

Alles is communicatie

Alles is energie en materie moet communiceren om te kunnen bestaan. Alles is dus communicatie. Ons hele lichaam is communicatie. Het lichaam kan zonder communicatie niet functioneren. Denk eens na over dit enorme belang van communicatie. En dan wil ik het nu alleen maar hebben over de communicatie tussen mensen. Terwijl communicatie dus eigenlijk alles is.

Mensen communiceren ook met alles dat ze kunnen. De meesten mensen weten wel het onderscheid tussen verbaal en non-verbaal communiceren. Dat als iemand iets zegt wat niet strookt met hun lichaamstaal we dat opmerken. Maar alle zintuigen doen mee. Angstzweet bijvoorbeeld is een indicatie. Een hand geven en een oogopslag kan al veel verraden en doet dat ook.

Er wordt door sommige communicatiegoeroes gesteld dat communicatie voor 93% non-verbaal is, maar dat doet geen recht aan de kracht van verbale communicatie. Het is ook niet waar, maar geeft wel een groot belang aan van non-verbale communicatie. Waar helemaal geen rekening mee wordt gehouden is telepathie en broncommunicatie (mediumschap).

Argumenten en zintuigelijke waarnemingen worden veelal onbewust aangevuld met onderlinge gedachtestromen en uitwisseling met 'het veld' (Akasha veld). De ene mens heeft daar meer talent voor dan de andere en de ene is daar bewuster van dan de andere. Maar iedereen heeft het en kan het. Het is aan de mens om zijn talent bewust te maken en te gebruiken. Ieder mens kan oefenen en leren.

De essentie van communicatie voor de mens op dit moment is leren luisteren. Wanneer je kunt luisteren (waar-nemen), dan ontvang je veel meer informatie en kun je ook veel meer informatie verwerken. Wanneer je geen drie tellen stil kunt zijn nadat de ander iets tegen je heeft gezegd, dan heb je een probleem met communiceren.

Een leuke oefening om eens uit te proberen in gesprekken met anderen. Kijk ook eens hoe anderen omgaan met stiltes. Zeker in groepen is het bijna onmogelijk om een stilte er te laten zijn. Wat ik echt irritant vind zijn mensen die met muziek meeklappen. Deva Premal zegt ook dat klappen na een uitvoering niet nodig is, omdat stilte het mooiste geschenk is.

De stilte geeft toegang tot het ongeziene. Net als dat je 'van de wereld' kunt zijn met dagdromen. Het zijn geweldige ervaringen die ontzettend diepgaand kunnen zijn. Eenmaal 'terug op Aarde' ben je 'hét' alweer kwijt. 'Hét' is gepasseerd in je onderbewuste. Soms blijft het hangen in je mentale systeem en dan ben je daar bewust in geworden. Je (h)erkent de impact, omdat je het hebt ervaren.

Marketeers en verkopers geven aan dat mond tot mond reclame altijd beter werkt dan bijvoorbeeld advertenties of folders in de bus. Er is echter iets wat nog veel beter werkt. Dat is als iemand het zelf heeft ervaren. Als jouw beste maatje zegt dat iets goed is, dan kun je daarop vertrouwen. Maar als je zelf die ervaring al hebt, dan pas weet je zeker dat het goed is.

Dit betekent dat we zoveel als mogelijk kunnen proberen ervaringen op te doen. Zonder je te laten belemmeren door overtuigingen. Je als een kind verwonderen. Ontdekken hoe anderen communiceren en hoe je zelf het er vanaf brengt. Al je zintuigen bewust aanspreken. Zonder verwachting, want alle gebaarde kunst had oefening nodig.

De stilte is dus de opening naar het veld. En wat het zo bijzonder maakt is dat dit niet alleen voor jou geldt, maar ook voor jouw gesprekspartner. Er gebeurt namelijk iets in de communicatie als jij je bewust wendt tot het veld. Die ander wordt ook bewuster verbonden. De intensiteit van de communicatie versterkt. Het veld geeft antwoord aan jullie allebei.

Ieder mens zal dit anders ervaren, op een eigen wijze. Iedereen is eigen wijs. Waar het om gaat is te ontdekken wat je allemaal in je mars hebt. Wat je kunt ontwikkelen. Voor jezelf. In dit geval het communiceren met anderen. Wat je ervoor krijgt is een verdieping van je Zelf. De buitenwereld is wat dat betreft bijzaak. Je ontwikkelt jouw communicatie op een dieper niveau.

Bewuster worden van 'het veld' en de mogelijkheden daartoe is ontzettend waardevol voor de mens. En tegelijk kunnen we de buitenwereld niet buitensluiten. De buitenwereld waar de meeste mensen onbewust zijn en zich vooral richten op verbale communicatie en onbewust gebruik maken van non-verbale communicatie. Sociale media bijvoorbeeld staan vol met monologen.

Interviewers raffelen hun eigen interessante vragen af. We kennen de overschreeuwers en eeuwige grapjassen. Op straat word je gevraagd hoe het gaat en het enige antwoord dat ze verwachten is 'goed hoor'. Druk druk druk. Een waarachtig gesprek is ver te zoeken. Iedereen wil z'n eigen ei kwijt. Er is een tekort aan aandacht.

De behoefte aan aandacht is begrijpelijk enorm. Als je ergens aan zou kunnen verdienen dan is het wel geven van aandacht. Wat mensen nog niet inzien is dat aandacht geven twee kanten op moet gaan. Want we kennen allemaal de mensen die halen maar niet brengen. Geef jij aandacht, dan krijg je die niet terug. Die ander heeft het altijd nog veel erger meegemaakt.

We leven in een samenleving die cultureel aan de grond zit. Zelfs 'onze' kunst is er belabberd aan toe. Abstracte kleurenflatsen van volwassen kleuters doen het goed in decadente milieus. Wat je zaait zul je oogsten. En oogsten doen we, het is niet te vreten. Dus moeten we anders gaan zaaien. Nou ja, er moet niets. Je kunt anders zaaien en vervolgens anders oogsten.

Niet voor de wereld, maar voor jezelf. Dat is telkens toch weer de essentie van mijn schrijven. Wat ons overkomt daar kunnen we weinig aan doen. Hoe we ermee omgaan des te meer. De eigen wereld verandert door het zelf te veranderen. Alles is communicatie. Verander de communicatie en alles verandert. Glimlach maar eens tegen iemand op straat en neem waar.

Wanneer je leert communiceren vanuit het hart, dan verandert alles. Denk niet dat dit zomaar even gebeurt. Er is tijd voor nodig om overtuigingen los te laten en

gedragingen uit te faseren. Oefenen is nodig om te leren aan te sluiten op 'het veld'. Je prettig kunnen voelen in de stilte. Niet van slag zijn als anderen jouw stilte verbreken. Glimlachen. Waarnemen. Ademen.

Weet dat mensen vaak iets moeten horen voordat ze er goed naar luisteren. Misschien valt het kwartje pas bij de tiende poging. Alle voorgaande negen pogingen waren nodig voor het slagen van die tiende poging. Maak er voor jezelf een leuke oefening van. Verwacht geen wonderen, maar wees wel serieus. Wees tevreden als jij jouw boodschap liefdevol én duidelijk hebt kunnen brengen.

Ook al lijkt het niet aan te slaan, omdat jouw poging wellicht slechts het tweede kwartje was. Vertrouw erop dat iemand anders de zaak verder brengt. Miljarden mensen die allemaal communiceren. Begrijp hoe relatief de zaak is. Het is niet aan mij om anderen iets te leren, dit artikel is ook maar uiterst bedenkelijk. De enige die ik echt een beetje verder kan helpen ben ik zelf. Al moeilijk genoeg.

Toch een tip? Wanneer iets 'tot je komt', schrijf het op een memoblaadje en plak het op de koelkast. Eén ding tegelijk. Lees het een paar keer. Mijmer er wat over, dus neem wat tijd ervoor. Wanneer je iets wilt, oefen. Maak het bewust. Innerlijke communicatie. Luisteren. Stiltes. Schrijf het met je ervaringen in een schrift, dus handgeschreven. En op naar het volgende inzicht.

Nico Cost, 21 april 2023