijke feiten), c) formuleer tegelijkertijd duidelijk dat het opwaarderen van een mening tot de derde of de vierde categorie niet is toegestaan, d) zoek samen de vraag waar je samen constructief aan kunt werken. Is de vraag die in het midden ligt wel duidelijk geformuleerd? Werd ze vrij op tafel gelegd of opgedrongen door een van de betrokken partijen? Is het wel een gemeenschappelijke vraag? Bij een meningsverschil levert het meer op om de diverse soorten feiten te onderscheiden. Daarnaast is het nuttig om duidelijk te formuleren waar jullie het wél over eens zijn: om welke feiten het voor jullie niet gaat en waar jullie het dus niet over eens moeten zijn,

⁶⁸ Lees meer over niet-bevestigende vragen in *De kunst van het vragen stellen*

en welke vraag wél nuttig is om te stellen en te onderzoeken.

Het is vaak onvruchtbaar om energie te stoppen in het bestrijden van de feitelijkheid op *inhoudelijk* vlak. Het is op dat moment belangrijk om te herkennen dat het bij zulke discussie niet gaat om de feitelijkheid van de aangehaalde feiten maar om de relatie. Dan is het efficiënter om een *relationeel gevecht*, een machtsstrijd, te vermijden. Liegen, feiten verdraaien, feiten strategisch selecteren of verzwijgen e.d. het is onderdeel van een machtsspel “Ik wil de baas zijn” (of ik nu gelijk heb of niet, of iets nu ‘waar’ is of niet). Door je te focussen op de *inhoud* mis je de bal want het gaat bij de discussie in werkelijkheid om de *relatie*, om gelijk *krijgen* (niet om gelijk *hebben*)!

Wanneer je in discussie gaat met de ander over de *feitelijkheid* van de aangehaalde feiten stap je zonder meer mee in het door de ander aangeboden spel. Dan dien je de spelregels van dit spel te kennen en te hanteren!⁶⁹

Bij een machtsspel is het nuttig de vraag te stellen: *Welke strategie levert me het meeste op? Vechten om gelijk te krijgen? Vanuit welk perspectief levert dit ‘winst’ op? Wat is er wérkelijk aan de hand?*

Bij het kiezen van ‘feiten’ dien je de juiste vragen te stellen:

Wie heeft dit vastgesteld? Vanuit welk perspectief?

Waar, wanneer, op welke manier, met behulp van welke technieken en methoden? Binnen welke context?

Met welk doel en met welke intentie?

Hoe werden de resultaten behandeld, geëvalueerd, gecommuniceerd en in een beeld en een verhaal gebracht?

⁶⁹ Kijk bijvoorbeeld hoe Donald Trump het Trump-spel speelt. De tegenstanders stappen zonder meer mee in het Trump-spel en verliezen, want hij speelt het spel beter dan zij, en hij geeft er geen zier om dat hij vals speelt en zijn eigen spelregels verbreekt, dit laatste is voor hem deel van het Trump-spel.

7. *Je leeft dankzij verhalen*

Gevoelens sturen het proces

Alle tien verschillende acties van je *verhalend zelf* worden aangedreven, gestimuleerd en onderhouden door wat je *voelt*, niet door een rationele impuls in je hersenen!⁷⁰ Het is wel noodzakelijk daarbij het onderscheid te maken tussen ‘gevoelens’ en ‘emoties’.⁷¹

Na de aanzet door hoe jij je voelt en welke behoeften er onbewust spelen, vertel je innerlijk je verhaal en daar gebruik je - voor sommige aspecten - wel het rationele deel van jezelf bij. Maar niet omgekeerd. Je voelt je op een bepaalde manier en daardoor ga je dit verhaal vertellen; dus niet: je vertelt dit verhaal en daardoor ga je je zo voelen.⁷² In beide gevallen gaat het om een *lijnige* voorstelling van het proces: eerst dit, dan dat. Vanuit een *systemisch* of *lemniscatisch* perspectief is er geen ‘eerst’ en geen ‘dan’ maar is er sprake van interafhankelijkheid; d.w.z. alle elementen hebben elkaar nodig om te verschijnen.⁷³ Gevoel ontstaat samen met het verhaal, het verhaal bouwt op waarnemingen, gevoelens en behoeften. Waarnemingen, gevoelens, behoeften en je verhaal zijn samen onderdeel van je *verhalend zelf*. Het ganse proces loopt overwegend onderbewust en word je je slechts langzaam bewust wanneer je het verhaal uitdrukkelijk gaat vertellen tegen jezelf of tegen anderen.

Zelfs wanneer je rationeel zoekt naar een verklaring zijn gevoelens en

⁷⁰ Damasio, Antonio, *De vreemde orde der dingen - Het leven, het gevoel en het ontstaan van culturen*, Wereldbibliotheek 2019 - *Het zelf wordt zich bewust*, Wereldbibliotheek 2010 - *Ik voel dus ik ben - Hoe gevoel en lichaam ons bewustzijn vormen*, Wereldbibliotheek 2001

⁷¹ [Lisa Feldman-Barrett](#), *How Emotions Are Made - The Secret Life of the Brain*, Pan Books 2017 - Bekijk dit korte [filmpje](#)

⁷² Dit was reeds de vaststelling van [William James](#), psycholoog (1842-1910)

⁷³ Het hoofdstuk FEITEN NADER BEKEKEN - *Je grondhouding bepaalt wat jij beschouwt als ‘feiten’*

behoeften de stimulans. Wat maakt je nieuwsgierig? Wat maakt dat je uit nieuwsgierigheid handelt? De start is niet een rationele overdenking, zo van “Zal ik nu even nieuwsgierig zijn? Wat levert het me op indien ik nu even nieuwsgierig ben?” Onze ratio is een uiterst nuttig instrument. Het is echter niet verstandig (niet rationeel) om het instrument te verwarren met diegene die het instrument hanteert. We ‘zijn’ *niet* ons brein, ons brein is een onverbreekelijk deel van wie we ‘zijn’!

Wanneer ik schrijf over ‘gevoelens’ doe ik dat vanuit een algemeen aanvaarde wijze van spreken. Gedachten, beelden of woorden die gevoelens uitdrukken zijn echter slechts *vertalingen* van wat je voelt = het omzetten van een dynamiek in een beperkte taal. Je vertaling in een woordentaal, in een non-verbaal signaal of in een beeldende taal is sowieso cultureel bepaald. Je hebt geleerd je op een bepaalde manier uit te drukken in woorden, non-verbale uitingen en beelden. Vaak hanteer je een zeer beperkte *woorden-schat*, *bewegingen-schat* en *beelden-schat*. Je gebruikt weinig beeldende talen (tekenen, schilderen, dansen, foto, video, e.d.) om de waarneming van gevoelens uit te drukken.

Gevoelens begeleiden de basisimpuls om te *verbinden*, het is een *relationele impuls*. Je kunt maar iets kennen indien je met dat ‘iets’ eerst verbinding maakt. Is de verbinding oppervlakkig dan zal ook de kennis en de uitdrukking oppervlakkig blijven. *Iets een ‘feit’ noemen is de uitdrukking van een verbinding die je aangaat.*

Je leeft van verhalen niet van feiten

Alle mensen kiezen hun levenswijze op basis van een verhaal niet op basis van ‘feiten’; zelfs niet op basis je ‘persoonlijke feiten’. ‘Feiten’ worden naar voor gebracht, op tafel gelegd, in het midden gelegd of gepubliceerd binnen een communicatieve context en de vorm daarvan is een verhaal ‘vertellen’. *Feiten op zich worden niet gecommuniceerd, ze passen altijd ergens in een verhaal.* Ook bv. een weten-

schappelijk rapport is een verhaal. 'Feiten' zijn elementen binnen het gesprek met je 'zelf' of met een ander. *Je gedachtegang is een relationele zaak, al of niet met rationele elementen er in. Het is geen rationele zaak met al of niet relationele elementen er in.*

Wanneer je ergens pijn voelt, vertel je je arts een verhaal. Je zegt niet louter "Pijn hier." en je geeft niet enkel een beschrijving van wat je ervaart. Je plaatst je feiten binnen een verhaal en een vraag. Het antwoord dat je krijgt van de arts is een diagnose en dat is een ook verhaal, al of niet opgebouwd met rationele elementen.

Je overtuigt niemand van jouw standpunt door haar louter een lijstje met feiten te geven, zelfs niet (en zeker niet) van uitsluitend streng onderzochte feiten (Research Evidence Based Facts). Om iemand te overtuigen moet je eerst verbinding maken met de ander. En daar is een verhaal voor nodig. "Dag, hoe gaat het? Mag ik je wat vertellen? Heb je interesse?"

Verhalen die *mythen* worden genoemd zijn al vele tienduizenden jaren oud. Toch kan je ze vandaag nog herkennen in het gedrag van je medemensen, in je eigen gedrag en in je dromen; er worden nog dagelijks mythen verteld. Daarnaast zijn er reeds eeuwen historische verhalen, filosofische verhalen, religieuze verhalen, politieke verhalen, pedagogische verhalen, verhalen rond ondernemen, verhalen rond hoe je iets moet aanpakken (technieken, ambachten, methoden, vaardigheden, kunsten), enz. Er zijn verhalen die pretenderen de 'werkelijkheid' te verklaren. Er zijn verhalen om de tradities, de groepscohesie en de samenwerking binnen een gemeenschap te versterken. Er zijn verhalen om kennis en vaardigheden door te geven. Andere verhalen zijn bedoeld om duidelijk te maken wat de zin is van wat er gebeurt in het leven en van het leven in het algemeen. Alle verhalen bieden een antwoord (of willen dat doen) op een vraag die wordt verondersteld bij mensen te leven maar die ze niet altijd expliciet stellen.

Een truc in het demagogisch taalgebruik: vertel een fantastisch verhaal op zo'n manier dat het verwarring zaait en vragen oproept bij

de toehoorders, vragen die passen bij jouw stelling en leiden naar jouw eindconclusie.

Het is niet de vraag in welke mate verhalen waar zijn en op ‘feiten’ berusten. De vraag is: *Hoe sterk werken verhalen en hoe sterk werkt het aanbieden van feiten daarbinnen of net het verzwijgen van feiten?* Het is overduidelijk: verhalen wérken, ‘feiten’ op zich niet. Er zijn landen en culturen waar reeds eeuwen verhalen als ‘feiten’ worden behandeld.

Ik ben zeer vaak voor een of twee maanden op onderzoek geweest in India. Steeds kon ik uit eigen ervaring vaststellen en in plaatselijke kranten lezen, dat in India heel veel mensen meer geloof hechten aan een gerucht of een vaag verhaal dan aan ‘harde feiten’. In verschillende boeken en artikels geschreven door kritische Indiërs, wijzen de auteurs daar ook telkens op: het land wordt geleid door verhalen niet door feiten en feiten worden voortdurend verdraaid.⁷⁴

We verwerven en delen inzicht via verhalen

Inzicht ontwikkelt door de manier waarop je ‘informatie’ deelt met elkaar. En die ‘informatie’ bestaat uit diverse soorten feiten, argumenten, losse gedachten, bedenkingen, veronderstellingen, conclusies, gissingen, beelden, meningen, enz. Als je wil dat deze en andere brokken informatie aanzetten tot inzicht en tot handelen, dan heb je een verhalende structuur nodig. Enkel via die weg kunnen al die theorieën e.d. vlot begrepen en aanvaard worden. Meer dan ‘feiten’ en ‘verklaringen’ heb je verhalen nodig om iets te kunnen begrijpen, om als mens vat te kunnen krijgen op wat er gebeurt, om het ‘onverklaarbare’ toch ‘verklaarbaar’ te maken, om het ‘onbegrijpe-

⁷⁴ Chetan Bhagat, *What Young India Wants*, Rupa 2012, *Making India Awesome*, Rupa 2015, *India Positive: New Essays and Selected Columns*, Westland 2019
Roy Arundhati, *Het einde van illusies*, Amsterdam: Prometheus, 1999, *Luisteren naar sprinkhanen : aantekeningen over democratie*, Amsterdam: De Bezige Bij 2010
Zeer nuttig om te lezen: Gie Goris, *India De onzichtbare gigant*, Lannoo 2024

lijke' toch te kunnen aanvaarden. Met een opsomming van 'vastgestelde feiten' kom je er niet.

Je vertelt voortdurend je persoonlijke verhalen - *Mijn Verhaal* - naast de verhalen van de groepen waar je lid van bent - *Ons Verhaal* - en je vertelt verhalen over zingeving - *Het Groot Verhaal*.

Je bent er van overtuigd dat je persoonlijke visie een geldig kader is, dat 'logisch' in elkaar steekt en dat gegrondvest is op feiten die bewezen zijn of die een hoge autoriteit zo heeft meegedeeld. Je deelt het Groot Verhaal dat jou inspireert met mensen uit je omgeving want je wilt dat '*Mijn verhaal*' en '*Ons Verhaal*' en '*Het Groot Verhaal*' samenvallen, dat ze een passend geheel vormen, dat je ze congruent bij elkaar kunt voegen. Dat geeft je pas échte zekerheid.

Alle religies en spiritualiteiten verwarren 'verklaren' (een antwoord op de vraag *Waarvoor?*) en 'zin geven' (een antwoord op de vraag *Waarom?*). Vaak doen ze dat bewust. Dat moet het vertrouwen in hun leer ondersteunen: "Het is bewezen, wij hebben het bij het rechte eind." Vele predikers, spirituele leraren e.d. zullen je verzekeren dat het allesomvattend *Groot Verhaal* dat zij verkondigen, zelfs wordt ondersteund door de westerse wetenschap.⁷⁵

Je vertelt jezelf en anderen dagelijks stukjes van jouw persoonlijk verhaal en van wat jij gelooft als *Het Groot Verhaal*. Je vertelt dit om jezelf en anderen ervan te overtuigen dat het een 'waar' verhaal is, een verhaal dat 'de waarheid' bevat, of toch alleszins een groot stuk ervan. Je herhaalt dagelijks dat je gelijk hebt om de dingen zo te bekijken zoals jij waarneemt, want je steunt op 'feiten'! Hiermee stel je jezelf gerust.

⁷⁵ Bv. de Tibetaanse boeddhisten, met de Dalai Lama voorop, doen er alles aan om hun Groot Verhaal door de westerse wetenschap te laten bewijzen. Dat slaat echter nergens op. Ze vertellen daarbij intern een ander Groot Verhaal dan extern.

Verhalen zijn niet de 'werkelijkheid'

Verhalen, woorden, beelden en metaforen hebben een schaduwkant: ze kunnen zorgen voor meer inzicht maar ze zorgen evenveel voor verwarring en misverstanden, het zijn 'slechts' verhalen, woorden en beelden en niet de werkelijkheid! Je zet een stap te ver indien je ze ziet als de 'werkelijkheid'. Je kunt zelfs in vraag stellen of ze *verwijzen* naar de werkelijkheid. Dit geldt zeker voor filosofische en religieuze verhalen, maar evenzeer voor wetenschappelijke verhalen. Al zoeken deze laatste verhalen naar een 'objectief' beeld en een duidelijke verklaring van wat de wetenschapper ziet als de 'werkelijkheid', het blijven verhalen.

*"Serieuze wetenschappers spreken nooit in termen van "Wij weten", maar in termen van "We kunnen nieuwe vragen stellen". Het gaat om de vraag en niet om een eens en voor altijd vast te stellen 'waarheid'. Integendeel, een weten-schappelijke uitspraak is juist vooral belangrijk vanwege de nieuwe mogelijkheden die zij ontvouwt. In de maatschappij wordt het dynamisch karakter van de wetenschap niet goed begrepen. Bij velen bestaat het idee dat 'de wetenschap' een geheel van 'ware kennis' is. Dat is een behoorlijk gevaarlijk misverstand."*⁷⁶

Vormen de vele verhalen een geheel?

De mensen-werkelijkheid is één geheel, de diverse verhalen die worden verteld over die werkelijkheid zijn niet de werkelijkheid en vormen niet zomaar een geheel.

Heb jij zoals vele mensen de behoefte aan een sluitende, allesomvatende verklaring voor alles wat er in en rondom jou gebeurt? Wil je graag alles, van de meest eenvoudige fenomenen tot de meest complexe of aangrijpende ervaringen, een plaats kunnen geven binnen één samenhangend en sluitend verhaal? Je staat niet alleen.

⁷⁶ Isabelle Stengers, *Macht en wetenschappen*, VUBpress 1998

Zonder een allesverklarend verhaal zal je moeten aanvaarden dat je heel veel niet kunt waarnemen, dat jij niet alles kunt kennen, dat je nooit alles zult kunnen begrijpen (en ook de autoriteiten waar jij beroep op doet kunnen dat niet). Een *allesverklarend verhaal* is een verlangen dat vele mensen delen. Je wil dat de fenomenen en de gebeurtenissen zinvol zijn, ze moet een betekenis hebben. Het moet, anders spreek je van 'zinloos' of 'onbegrijpelijk' of 'willekeurig' of 'chaotisch'.

Veel wetenschappers dromen van 'de allesomvattende theorie', een verklaringskader waarin *alle* vragen een antwoord kunnen vinden.

Religies bieden reeds eeuwen het *Enig Juiste Groot Verhaal* aan.

Er worden diverse allesverklarende kaders aangeboden in de vorm van *Het Grote Verhaal* vanuit verschillende perspectieven: een religieus, een wetenschappelijk, een filosofisch, een psychologisch, een maatschappelijk of een politiek perspectief. Een kader kan vertrekken vanuit Westers, Aziatisch, Afrikaans, Arabisch of Zuid-Amerikaans gekleurde uitgangspunten en waarden.

Een diversiteit aan verhalen willen een plaatsje in het Groot Verhaal: religieuze verhalen, culturele verhalen, filosofische verhalen, historische verhalen, biografische verhalen, sacrale verhalen, politieke verhalen, persoonlijke verhalen, fictieve verhalen, enz. Sommige passen coherent bij meerdere verhalen, sommige verhalen passen bij slechts een paar andere vertellingen en sommige verhalen hebben een heel eigen gebied en passen moeilijk bij andere verhalen.

Veel van de verhalen die worden verteld kunnen worden beleefd *alsof* ze een 'geheel' vormen. Dat de verhalen een 'geheel' moeten vormen is een verlangen, een uitgangspunt, een aanname, een overtuiging, géén 'feit'! Sommige verhalen die worden verteld zijn moeilijk coherent te koppelen aan andere verhalen.

Voor veel wetenschappers en voor veel filosofen is het onaanvaardbaar dat je de diverse soorten verhalen zonder meer aan elkaar koppelt tot één Groot Verhaal. Zij die een Groot Verhaal vertellen (overwegend de religies en politieke leiders) hebben meestal een synthese

gemaakt van een *beperkt* aantal verhalen en laten bewust meerdere verhalen links liggen. Voor iedereen is het onaanvaardbaar is het wanneer een gemeenschap of een religie haar verhaal verheft tot het Enig Ware Verhaal en alle andere verhalen daaraan ondergeschikt maakt of als ‘vals’ beschouwt.

Daarnaast beleven sommigen het als onaanvaardbaar indien iemand twee soorten verhalen die tegengesteld zijn (of lijken) naast elkaar hanteert zonder die als één geheel te beschouwen en consequent zo te behandelen.

[Georges Lemaitre](#) (1894-1966) hanteerde wél twee soorten verhalen naast elkaar. Hij was natuurkundige, astronoom en kosmoloog, en leverde erg belangrijk wetenschappelijk werk met zijn hypothese van het uitdijende heelal (1927) en was de grondlegger van de oerknal-theorie (1931). Daarnaast was hij ook priester. Hij bleef steeds het onderscheid aangeven tussen zijn wetenschappelijk werk en hypothesen enerzijds en zijn geloof anderzijds. Hij wilde niet dat zijn wetenschappelijke hypothesen gelieerd werden met het theologische begrip van de schepping.

‘Geneste’ verhalen, verhalen die in elkaar grijpen

Brian Greene, prof. wiskunde en theoretische fysica ⁷⁷

“We kijken naar de werkelijkheid, we herkennen patronen en die patronen voegen we samen tot verhalen die kunnen fascineren, informeren, verbazen, vermaken en opwinden. Hierbij is het meervoud - verhalen - essentieel. In de bibliotheek van het menselijk denken bestaat niet zoiets als een enkel, verenigd boekdeel waarin het uiteindelijke begrijpen wordt overgebracht. Integendeel, we hebben vele, op elkaar aansluitende verhalen geschreven die verschillende domeinen van de menselijke nieuwsgierigheid en ervaring verkennen; dat wil zeggen, verhalen die de patronen van de werkelijkheid elk met een eigen grammatica en woordenschat weergeven. ...

⁷⁷ Brian Greene, *Tot het einde der tijden - De zoektocht naar de reden van ons bestaan in een nieuwe wereld*, Spectrum 2020 - Initiatiefnemer van World Science Festival

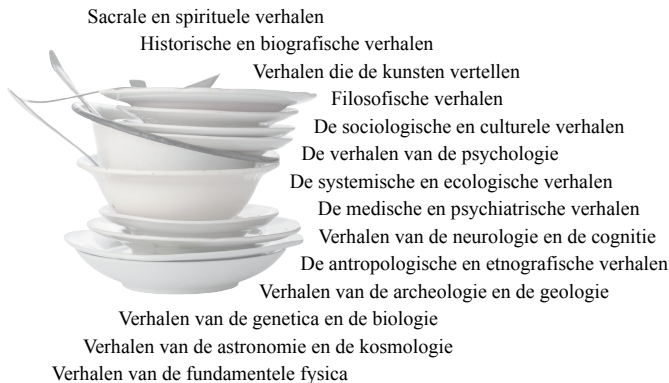
Dit zijn allemaal verhalen die steeds maar doorgaan, ontwikkeld door denkers uit verschillende disciplines. Een sage die begint bij quarks en eindigt bij het bewustzijn zou een lijvig boekwerk zijn. Toch grijpen de verschillende verhalen wel in elkaar: ...

Hoe onderling verbonden ze ook zijn, de verschillende verhalen, verteld in verschillende talen en gericht op verschillende niveaus van de werkelijkheid, geven totaal verschillende inzichten. Misschien zullen we op een dag naadloos van het ene verhaal op het andere kunnen overgaan en alle voortbrengselen van de menselijke geest, werkelijk en fictief, van de wetenschap en van de verbeelding, met elkaar kunnen verbinden. ...

Maar ook als we niets hebben dat daarbij zelfs maar in de buurt komt, kunnen we er veel van opsteken als we ons in die verhalen onderdompelen - wetenschappelijk, creatief, in de verbeelding. ...

Diepe mysteries vragen om helderheid, gegeven door een reeks 'geneste' verhalen, verhalen die als een set schalen in elkaar passen. Of ze nu reductionistisch of emergent zijn⁷⁸, wiskundig of figuratief, wetenschappelijk of poëtisch, we puzzelen het rijkste begrip bij elkaar door vraagstukken vanuit een scala aan perspectieven te benaderen."

'Geneste' verhalen, verhalen die in elkaar kunnen schuiven



⁷⁸ Reduceren = het complexe terugbrengen tot het kleinste element
Emergent = spontaan optredend, te voorschijn tredend.

8. Wat is 'waarheid'?

Het begrip 'waarheid' en je levenshouding

Hoe 'waar' is 'waarheid'? Hoe komt het dat er zoveel zeer uiteenlopende 'waarheden' bestaan? Wie heeft gelijk en wie niet? Hoe hanteer je verschillende waarheden op hetzelfde moment, in dezelfde situatie? Hoe dialogueer je met mensen die achter een andere waarheid staan?

Wanneer je in je communicatie het woord 'waarheid' gebruikt ga je er van uit dat de anderen begrijpen wat je bedoelt en dat ze het eens zijn met je definitie. De zaken verlopen niet op deze manier: iedereen heeft een reeks eigen associaties bij het begrip, iedereen geeft een persoonlijke betekenis aan het begrip 'waarheid' en vult het aan met eigen belevingen en beelden. Met het woordenboek kom je niet ver. Van Dale: 'waarheid' = "de overeenstemming tussen een denkbeeld, een verhaal of een bericht en de zaak *zoals zij is*". Zelfs indien zeer veel mensen het roerend eens zijn over deze taalkundige definitie van het begrip 'waarheid' (voor mij is het een scheve constructie gebouwd op een reeks veronderstellingen) dan nog blijkt de inhoud die al deze mensen in de praktijk geven aan het begrip 'waarheid' verschillend te zijn. De wijze van definiëren en gebruiken van een woord (in dit geval 'waarheid') is onderdeel van het hanteren van een bepaald grondpatroon. Het hangt dus af van je grondhouding en je mindset hoe je leeft met het begrip 'waarheid'.⁷⁹ Ieder van de drie grondpatronen zet het begrip 'waarheid' op een eigen manier in; er zijn dus verschillende houdingen tegenover het begrip 'waarheid' en de invulling ervan mogelijk.

Voor alle vormen van lijinig denken (rechtlijinig denken (lineair),

⁷⁹ Het hoofdstuk FEITEN NADER BEKEKEN - *Je grondhouding bepaalt wat jij beschouwt als 'feiten'*

dialectisch denken, circulair denken, spiraaldenken, evolutionair denken, sacraal denken) bestaat 'waarheid' als een extern gegeven, net zoals de waarneembare fenomenen 'externe dingen' zijn. Alle vormen van lijnig denken gaan uit van een verband tussen oorzaak en gevolg. Voor dit grondpatroon is er slechts één juiste waarheid mogelijk; het is voor hen eigen aan het woord 'waarheid'. En zoals reeds sinds Aristoteles wordt gesteld: het tegenovergestelde van wat 'waar' is, is 'onwaar'. Lijnig denken is het meest gewone en dagelijkse perspectief, zowat overal ter wereld. Niet vreemd dus dat we deze houding tegenover het begrip 'waarheid' overal terugvinden, ook al is de concrete invulling ervan erg verschillend.

Een variant van het lijnig denken is het lijnig-sacraal patroon. Wie zo denkt gaat nog een stap verder: naast de waarheid bestaat er Dé Waarheid. Die Waarheid staat boven het menselijk ervaren en denken en wordt geschonken, geïnspireerd of geopenbaard door een hogere macht. Wie sacraal denkt heeft de neiging sterk te ijveren voor de erkenning van zijn Waarheid als de 'Universele Waarheid'. Diegenen die heel ver gaan op dat pad zullen strijd voeren, letterlijk, voor datgene wat zij zien als dé enige, echte Waarheid.

Voor wie het systemisch grondpatroon hanteert zijn meerdere 'juiste antwoorden' mogelijk en kunnen meerdere 'waarheden' tegelijkertijd waar zijn, doch ze mogen niet tegengesteld zijn. Het zijn 'aanvullende waarheden' die samen een 'waarheid-systeem' vormen.

Voor het lemniscatisch grondpatroon bestaat 'waarheid' enkel in de mate dat een aantal mensen overeenkomen om iets als 'waarheid' aan te duiden. *Waarheid is geen gegeven*, het is louter een menselijke constructie, een conventie, een afspraak. Meer niet. Het wijst wel op de menselijke behoefte om zich vast te klampen aan de 'juiste kennis' en 'logisch denken' en 'objectief weten'. 'Waarheid' is een woord dat verwijst naar iets dat niet bestaat. Het verwijst naar een gedachtepatroon, een idee, naar een abstracte voorstelling gebruikt in concrete situaties. Alle 'waarheden' zijn ieder op hun manier volledig 'waar' en daarom *niet relatief*, ze zijn écht 'waar' ... voor de betrokkenen.

Het is bijgevolg zinloos om te debatteren over wat wél en wat niet ‘waar’ is. Het is veeleer nodig om een dialoog te voeren en elkaar kritische vragen te stellen. Vragen als: *Op welke gegevens steun jij om dit voorop te stellen? Waar komen die gegevens vandaan? Op welke manier zouden jouw gegevens kunnen worden tegengesproken? Hoe bepaalt wat jij ziet als ‘waarheid’ jouw kijk op wat er nu gebeurt in de wereld?* Enz.

De vier waarheden van Albie Sachs

Rechter Albie Sachs⁸⁰, lid van het Constitutioneel Hof van Zuid-Afrika, is een internationaal erkend jurist. Hij geeft toe dat hij als advocaat en als rechter verveeld zit met het begrip ‘waarheid’. Het werk waar de Waarheidscommissie in Zuid-Afrika voor stond heeft dit pijnlijk concreet gemaakt.

De vier waarheden die de Waarheidscommissie in Zuid-Afrika hanteerde zijn een aanpassing van de vier waarheden zoals Rechter Albie Sachs die heeft verwoord.

De Waarheidscommissie in Zuid Afrika onder voorzitterschap van aartsbisschop Desmond Tutu, had als opdracht helderheid te brengen over de waarheid inzake de schendingen van de mensenrechten in de periode 1960-1994. Ze moest drie kwesties kunnen verbinden: waarheid, verzoening en amnestie. Om de volle waarheid aan het licht te krijgen, bood de commissie aan iedereen die het volledige en gedetailleerde verhaal zou doen van zijn of haar misdaden amnestie aan.

Albie Sachs komt uiteindelijk uit bij vier soorten ‘waarheid’.

- Hij noemt feitelijke waarheid ‘*microscopische* waarheid’ (microscopic truth) en stelt vast dat dit de eerste zorg is van een rechtbank: "of een bepaald persoon schuldig is aan onrechtmatig en opzettelijk

⁸⁰ Albert "Albie" Louis Sachs (1935) was een jurist, een anti-apartheidsactivist en rechter van het constitutionele hof van Zuid-Afrika.

Lees meer in: *Albie Sachs en de vier waarheden - Op zoek naar de waarheid die verzoent*

doden van een andere persoon op een bijzonder moment op een bijzondere manier". Deze waarheid is gedetailleerd en gefocust op de daad.

- De tweede waarheid noemt hij '*logische waarheid*' (logical truth): "de veralgemeende waarheid van stellingen, de logica inherent aan bepaalde beweringen waar men toe komt via deductieve en afgeleide processen."
- Sachs's derde waarheid is de '*ervaringsgerichte waarheid*' (experiential truth). Dit sluit dicht aan bij wat de Waarheidscommissie de persoonlijke of verhalende waarheid noemt maar het valt er toch niet helemaal mee samen. Sachs zegt dat hij deze benaming gevonden heeft in Mahatma Gandhi's boek "*Mijn experimenten met Waarheid*". Sachs realiseerde zich dat Gandhi met "experimenteren" niet verwees naar wat een wetenschapper in een labo doet, maar veeleer dat hij zichzelf testte, niet ergens een idee over de wereld buiten zichzelf. Het doelt op de inspanningen om "zo objectief mogelijk te kijken naar de subjectieve ervaring, op een eerlijke onbevooroordeelde manier". Sachs zegt dat rechtbanken niets aan kunnen met dit soort waarheid. Het brengt hen in verlegenheid en in moeilijkheden.
- Tenslotte spreekt Sachs over de '*dialoog waarheid*' (dialogical truth): "dit houdt elementen in van de microscopische, de logische en de ervaringsgerichte waarheden, maar het neemt deze op in en het groeit door 'het (denk)beeld van een gemeenschap van vele stemmen en veelvoudige perspectieven' (the notion of a community of many voices and multiple perspectives). In het geval van Zuid Afrika, is er geen unieke correcte manier om te beschrijven op welke manier de grove schendingen van de mensenrechten plaats vonden. Er is niet één verslaggever die kan beweren dat hij/zij het enige definitief juiste perspectief bezit."

Dit is geen post-modernistische suggestie dat objectieve waarheid niet zou bestaan. Het is veeleer de vooropstelling dat de weg naar zulk een

waarheid verloopt via een zeer intense en vaak gevoelige dialoog die wordt begrensd door het zorgvuldig uitpluizen van het bewijsmateriaal, om te komen tot een veelkleurige, multi-perspectieven versie van de waarheid.

Meerdere soorten 'waarheden'?

In het debat over wat 'waar' is worden diverse soorten 'waarheden' benoemd.

Vaak wordt een van de vier soorten feiten⁸¹ tot 'de belangrijkste' of 'de enig relevante feiten' verheven en zo worden er in de wereld vier soorten 'waarheden' gehanteerd.

- Persoonlijke feiten ondersteunen de nadruk op de Persoonlijke Waarheid
- Feiten van een gemeenschap worden een Maatschappelijke Waarheid. Wanneer religie zeer sterk is in een groep wordt die verheven tot de Sacrale Waarheid of Dé Enige Waarheid.
- Feiten gebaseerd op gedocumenteerde praktijk worden makkelijk gezien als Experimentele Waarheid. Sommigen zullen het resultaat van praktisch onderzoek benoemen als Fenomenologische Waarheid.
- Streng onderzochte feiten krijgen makkelijk het statuut van Wetenschappelijke Waarheid
- Hoeveel 'waarheid' bezit een filosofische gedachtengang of een filosofisch statement? Bestaat er een Filosofische Waarheid?

Wanneer één van de tien acties waarmee het *verhalende zelf* feiten creëert, eruit wordt gelicht en wordt verheven tot hét element en vooropgesteld als de meest relevante actie, krijgt 'waarheid' een verschillende naam en een verschillende invulling.

- Wie '*verbinden met belevingen*' eruit haalt heeft het over de Beleefde Waarheid

⁸¹ Het hoofdstuk VIER SOORTEN FEITEN

- Wie ‘*object-iveren*’ erg belangrijk vindt heeft het over de Objectieve Waarheid en zet die af tegen de subjectieve belevingen
- Wie de invloed van de *context, de omgeving of de cultuur* naar voor schuift wijst op de Contextuele Waarheid
- Wie de actie van het ‘*conceptualiseren*’ tot hoofdactie verheft heeft het over de Conceptuele Waarheid of de Theoretische Waarheid of de Rationele Waarheid
- Wie meent dat het kunnen ‘*verklaren*’ en ‘*begrijpen*’ van de waarneming de ultieme actie is heeft het over de Verklarende Waarheid of de Filosofische Waarheid
- Wie vindt dat het *gezag* het bijzonderste element is bij het vaststellen van ‘feiten’ (“Zonder een autoriteit of Goddelijke gezag geen feiten”) die heeft het over de Algemeen Aanvaarde Waarheid of de Gezaghebbende Waarheid of de Goddelijke Waarheid of de Geopenbaarde Waarheid of de Esoterische Waarheid
- Wie vindt dat het ‘*waarderen en beoordelen*’ het échte onderscheid maakt tussen de feiten zal wijzen op de Waarderende Waarheid
- Voor wie ‘*zin en betekenis geven*’ de enige stap is die feiten tot relevante feiten maakt verdedigt de Zingevende Waarheid

Niet iedereen die zwaait met het begrip ‘waarheid’ zal een van de specifieke temen gebruiken die hierboven staan, maar wanneer je goed luistert herken je wellicht welke waarheid de spreker bedoelt.