

Hoe je zelf 'feiten' creëert
Vier soorten feiten



Francis Gastmans

Hoe je zelf ‘feiten’ creëert - Vier soorten feiten

Tekst en vormgeving: Francis Gastmans

Versie 12.0 - oktober 2020

© Francis Gastmans

<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.

Korte teksten

'Korte teksten' zijn inleidingen, stimulerende gedachten, smaakmakers, ideeën-verspreiders, twijfel-zaaiers. Het zijn geen afgewerkte gedachten met een eindpunt, geen wetenschappelijk vastgelegde conclusies, wel voorlopige resultaten van mijn onderzoek. Ik ben een praktisch ingestelde, 'wegvindende' denker die duizend vragen stelt en her-vraagt en steeds voorlopige conclusies trek.

Ik schrijf in gewone mensentaal en vermijd zoveel mogelijk filosofisch of wetenschappelijk jargon en tegelijkertijd sta ik op zorgvuldig taalgebruik.

Ze zijn 'kort' (al zijn ze soms meer dan 40 blz lang) in de zin dat veel gedachten in de tekst verder uitgewerkt kunnen worden.

Sommige lezers voelen dat er veel gedachten samengeperst staan op een bladzijde. Voor hen is de tekst daarom nog té kort. Anderen, die op zoek zijn naar een reeks handige tips vinden deze teksten te lang.

In 'Korte teksten' breng ik gedachten en ervaringen samen die al een tijdje in mij leven. Delen van de tekst werden in het verleden meestal reeds gepubliceerd. De inzichten, ervaringen en reflecties hebben voor mij inmiddels een bepaalde 'stevigheid'. Toch blijven ze slechts een stap op mijn nooit eindigende onderzoeksweg en dus kunnen de gedachten die hier staan morgen weer worden bijgeschaafd.

Na wijzigingen krijgt een tekst een nieuw versie-nummer.

Iedere 'Korte tekst' kan je vlot afzonderlijk lezen en gebruiken. Om een tekst volledig te kunnen vatten is het echter wel aangewezen om andere teksten er naast te leggen. Daarom wordt er vaak verwezen naar die teksten.¹

Alle 'Korte teksten' en de boeken die je gratis vindt op mijn website zijn in feite allemaal hoofdstukken van één groot werk.

Francis Gastmans

¹ Wanneer er in de voetnoten staat "Lees meer in ..." slaat dit op een tekst die je vindt op mijn website: <https://francisgastmans.com/korte-teksten/>

Inhoud

Wat zijn feiten?	
Het belang van waarnemen en je taalgebruik	1
Een eenvoudig antwoord	2
Drie perspectieven	
Eerste-, tweede- of derde-persoon perspectief	6
Meerdere ‘vensters’ en plekken om te verwerken	10
Vier soorten feiten	
1. Persoonlijke ervaringen als feiten	12
2. Gemeenschappelijke feiten of feiten van een groep	13
3. Feiten gebaseerd op gedocumenteerde praktijk	15
4. Streng (wetenschappelijk) onderzochte feiten	15
Kritisch voor ‘feiten’ doch met respect	
Alle ‘feiten’ zijn waardevol	18
Feiten opwaarderen	19
Strijden om de feitelijkheid van de feiten?	22
Hoe je zelf ‘feiten’ creëert	
Twee ‘zelven’	24
Je verhalend zelf	25
Je ‘verhalend zelf’ creëert feiten	27
Negen acties die helpen een ‘feit’ te creëren	30
Je neemt actief waar met gans je lichaam	39
Jij leeft met je ‘verhalend zelf’ binnen je relatieveld	40
Je leeft van verhalen	
Gevoelens sturen het proces	42
Je leeft van verhalen niet van feiten	44
Één Groot Verhaal?	46
Wat is ‘waarheid’?	
Het begrip ‘waarheid’ is afhankelijk van je mindset	48
De vier waarheden van Albie Sachs	50

Wat zijn feiten?

Het belang van waarnemen en je taalgebruik

Een van de terugkerende lessen van filosofen: heb meer aandacht voor de kwaliteit van je waarnemingen en voor dat wat je 'feiten' noemt. Sneller dan je vermoedt, behandel je je overtuigingen, verklaringen, conclusies of veronderstellingen als feiten.

De neurowetenschappers bevestigen deze stelling. We nemen beperkt waar want onze waarnemingsorganen zijn beperkt en onze hersenen selecteren voortdurend. Daarom is het belangrijk en nuttig dat we rond het waarnemen afspraken maken om dat zo nauwkeurig mogelijk te doen en aangeven vanuit welke premissen we vertrekken. Velen ervaren deze wijze van communiceren als 'koud' of abstract.

Een tweede opmerking die hiermee verband houdt: let op je taalgebruik.² Op een *dagelijkse* toon spreken of schrijven, is je 'gewone' manier van contact hebben en dat blijkt in veel gevallen voldoende en sociaal werkzaam. 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, 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 accuraat te denken en aan te geven op welke 'feiten' jij je gedachten-gang 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* een must.

² Je leest meer in *Talen en taalgebruik*

Een eenvoudig antwoord

De vraag klinkt eenvoudig: Wat zijn feiten? Het antwoord is even eenvoudig: dat wat jij waarneemt (meent waar te nemen), aanvaardt en benoemt als ‘feit’. Een ‘feit’ is iets dat *voor jou* ‘vaststaat’, ‘volgende zeker is’, ‘iets waar je op kunt rekenen’. Het vormt de basis om verdere gedachten en acties op te bouwen. Het is een bouwsteen voor je gedachten en je gevoelens en je acties.

Feiten zijn wat voor jou jouw ‘vaststellingen’ zijn (van jezelf of van anderen wanneer je die gemelde vaststellingen als ‘feit’ aanvaardt). Je kunt ze voor jezelf ‘objectief’ noemen zelfs al nemen anderen die niet aan als ‘vaststellingen’. Iedere persoon is als mens begrensd in haar waarnemen en beoordelen.³

Feiten zijn *beoordelingen*, steeds subjectief; het zijn geen ‘objectieve vaststellingen’ en zeker geen universele waarheid.

Het zijn *beoordelingen* op basis van jouw waarnemingen of van wat jij aanvaardt wanneer iemand beweert die 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 (behandelt als een feit) gaat er verder mee om als een ‘gegeven’. Waarnemen, je waarneming interpreteren, beoordelen, en die benoemen gebeurt steeds via je gekleurde bril, vanuit jouw waarden en normen. Alle ‘weten’ is 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 afspraken, normen, criteria en zijn ook steeds cultureel bepaald.

“Feiten zijn samengebalde argumenten. Feiten zijn geen rechtstreekse weerspiegeling van ‘de’ werkelijkheid, maar ze kunnen wel harde werkelijkheden maken.”⁴

³ Lees meer in: *De Held met de Duizend grenzen en Uitdagingen*

⁴ [Trudy Dehue](#) (emeritus-hoogleraar wetenschapssociologie en -geschiedenis aan de Rijksuniversiteit Groningen) in [ScienceGuide](#) 16/01/20. Ze werkt aan een [nieuw boek](#) ‘Over de ingrediënten van de feiten. Van voor de geboorte tot na de dood’

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 ‘feiten’ op dat moment (voor wie de getallen aanvaardt). Veronderstellingen, berekeningen of voorspellingen kunnen erg nuttig zijn maar zijn géén ‘feiten’. Je hoeft echter niet te wachten tot het peil van het zeewater 1 meter hoger staat om te kunnen handelen vanuit '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 en doordachte redeneringen'.

Er bestaan geen ‘neutrale’ feiten. Wel kunnen bepaalde vaststellingen dermate streng onderzocht worden dat je ze in de praktijk aanvaardt als ‘objectieve’ feiten. Althans dat gebeurt door die personen die akkoord gaan met de aard van het onderzoek en het resultaat. Want hoe dan ook, ieder onderzoek gebeurt met een gekleurde bril op, dat is onvermijdelijk. Niet iedereen aanvaardt dat streng onderzochte vaststellingen het resultaat zijn van een proces dat als ‘neutraal’ en ‘objectief’ kan worden beschouwd en dat leidt tot ‘objectieve feiten’.

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.

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.⁵

Voor het lijnig grondpatroon is een boom een object waarvan alle deelaspecten ‘objectief’ kunnen vastgesteld worden. Voor het systemisch grondpatroon is een boom een dynamisch systeem dat deel

⁵ Lees meer in: *Drie grondpatronen om het leven te be-leven*

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

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: "Ik heb het waargenomen en dat is voldoende!" (op de 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, milieu-beheer, armoede aanpakken, 'groene' transportmiddelen, opwarming van de aarde, ethisch-ecologische keuzes maken, ... Telkens verwijst je naar een andere persoon of instelling als autoriteit terzake.

Wie is voor jou die autoriteit? Op welk terrein? Wanneer aanvaard jij iets als een 'feit'? Van wie?

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

Wat door velen niet als 'feit' wordt aangenomen zijn gegevens in de categorie: veronderstellingen, vermoedens, geruchten, verzinsels, verhaaltjes, roddels, van horen zeggen, meningen, oordelen, overtuigingen, theorieën en interpretaties.

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

Feiten worden 'feiten met gezag' binnen een discours, binnen een

verhaal. Feiten zijn enkel relevant binnen een verhaal. Een loutere opsomming van feiten 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.

Binnen elk godsdienstig discours hanteren de gezagsdragers feiten waarvan anderen iedere feitelijkheid sterk in vraag stellen. Het verhaal is meer 'waar' dan de feiten.

Zijn er dan geen waarnemingen waar alle mensen het over eens zijn dat die 'feitelijk waar' zijn? Er zijn toch waarnemingen die wetenschappelijk werden vastgesteld en bewezen?

Jij gaat er als westers opgeleid persoon snel van uit dat alle zeven miljard mensen in alles de autoriteit van de westers gevormde wetenschappen aanvaarden. Nu, dat is voor mij een veronderstelling en geen feit. Ik heb genoeg mensen ontmoet, zelfs westers gevormde personen, die wetenschappelijk bewezen gegevens verwerpen als feit.

Luister naar de tegenstrijdige verhalen over de opwarming van de aarde.

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? Welk 'bewijs' wordt hier aanvaard om vaststellingen 'feiten' te noemen? Wie erkent welke autoriteit?

In iedere situatie kies je uit de diverse soorten beschikbare gegevens en de verschillende autoriteiten. Je kunt niet *alles* onderzoeken en je niet over *alles* uitgebreid informeren. Dus kan je in een bepaald geval zelfs bewust kiezen voor geruchten ("Want indien X het zegt zal het wel waar zijn.").

Drie perspectieven

Eerste-, tweede- of derde-persoon perspectief

Een verhaal

- 1. Annie gaat deelnemen aan een zangwedstrijd. Ze oefent veel en krijgt daarbij steun van haar zangleraar.*
- 2. Enkele weken voor de wedstrijd oefent ze voor een grote spiegel en beoordeelt zichzelf. Daarnaast zijn er de beelden die haar vriend heeft gefilmd terwijl ze oefent. Ze beoordelen samen het resultaat.*
- 3. 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. Die kent haar zeer goed, “Hij kent me beter dan ik mezelf ken” zegt Annie.*
- 4. 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.*
- 5. Haar optreden wordt beoordeeld door een jury van vier professionals. Het zijn mensen uit diverse disciplines met veel ervaring die ieder voor zich een strikte methode hanteren om de kandidaten te waarderen.*
- 6. Wat ze niet weet is dat er in de vloer van het podium sensoren zitten die o.a. de bewegingen van haar lichaam ‘voelen’ en dat technische detectoren in de coulissen een aantal andere gegevens meten, zoals hartslag, zweet, kleine lichaamsbewegingen, enz. maar ook haar toonvastheid, de kleurklank van haar stem, enz.*
- 7. 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.*
- 8. De zaal geeft haar iets meer punten dan de jury.*
- 9. 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.

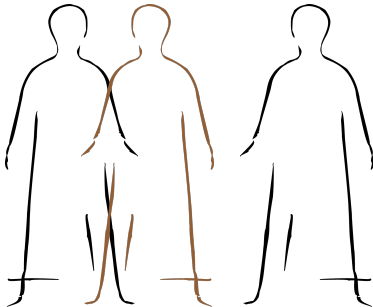
- 10. Achteraf krijgt ze van de wetenschappelijke onderzoekers de resultaten van wat de verschillende meettoestellen hebben geregistreerd. Ze is verbouwereerd, zo heeft ze zich helemaal niet gevoeld!*

Wat zijn de ‘feiten’ op 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?

Er is een onderscheid tussen

1. Eerste-persoon perspectief = je kijkt vanop een afstandje 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 zorgvuldig of nauwkeurig doen; je doet het wel bewust en soms systematisch (bv. via het bijhouden van een dagboek, introspectie, mindfulness of meditatie). Je neemt een ‘Ik en mezelf’ standpunt in.
2. Tweede-persoon perspectief = iemand die voor jou als ‘mijn tweede persoon’ fungeert kijkt op een betrokken wijze naar jou (bv. een ouder, een ware geliefde, een empathische coach, een sterk betrokken therapeut). 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 intenties en diepste drijfveren zijn. Zij zal waarnemen zowel vanuit haar hoofd als vanuit haar hart. Dit is een ‘Wij’ standpunt.
Je kunt dit perspectief ook zelf innemen. Dan dien je wel bewust vanop een diepere innerlijke afstand naar jezelf te kijken, naar wat er in jou komt en gaat, innerlijk en uiterlijk; dit perspectief vereist dat je dit bewust, nauwkeurig en zelfs systematisch doet (bv. via lang doorgevoerde meditatie).
3. Derde-persoon perspectief = een buitenstaander doet vaststellingen die betrekking hebben op jou en jouw gedrag; dit is bv. het

perspectief van de leraar, de gewone coach, de leidinggevende, de arts in het ziekenhuis of de wetenschappelijke onderzoeker; vaak heb je het gevoel dat je hoofdzakelijk wordt geobserveerd vanuit het hoofd, vanuit een vooropgezet plan of denkkader en minder vanuit het hart, in sommige gevallen zelfs heel rationeel (bv. bij een medisch onderzoek). In veel gevallen wordt met jouw *beleving* (eerste-persoon perspectief) helemaal geen rekening gehouden. De ander positioneert zich in dit geval in de letterlijke zin van het woord als een buiten-staander. Dit is een ‘Ik ↔ Jij’ standpunt. Wie observeert kan slordig, zorgvuldig of nauwkeurig waarnemen; hij kan dit toevallig doen of hij kan dat bewust, systematisch en deskundig doen (bv. via een vragenlijst, een vastgelegd format of een formeel onderzoeksproject).



Elk van de drie perspectieven én de gekozen methode 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 (bv. het bewustzijn).⁶

Ze zijn alle drie beschikbaar en nodig! Op het ogenblik dat jij samen met iemand reflecteert (tweede-persoon perspectief) is jullie eerste-persoon perspectief ook werkzaam. Wanneer jij naar een ander kijkt of omgekeerd (derde-persoon perspectief) is jullie eerste- én tweede-persoon perspectief ook werkzaam, meestal onbewust weliswaar.

In feite kunnen de drie perspectieven - in mindere of meerdere mate -

⁶ Varela, Francisco en Shear, Jonathan (red.), *The view from Within, First-person approaches to the study of consciousness*, Imprint Academic 2000 (dit boek werd niet vertaald in het Nederlands)

steeds actief zijn, zowel bij jou als bij de ander. Ze beïnvloeden elkaar én de interacties. Je kiest (meestal onbewust) welk perspectief op dit moment op de voorgrond staat en welk je helemaal achter laat. De perspectieven wisselen voortdurend van positie.

Bij het derde-persoon perspectief maakt het een groot verschil of je een mens waarneemt of een dier, een plant of een object. Het verschil in betrokkenheid doet anders waarnemen, denken en handelen. Wanneer je een mens observeert maakt het uit welke verbinding jij hebt met de betrokkene(n); bv. ken je deze persoon, behoort die tot de 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, relaties en beïnvloedt door de context. Er bestaat geen ‘neutraal’ standpunt. Dit geldt voor de drie perspectieven.

Louter en alleen waarnemen bestaat niet. Steeds ‘doe’ je wat, voor, tijdens en na het waarnemen. Waarnemen is een meervoudige actie.⁷

Bij het vormen van een correct beeld van de drie perspectieven speelt de visie op ‘zelf’ en op ‘identiteit’ een grote rol. Is ‘zelf’ een gesloten geheel of is het een interactief systeem of is het een verhaal?⁸

‘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, lijnig denken (niet relationeel, interactief denken)⁹*
- *‘objectiviteit’ dat verworpen is tot objectivisme (en men heeft ‘subjectiviteit’ verengd tot subjectivisme)*

⁷ Lees meer in het hoofdstuk: ‘Hoe je zelf ‘feiten’ creëert’ p.20

⁸ Lees meer in: *Ontmoetingen met je ‘zelf’ - Wat kunstenaars je aanbieden*

⁹ Lees meer in: *Drie grondpatronen om het leven te be-leven*

- *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)*

Meerdere 'vensters' en plekken om te verwerken

Wanneer je waarneemt kies je welk 'venster' je gebruikt: welke zintuigen gebruik je (de vijf fysieke zintuigen of ook het hart en het bewustzijn?) en waar verwerk je de input (in het hoofd, het hart of in het handelen)? Dit geldt voor de drie perspectieven.

Je kiest in welke mate je de 'vensters' open laat staan. Door het gegeven dat de ingang van vier van de vijf fysieke zintuigen zich in je hoofd bevindt (zien, horen ruiken, proeven) hanteer je het hoofd met een bevoorrechte positie. Je hebt daarenboven de indruk dat alle input in je hoofd wordt verwerkt. Om fysiek te voelen heb je je huid en je handen en voeten nodig. Fysiek voelen legt de link met het voelen met het hart. Maar je kunt ook zien en horen met het hart, zelfs al zie en hoor je fysiek minder met je ogen en je oren. Het hart is een zintuig! Net zoals - voor boeddhisten - het bewustzijn een zintuig is dat je kunt trainen om beter waar te nemen.

Waarnemen vanuit het handelen doe je wanneer je iets met de ander samen doet en je aandacht gaat naar de fysieke activiteit van het samen handelen (bv. samen sporten, zingen in koor, samen dansen, samen een huis bouwen, samen een tocht ondernemen).

De gewone stand van de 'vensters' is open, je sluit ze minder of meer wanneer je geen input wil vanuit een of enkele van die richtingen. Wanneer je bv. mediteert of een boek leest zal je een aantal ingangen sluiten. Net zo doet de wetenschapper dat wanneer hij dieren behandelt voor onderzoek in een labo (hij zal niet zijn geliefde huisdier als proefdier gebruiken). Er zijn vragen te stellen bij deze

houding als het gaat om het onderzoek van mensen. Het derde-persoon perspectief heeft uitdagingen en duidelijke beperkingen.

Het overzicht van het verwerken van alle input in het hoofd, het rationeel verwerken, is een aangeleerde en voortdurend bevestigde houding (*rationele, analytische* intelligentie). Toch wordt alle input tegelijk in het hart en in het handelen verwerkt. Alleen, het gebeurt onbewust, je geeft er geen aandacht aan omdat het jou niet werd aangeleerd en je het niet hebt geoefend. Pas in de jaren negentig kwam er aandacht voor *emotionele* intelligentie. Voor *sociale, creatieve* en *praktische* intelligentie zijn er nog te weinig pleitbezorgers.

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, gepresenteerd in beeld gebracht?*

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) = gegevens die jij waarneemt en ervaart als ‘feit’ en die niet door anderen kunnen worden geverifieerd. Je fysieke gewaarwordingen, je gevoelens 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 (wanneer je meent dat je ...), kan niemand je er nog vanaf brengen. Zo’n ervaring valt niet te bewijzen. De ervaring is voor jou een ‘feit’. Voor de moderne wetenschap is dit een ‘subjectief gegeven’ ook al kan jij via herhaalde ervaringen dit als ‘objectief’ beschouwen.

Wat voor jou ‘werkelijkheid’ is, is ook helemaal werkelijkheid! Dat kan iedereen vaststellen aan de hand van de effecten die deze ‘werkelijkheid’ heeft bij jou, namelijk je emotionele, psychische en actiegerichte respons.

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 mensen’! 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 lijken. Wel zal men om de ‘feitelijkheid’ kracht bij te zetten de verschillen in de ervaringen - voor hen onbenullige verschillen - negeren en vertellen: “Wij hebben dezelfde ervaring.”

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.

2. Gemeenschappelijke feiten of feiten van een groep

(Community Based Facts) = 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.

*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 wetenschapscultuur (Er bestaan immers meerdere 'wetenschappen'; er zijn bv. de westerse wetenschap en de oosterse wetenschap; en over het begrip 'wetenschap' wordt al eeuwen gediscussieerd).

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 binnen 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. Ze vertrekken vaak van het uitgangspunt: Hoe groter het aantal personen dat deze feiten bevestigt, hoe groter het waarheidsgehalte. ‘Waarheid’ krijgt daardoor een democratisch gehalte (van het Grieks *dèmos*, "volk" en *kratein*, "heersen", letterlijk “heerschappij van het volk”).

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. 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 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 (meer zwevend en vaak anoniem) 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: post-truth¹⁰

Zowel nationalistische groepen, religieuze groepen als wetenschap-

¹⁰ De term [Post truth politics](#) heeft betrekking op een politieke cultuur waarbij politici beroep doen op de emoties van de publieke opinie in plaats van op objectieve feiten.

pelijke instituten verwijten ‘de anderen’ 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 anderen zien.

3. Feiten gebaseerd op gedocumenteerde praktijk

(Practice Based Facts) = 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 gegevens waar men een beslissing op baseert een streng wetenschappelijk onderzoek te starten. Wél is het noodzakelijk de gegevens samen te onderzoeken, vaststellingen te documenteren, 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.”

Het ernstig verzamelen en documenteren van gegevens is een noodzakelijke voorwaarde om te kunnen spreken van ‘op de praktijk gebaseerde feiten’.

4. Streng (wetenschappelijk) onderzochte feiten

(Evidence Based Facts) = 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. Deze feiten hebben meestal een lange weg van onderzoek afgelegd en werden door collega's kritisch getoetst. Indien er nog geen tegenonderzoek werd gestart is het nauwkeuriger om te spreken van 'voorlopige wetenschappelijke feiten'.

'Wetenschappelijk' verwijst niet alleen 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. Hoe streng verloopt het onderzoeksproces? Kan het worden gereproduceerd door andere onderzoekers of gaat het om een uniek moment dat niet voor herhaling vatbaar is of enkel door specifieke personen?¹¹

In (westerse) wetenschappelijke kringen kan men het erg oneens zijn met elkaar en kunnen de gesprekspartners verschillende, zelfs tegenstrijdige 'streng onderzochte feiten' aanhalen ter ondersteuning van hun visie. Wetenschap werkt met 'feiten', streng onderzochte feiten, die moeten kunnen worden tegengesproken. Toch dien je ook hier de zaken kritisch te bekijken. De 'wetenschap' werkt minder met 'harde feiten' dan je denkt en ze is zeker geen 'neutrale' onderneming.

*"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."*¹²

¹¹ De resultaten uit bv. introspectief-contemplatief onderzoek 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.

¹² Isabelle Stengers, *Macht en wetenschappen*, VUBpress 1998

“Dat wekt de suggestie van echte wetenschap als het voornamelijk ontdekken van 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.”¹³

¹³ Dehue, Trudy, *Betere mensen - Over gezondheid als keuze en koopwaar*, Atlas Contact 2014, p.282 Het boek is een kritische beschouwing van ‘wetenschap doen’.

Kritisch voor 'feiten' doch met respect

Alle 'feiten' zijn waardevol

De actuele hype rond 'evidence based facts' heeft als onaangenaam neveneffect dat de andere feiten als minderwaardig worden gezien. We hanteren zo graag 'slecht-goed-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.

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 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 'scientific evidence based facts': wanneer een terminaal zieke persoon niet in een ziekenhuisbed wil sterven en vraagt om gehoord te worden, wanneer je voor een moreel dilemma staat, wanneer je een goede medewerker en tevens goede vriend moet ontslaan, ... enz.

Alle soorten feiten zijn waardewol ... binnen hun context, voor de betrokken, voor de intentie waarmee ze op tafel worden gelegd.

Er is steeds een mix van verschillende soorten feiten. Het is dus niet een kwestie van het weren van persoonlijke feiten. 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 door een tweede ziekenhuis in vraag gesteld. Er volgden nieuwe onderzoeken. Het gevolg

was dat Andrea maanden in onzekerheid leefde. Het ging voor beide ziekenhuizen om evidence based facts, of beter, het ging om de interpretatie (!) van wetenschappelijk 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.

Wetenschap kan zorgen voor Evidence Based Facts en voor een stevige verklaring van de feiten maar daar heb je niet steeds een boodschap aan. Wetenschappelijk onderzoek kan verklaren maar je géén betekenis geven! Al beweren sommige wetenschappers van wel. Niet toevallig zijn het wetenschappers die erg vanuit het materiële denken.

Streng onderzochte feiten geven aan *waardoor* iets gebeurt, maar niet *waarom*. Een causale of een systemische uitleg over de samenhang van fenomenen vertelt over *wat* en *hoe* en *waardoor* iets plaats heeft, niet over de *zin* van wat er gebeurt, niet over het *waarom* der dingen.¹⁴

Feiten opwaarderen

We hebben allemaal de neiging om feiten ‘op te waarderen’ (upgrade), ze belangrijker te maken dan ze zijn of ze grondiger ‘bewezen’ te achten. 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 aanvaard als een hoge autoriteit.
 - We roepen: “*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?)

¹⁴ Over het onderscheid tussen het waarom en het waardoor lees je meer in: *De kunst van het vragen en het Vragenkompas*.

- We beroepen ons op een autoriteit en geven de leiders waar we naar opkijken meer autoriteit dan anderen hen toekennen. “*HIJ heeft dit ook gezegd!*” We hebben het dan over een geestelijk leider, een filosoof, een wetenschapper, een bekend CEO, een schrijver, een consultant.
 - We gaan onze persoonlijke waarnemingen gebruiken alsof het een algemeen bekend feit zou zijn: “*Iedereen weet toch dat ...*” of “*Dat weet toch iedereen.*” (met als onderton: 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 zeer veel van onze 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 ervaring van velen. Nochtans kan niemand die niet de overtuiging of het geloof van de groep deelt de aangehaalde feiten verifiëren.

Een groepsgeest, het groepsgedrag en de kenmerken van de overtuigingen zijn van buitenaf wél waarneembaar. 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 hun overtuiging blijft echter een *persoonlijk* feit, ook al zijn er miljoenen mensen die roepen dat dit ‘waar’ is. Zij zullen niet aanvaarden dat de inhoud ‘streng onderzocht’ kan worden door buitenstaanders. Dit geldt zowel voor politieke, maatschappelijke, sociale, religieuze als ‘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 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?

4. De resultaten van een eenvoudig wetenschappelijk onderzoek of van een simpele enquête worden niet zelden te snel als ‘streng onderzocht’ bestempeld en op tafel gelegd.

Wees kritisch naar uitspraken als “*Onderzoek heeft uitgewezen dat ...*” De reclame (voor bv. farmaceutische producten) speelt daar handig op in. De verwevenheid van de belangen van wetenschappers en die van bedrijven is zéér groot.

Een voorbeeld van kritisch kijken¹⁵: 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*¹⁶. 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 menigeen de fout om een correlatie zonder meer om te zetten in een causaliteit.¹⁷

¹⁵ Geerlings Ellen, *Kiezen of delen - Een filosofische oriëntatie*, Boom 2015, p. 27 De ontmaskering ontmaskerd

¹⁶ Voor een kritische blik op neurologisch onderzoek: Bos, Arie, *Mijn brein denkt niet, ik wel*, Christofoor 2014

¹⁷ Lilienfeld, Scott, *50 Great Myths of Popular Psychology: Shattering Widespread Misconceptions about Human Behavior*, 2010

Strijden om de feitelijkheid van de feiten?

Hoe strijdt je voor de feitelijkheid van jouw waarnemingen? Hoe bestrijdt je de feitelijkheid - op *inhoudelijk* vlak - die anderen aan hun 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 is vruchtbaarder om te herkennen dat deze persoon iets als een ‘feit’ hanteert dat jij onmogelijk als ‘feit’ kunt aanvaarden. Je bevestigt zijn bewering (‘bevestigen’ betekent *niet* dat je ‘akkoord gaat’). Je bevestigt dat het gegeven tot de eerste categorie feiten behoort. Wel formuleer je tegelijk duidelijk dat het opwaarderen van een mening tot de derde of de vierde categorie niet is toegestaan.

Wat maakt dat je uit je lood wordt geslagen wanneer iemand met kracht een leugen poneert? Wat maakt dat je in een strijdende of defensieve of zelfs een agressieve houding schiet?

Bij een meningsverschil levert het meer op om de diverse soorten feiten te onderscheiden. Daarnaast is het nuttig om duidelijk te stellen om welke feiten het voor jullie niet gaat en waar jullie het dus niet over eens moeten zijn. Stel vaker niet-bevestigende vragen!¹⁸

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 een *relationeel* gevecht, een machtsstrijd. Wat drijft jou om gelijk te willen krijgen?

‘Liegen’, ‘feiten verdraaien’, ‘feiten strategisch selecteren of verzwijgen’ e.d. is onderdeel van een spel: “Ik ben de baas” (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!

Wanneer je in discussie gaat over de feitelijkheid van de aangehaalde

¹⁸ Lees meer in *De kunst van het vragen en het Vragenkompas*

feiten (inhoudelijk) stap je zonder meer mee in het aangeboden spel. Dan dien je de spelregels van dit spel te kennen en te hanteren. Kijk bijvoorbeeld hoe het spel wordt gespeeld in de Trump-sage. De tegenstanders stappen zonder meer mee in het Trump-spel en ... verliezen, want hij speelt het spel beter dan zijn tegenstrevers. En ... hij geeft er geen zier om dat hij vals speelt. Hij weet dat en hij weet dat iedereen waarmee hij wil spelen vals speelt. De anderen interesseren hem niet.

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? Hoe breng ik op de voorgrond wat er wérkelijk aan de hand is?*

Als het gaat om de feitelijkheid van 'feiten' is het nuttig het werk van Hans Rosling te lezen *Feitenkennis : 10 redenen waarom we een verkeerd beeld van de wereld hebben en waarom het beter gaat dan je denkt*, Spectrum 2018). Daarin wijst Rosling op onze 'spontane' instinctmatige manier van denken 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.¹⁹

¹⁹ https://www.ted.com/playlists/474/the_best_hans_rosling_talks_yo

Hoe je zelf ‘feiten’ creëert

*Perception is not something that happens to us, or in us.
It is something we do.*

*Waarnemen is niet iets dat ons overkomt of dat gebeurt
binnen in ons. Het is iets wat we doen.*

(We zijn er op vele manieren actief bij betrokken.)

(Alva Noë)²⁰

Twee ‘zelden’

Zelfs indien je 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, om te gaan waarnemen, terwijl je waarneemt en je de waarneming registreert, bij het herkennen van wat je waarneemt en wanneer je bepaalde zaken aanvaardt als ‘feiten’.

Je neemt steeds actief waar. Meer nog, je creëert terwijl je waarneemt.

Daniel Kahneman²¹ (expert inzake beslissen en zekerheid en de illusies van begrijpen, Nobelprijs Economie 2012) toont aan dat we nooit bewust communiceren op belevingsniveau. Hij spreekt van twee ‘zelden’: een *ervarend zelf* (experiencing self) en een *herinnerend zelf* (remembering self).

Je *ervarend zelf* beleeft de ervaring onbewust. Je ‘communiqueert’ onbewust met dit zelf. Na enkele seconden start het *herinnerend 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 dus al vanaf de 3e-5e

²⁰ Noë, Alva, *Action in perception*, MIT Press Books 2004 (het boek werd niet vertaald in het Nederlands)

²¹ Kahneman, Daniel, *Ons feilbare denken*, Business Contact 2014
Bekijk de TedTalk met [Daniel Kahneman](#)

seconde! Het zijn verhalen die je construeert op basis van een selectie die je hebt gemaakt bij het onbewust opslaan.

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

Daarnaast heeft Daniel Kahneman gewezen op twee systemen die we gebruiken om te beslissen en te handelen. 'Systeem 1' is aan het werk wanneer we 'onbewust' redeneren en 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 verhalend zelf

Meer dan een kanttekening: '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, de interactie met de lichamen van andere levende wezens (mensen, dieren, planten) en hoe die 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!²²

²² 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*, Christoffor 2014

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 creatie van een verhaal.

Als buitenstaander kan je wél 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 en hoe zij er daarna feedback over geeft. Je kunt dit observeren wanneer je een vraag stelt. 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 praten! Ze luisteren naar zichzelf, ze horen zichzelf en hun eigen vraag. Daarbij hebben ze vooral aandacht voor de mate waarin het antwoord dat ze krijgen past bij het antwoord dat zij wensen.

Bij de kunst van het vragen stellen leer ik je om volledig bij de ander te blijven²³. Je bent niet (uitsluitend) bij jezelf en je vraag want je weet wat je vraag is omdat je je hebt voorbereid en je het Vragenkompas hanteert.

Wanneer je een vraag stelt geeft de ander een antwoord terwijl jij je vraag stelt (!) of binnen de eerste seconde na het stellen van de vraag. Haar lichaam reageert 'spontaan' en laat je dat zien (= haar *ervarend zelf* is aan het werk). Het komt er op aan om dát waar te nemen zonder te oordelen (want dan is heel even jouw *ervarend zelf* aan het werk) en zonder er onmiddellijk jouw verhaal aan vast te kleven (dan is jouw *verhalend zelf* 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* aan het werk).

Haar eerste en haar tweede antwoord zijn vaak 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

²³ Lees meer in *De kunst van het vragen en het Vragenkompas*

heeft snel een verhaal klaar over datgene wat je hebt waargenomen. Kun je dat even terughouden? De juiste vraag stellen of een non-verbale taal inzetten of de juiste lengte van de stilte laten, zijn op dat ogenblik de noodzakelijke tools.

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 de persoonlijke begeleiding van een coach of een therapeut krijg je een beter zicht op hoe jouw innerlijk gesprek functioneert.

Je ‘verhalend zelf’ creëert feiten

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 datgene wat je een ‘feit’ noemt.

Daarbij heb je steeds je gekleurde bril op je neus.

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.

Er bestaan geen ‘neutrale’ of ‘zuivere’ gegevens.

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

Een foto nemen is een ‘manipulatie’. Je hebt een beperkt stukje geknipt uit de ‘werkelijkheid’. Daarna kan je 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 meer mensen aanwezig waren (omdat de kijker het beeld onbewust plaatst binnen een voor hem begrijpelijke grotere context).

Het ‘onmiddellijke waarnemen’ en onbewust ervaren is de actie van het *ervarend zelf*. Daarnaast herken ik negen acties die het *verhalend zelf* helpen je verhaal te vertellen.



Het onbewust ervaren en waarnemen (je *ervarend zelf*) is deel van het geheel! In werkelijkheid 'zijn' geen twee zelden, je kunt ze enkel

onderscheiden als een volledig onbewust deel van het proces (je *ervarend* zelf) en het bewust of onderbewust deel van het proces ((je *verhalend* zelf). Je neemt steeds onbewust, onderbewust of bewust waar vanuit het gehele proces.

Dat betekent dat je *verhalend* zelf je *ervarend* zelf beïnvloedt en omgekeerd! Dat proces stopt nooit, het werkt voortdurend, ook wanneer je slaapt en je verder gaat met de innerlijke waarnemingen.

Er is geen vaste volgorde van de negen te onderscheiden (niet te scheiden) acties. Deze acties verlopen door elkaar in een volorde die je in het moment zelf kiest. Bij ieder verhaal, bij iedere verwijzing naar “Dit is een feit.” zal je andere accenten leggen. 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 recht-lijnig (lineair), noch cirkel-lijnig (circular)!

Het is wel nuttig om nauwkeurig 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 aspecten van de negen acties verweven. Zowel in jouw uitspraken van wat een ‘feit’ is als in de uitspraken van de anderen, telkens je een uitspraak hoort of leest kan je de vragen stellen die bij de negen acties staan. Zo wordt het duidelijker welk soort ‘feiten’ met welke kenmerken er in het midden worden gelegd tijdens het gesprek.

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

Negen acties die helpen een 'feit' te creëren

Verbinden met emotie: *Met welk gevoel verbind ik dit? Met welke behoefte van mij houdt dit verband?*

Je maakt van een ervaring een 'feit' omdat wat er gebeurt iets met jou doet. De ervaring roept een gevoel of emoties in je op. Je legt een verbinding met een behoefte in jou. Het is deze verbinding die er mee zal voor zorgen of je het gebeurde nog lang zult her-inneren. Je verbindt de ervaring onbewust met een beeld, een kleur, een geur, een geluid, een beweging (iets wat reeds in jou opgeslagen ligt of een nieuw).

Object-iveren: *Wat en hoe neem je waar en wat niet?*

Je neemt niet 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.

Tijdens iedere 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.)

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.

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?

Doe voor jezelf de test de volgende keer dat je voor een prent of een beeld staat. Kijk driemaal en tracht de tweede en de derde keer naar andere aspecten te kijken, steeds nauwkeuriger.

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

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. Dit hangt samen met de wijze waarop je naar jezelf kijkt (je 'zelf') als apart 'subject'. De beleving het 'subject' te zijn in de situatie bestaat vanuit je eerste-persoon-beleving en je autobiografisch bewustzijn²⁴. Wanneer je naar andere personen kijkt (andere 'zelden') heb je heel sterk de neiging hen als 'object' te behandelen.

Op deze manier creëer je een 'object-feit' buiten jou naast een innerlijk 'subject-feit', een 'zij' en een 'ik'.

Contextualiseren: Binnen welke context neem je het waar?

Je leeft steeds binnen een context - meer concreet binnen een relatie- en communicatieveld²⁵ - en van daaruit neem je waar. Datgene wat je waarneemt geef je een plaats binnen jouw context én binnen de context die voor jou past bij wat je waarneemt.

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 verder gans verlaten landschap, ... is steeds een andere eik. Een eik die bloeiend rechtop staat of er verdord bij staat of neergebliksemend is 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

²⁴ Damasio, Antonio, *Het zelf wordt zich bewust - Hersenen, bewustzijn, ik*, Wereldbibliotheek Amsterdam 2010

²⁵ Lees meer in *Hoe beweeg je in het relatieveld?_3.1*

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’.

Je maakt van iedere eik die je ontmoet (als je al de moeite doet hem op te merken) gewoon de zoveelste ‘dezelfde eik’.

Leef meer bewust met de context en je ziet heel veel verschillende eiken zelfs al kijk je telkens 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 buur, enz. In geval van een mens dicht je die daarenboven een intentie toe, een reden waardoor deze persoon voor jou aanwezig (of afwezig) is en doet zoals ze doet.

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

Conceptualiseren: Hoe benoem je het en binnen welk kader geef je het een plaats?

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 en ‘de *gevlekte* poes’? Maar wellicht vergeet je om aan de tweejarige naast de woordentaal ook een andere taal aan te bieden.²⁶ Leer je een peuter ook om te luisteren naar de geluiden in haar wereld? Wanneer leer je haar dat iedere poes anders ‘spreekt’? Hoor je het zelf wel?

²⁶ Lees meer in *Talen en taalgebruik_10.0*

Wanneer je een woord gebruikt, heb je tegelijkertijd een *concept* gemaakt van je waarneming. Je hebt je waarneming ‘conceptueel ingepakt’. Een concept is een abstracte voorstelling van de dingen. Concepten hebben we als mens ontworpen omdat dit de communicatie vergemakkelijkt en ons toelaat de ‘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. Maar dat kan je evenzeer een ‘ploempa’ 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 je als kind hebt geleerd en 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 in het honderd. De positieve zijde is, je eigen indeling 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 ‘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 rechtstreeks waarnemen. Een concept is alleen een manier om dat wat je waarneemt een plaats te geven binnen een voor jou 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. Wat je niet doet is, waarnemen en bewust kiezen om het *gemakkelijkheidshalve* een ‘poes’ te noemen, wetende dat het in werkelijk *geen* ‘poes’ *is*.

Nog een lastig aspect van woordentaal is dat je een beperkte woordenschat hanteert. Je hebt (hopelijk) veel meer woorden geleerd maar je houdt het toch gewoon bij de woorden die je dagelijks

gebruikt, bijvoorbeeld “Dit is een ‘probleem’.” 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.²⁷

Wanneer je iets ziet wat je niet onmiddellijk een plaats kunt geven, reageer je verbaasd 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 geven in je wereld. Zinsbegoocheling is wellicht ook voor jou een bekend fenomeen.

“Daar kroop plots een adder in onze tuin!” Achteraf bleek het een touw te zijn dat iemand in je tuin had achtergelaten.

Verklaren: Waardoor werkt het? Hoe gebeurt het?

‘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, een interpretatie of een theorie helpt je om zicht te krijgen op hoe de feiten werken en hoe niet, waardoor iets verschijnt of niet, waardoor iets effect heeft of niet. Je kunt dan beter situaties voorzien en gefundeerde voorspellingen 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

²⁷ Lees meer in *Wat is een woordenwolk* en *Talen en taalgebruik*

jou' ervaart. Je blijft wel emotioneel betrokken en tegelijk schep je de nodige afstand. Het oog kan niet zelf 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 te voorspellen." Een verklaring helpt je om te kunnen handelen. Zonder een verklaring voel je je vaak machteloos. Dus zelfs liever een verklaring die anderen 'gek' noemen dan helemaal geen verklaring.

Wanneer je *systemisch* kijkt, heb je oog voor de samenhang van wat jij 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, als een 'feit'. Anderen daarentegen kunnen oordelen dat deze visie op de samenhang geen 'feit' is maar een deel vormt van jouw verklaring 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. Een systeem of een patroon zie je pas wanneer je met een *systemische* bril naar de wereld kijkt.

Gezag geven: Welke autoriteit bevestigt dat dit een feit is?

Een gegeven is slechts een 'feit' indien je beweert "Dit is een feit." Je beroept al snel op een 'expert' om steun te zoeken voor jouw stellige bewering. Uitsluitend op jezelf wijzen maakt iets tot een gegeven

'gebaseerd op persoonlijke ervaring' en dat voelt aan als 'zwak'. Daarom zoek je steun bij anderen.

Deze dynamiek heeft effect op je manier van waarnemen en 'feiten' zien. 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."

Wikken en wegen: Welk gewicht geef ik het?

Feiten *geef* je een gewicht, die hebben ze niet 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 geeft een waarneming gewicht in functie van hun belang voor jou binnen je verhaal, binnen de actuele situatie en de concrete context. "Hoe zwaar wegen *dé*ze feiten voor mij nu?" Je staat er niet bij stil tenzij iemand de 'feitelijkheid' van jouw gegevens aanvecht. Dan wordt de vraag op tafel gelegd wie beweert dat deze feiten relevant zijn en wie de autoriteit is die dit zo stelt: Wie bevestigt dat dit een belangrijk feit is en op basis van welke vaststellingen?

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 gaat over de ramen die niet sluiten en lekken.

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?

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. Deze selectie gebeurt niet na het waarnemen maar voor en tijdens het waarnemen. Je ziet wat je wil zien. Je ziet die feiten die je 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? Wat is de zin en de betekenis van wat ik waarneem of ervaar?

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 déze persoon, binnen déze context.

Wetenschap kan zorgen voor Evidence Based Facts en voor een stevige verklaring van de feiten maar daar hebben we niet steeds een boodschap aan. Wetenschap kan verklaren maar géén betekenis geven! Streng onderzochte feiten geven aan wat en hoe er iets gebeurt maar nooit waarom²⁸. Een causale uitleg over de samenhang van fenomenen vertelt over wat en hoe en waardoor iets plaats heeft, niet over de zin van wat er gebeurt, niet over het waarom der dingen.

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

Een orkaan kan verklaard worden maar heeft op zich geen zin. Een orkaan is een dynamisch systeem. Een wetenschapper kan een orkaan voorspellen en verklaren hoe deze orkaan zich nu voordoet zoals ze dat doet en wijzen de gevolgen. Het doet zich voor omdat alle

²⁸ Over het onderscheid tussen Waarom? en Waardoor? lees je in: *De kunst van het vragen en het Vragenkompas*

omstandigheden om een orkaan te laten verschijnen op een bepaald moment voorhanden zijn.

Er is echter geen persoonlijke relatie met de orkaan. Wanneer we zeggen dat een orkaan zich op een bepaalde manier 'gedraagt' hebben we er een 'menselijk' fenomeen van gemaakt. We 'ver-mens-elijken' de natuur. Mensen die de gevolgen van het verschijnen van een orkaan beleven, kunnen zo een persoonlijke relatie aangaan en voelen met het fenomeen. Zij kunnen dan aan het fenomeen een zin of een betekenis geven.

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 en gevoelens. 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!" Inzichten en betekenissen worden doorgegeven via *verhalen*, niet door een boek vol met wetenschappelijke 'feiten'. Zin en betekenis geven gebeurt niet door het opsommen van feiten en ze te verklaren maar door het verhaal te vertellen dat uitdrukt hoe belangrijk de feiten zijn voor jou, voor haar, voor ons en hoeveel waarde je hecht aan wat gebeurt.

Een zingeving-verhaal biedt een perspectief dat veel verder reikt dan het hier-en-nu. Het plaats de 'momentane feiten' in een brede visie, voor sommigen in een eeuwig perspectief. "Het kàn niet dat kwaad gedrag nooit wordt gestraft en goed gedrag nooit wordt beloond. Ooit komt het Laatste Oordeel!" Religies bieden bij uitstek een zingeving-verhaal aan.

Je neemt actief waar met gans je lichaam

In de klassieke visie worden kunnen vijf zintuigen onderscheiden: ogen, neus, oren, de huid en de mond. Voor boeddhisten is het bewustzijn een zesde zintuig. Voor sommigen is het evenwichtsorgaan in het oor een ander te onderscheiden zintuig.

Bij hersenscans lichten bij testen van de afzonderlijke zintuig verschillende hersengebieden op. Vanuit een visie die graag de zaken opdeelt in vakjes gaat het dus om verschillende zintuigen en andere hersengebieden. De meeste mensen (en wetenschappers) beschouwen waarnemen als een mechanisch gebeuren. Wanneer we iets ‘zien’ (bv. een boom) verwijzen ze naar onze ogen. Dit is een zienswijze en een verklaring die echter niet strookt met de wetenschappelijke feiten. Nergens in je hoofd wordt er een visueel beeld gecreëerd dat overeenkomt met bv. de boom buiten jou.

Wanneer je naar een boom kijkt heb je de subjectieve ervaring van kleuren en vormen en beweging. Je beleeft die als ‘boom’ omdat je uit vroegere ervaringen een ‘samenstelling’ maakt, een ‘samengestelde ervaring’. Je ‘weet’ bv. dat de donkere lijnen tussen de groene bladeren takken zijn. Je gebruikt daarvoor al je ervaringen én je kennis en je verklaringen die je sinds je geboorte hebt verzameld rond ‘boom’. Dat zijn zowel beelden van een ‘boom’ uit verschillende invalshoeken, aanrakingen, geuren, prenten en verklaringen in boeken, beelden via foto, film en televisie, prettige en onaangename ervaringen met mensen en dieren die je associeert met een ‘boom’ die daarbij aanwezig was, enz.

- Je neemt waar met alle zintuigen tegelijkertijd, al heb je het gevoel of het idee dat één zintuig de ‘leiding’ heeft.
- Je neemt waar met al de ervaringen én verklaringen die tot nu toe je levensverhaal vormen en die je samenbrengt in ‘ik’ of ‘zelf’.
- Je *ervarend zelf* en je *verhalend zelf* vormen één geheel, één ‘zelf’. Je neemt steeds waar vanuit dat geheel. Je verhalend zelf is deel van het waarnemen door je ervarend zelf.

Jij leeft met je ‘verhalend zelf’ binnen je relatieveld

Als mens leef je in voortdurende interactie met iedereen en alles wat je omringt. Je leeft interactief en interafhankelijk binnen een *relatie- en communicatieveld*²⁹. 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 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.

*Bewustzijn is niet iets wat zich binnenin ons bevindt of
voordoet; het is iets wat we actief doen, in onze
dynamische interactie met de mensen
en de wereld om ons heen.*

*Het brein is ongetwijfeld van cruciaal belang om te
begrijpen hoe wij in elkaar zitten.
Om te begrijpen moeten we echter kijken naar de taak van
de hersenen in verband met de rest van ons lichaam
en met de omgeving waarin we ons bevinden.*

(Alva Noë)³⁰

²⁹ Lees meer in *Hoe beweeg je in het relatieveld?*

³⁰ Noë, Alva, *We zijn toch geen brein?*, Lemniscaat Rotterdam 2012 (vertaling van *Out of Our Heads: Why You Are Not Your Brain*, 2009)

Je *verhalend zelf* is een integraal deel van de dynamiek van wat je aanduidt als je *'zelf'*. De activiteiten van je verhalend zelf én van je ervarend zelf staan niet los van je relatieveld. Je kunt ze niet zien los van je onbewuste en bewuste interacties daarbinnen. Die interacties worden zowel beïnvloed door de chemie in jouw lichaam als door de *'chemie'* in je relatieveld.

Iets een *'feit'* noemen en daar naar handelen, is het resultaat van de interactie tussen wat jij beleeft als *jouw* *'binnen'* en *jouw* *'buiten'*.

Je leeft van verhalen

Gevoelens sturen het proces

Alle negen verschillende acties van je verhalend zelf worden aangedreven, gestimuleerd en onderhouden door door wat je *voelt*, niet door een rationele impuls in je hersenen!³¹ Na de aanzet door hoe jij je voelt ga je je verhaal vertellen en daar gebruik je - voor sommige aspecten - wel je rationele deel van jezelf bij. Maar niet omgekeerd. Je voelt je op een bepaalde manier en daardoor ga je dit verhaal vertellen, niet: je vertelt dit verhaal en daardoor ga je je zo voelen. Het ganse proces loopt overwegend onderbewust en wordt slechts stilaan bewust wanneer je je verhaal gaat vertellen (tegen jezelf of tegen anderen).

Zelfs wanneer je rationeel zoekt naar een verklaring zijn gevoelens 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 (rationeel) om het instrument te verwarren met diegene die het instrument hanteert. We zijn ons brein niet!

Dit is bv. duidelijk waarneembaar wanneer je bij anderen vaststelt dat ze van ‘gegevens’ overstappen naar ‘veronderstellingen’ of ‘vermoedens’ of ‘overtuigingen’.

Dit bij jezelf vaststellen vergt een scherpe introspectie.

Wanneer ik schrijf over ‘gevoelens’ doe ik dat vanuit een algemeen aanvaarde wijze van spreken. ‘Gevoelens’ zijn echter slechts een vertaling (= het omzetten van een dynamiek in een beperkte taal) van

³¹ Damasio, Antonio (hoogleraar neuropsychologie en filosofie), *De vreemde orde der dingen - Het leven, het gevoel en het ontstaan van culturen*, Wereldbibliotheek 2019
Damasio, Antonio, *Het zelf wordt zich bewust*, Wereldbibliotheek 2010
Damasio, Antonio, *Ik voel dus ik ben - Hoe gevoel en lichaam ons bewustzijn vormen*, Wereldbibliotheek 2001

wat je voelt - of moet ik zeggen 'woorden zijn een slechte vertaling van wat je voelt' . Je vertaling is sowieso cultureel bepaald. Je hebt geleerd je op een bepaalde manier uit te drukken in woorden en beelden. Vaak hanteer je een zeer beperkte woordenschat en gebruik je weinig beeldende talen (tekenen, schilderen, dansen, e.d.) om je voelen uit te drukken. Je komt al een eindje verder wanneer je rond een woord dat je gebruikt om je voelen te communiceren (bv. "Ik voel *verdriet*", "Ik voel *onmacht*" of "Ik voel *kwaadheid* in mij groeien."), je woordenwolk onderzoekt.³²

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 oppervlakkig blijven. Iets een 'feit' noemen is de uitdrukking van een verbinding die je aangaat.

³² Lees meer in *Wat is een woordenwolk?*

Je leeft van verhalen niet van feiten

Jij (en al je medemensen) bepaalt je gedrag 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. ‘Feiten’ op zich worden niet gecommuniceerd tenzij in een wetenschappelijk rapport; ze passen altijd ergens in. ‘Feiten’ zijn elementen binnen een gedachtegang, binnen een gesprek met je ‘zelf’ of met een ander.³³ *Een 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 nauwkeurige 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 verhaal, al of niet opgebouwd met rationele elementen.

Je overtuigt niemand van jouw standpunt door haar louter een lijstje met feiten te geven, zelf niet (en zeker niet) van uitsluitend streng onderzochte feiten (evidence based facts). Om iemand te overtuigen moet je verbinding maken met de ander. En daar is een verhaal voor nodig. “Dag, hoe gaat het? Mag ik je wat vertellen?”

Verhalen die mythen worden genoemd zijn al vele duizenden jaren oud. Toch kan je ze vandaag nog herkennen in het gedrag van je medemensen, in je eigen gedrag en in je dromen. Daarnaast zijn er reeds eeuwen historische verhalen, filosofische verhalen, religieuze verhalen, politieke verhalen, pedagogische verhalen, verhalen rond ondernemen en zaken doen, verhalen rond hoe je iets moet aanpakken (ambachten, landbouw, kunsten), enz. Er zijn verhalen die pretenderen de ‘werkelijkheid’ te verklaren. Er zijn verhalen om de groepscohesie en de samenwerking binnen een gemeenschap te versterken. Er zijn

³³ Over ‘gedachtegang’ lees meer in: *Drie grondpatronen om je leven te be-leven*

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 taalgebruik³⁴: vertel een 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 werken 'feiten' daarbinnen of net het gebrek daar aan (de vier soorten feiten)?* De vaststellingen zijn overduidelijk: verhalen wérken, 'feiten' op zich niet. Er zijn landen en culturen waar reeds eeuwen verhalen als 'feiten' worden behandeld.

Ik kon zeer vaak uit eigen ervaring vaststellen (= persoonlijke feiten) en in plaatselijke kranten lezen, dat in India heel veel mensen meer geloof hechten aan een gerucht (vaag verhaal) dan aan 'harde feiten'. In verschillende boeken en artikels geschreven door kritische Indiërs³⁵ (= gedocumenteerde feiten én streng onderzochte feiten), wijzen de auteurs daar ook telkens op: het land wordt geleid door verhalen niet door feiten en feiten worden voortdurend verdraaid.

³⁴ Lees meer in: *Talen en taalgebruik*

³⁵ Chetan Bhagat, *What Young India Wants*, Rupa, 2012

Chetan Bhagat, *Making India Awesome*, Rupa, 2015

Chetan Bhagat, *India Positive: New Essays and Selected Columns*, Westland 2019

Roy Arundhati, *Het einde van illusies*, Amsterdam: Prometheus, 1999

Roy Arundhati, *Luisteren naar sprinkhanen : aantekeningen over democratie*, Amsterdam: De Bezige Bij, 2010

Één Groot Verhaal?

Heb jij zoals vele mensen de behoefte aan een sluitende, allesomvattende 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.

Zonder een allesverklarend verhaal zal je moeten aanvaarden dat je heel veel niet kunt waarnemen, dat jij - en de autoriteiten waar jij beroep op doet - niet alles kunt kennen, dat je nooit alles zult kunnen begrijpen.

Een allesverklarende theorie 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 'willekeur' 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 allesverklarende kaders aangeboden vanuit een religieus, een wetenschappelijk, een filosofisch, een psychologisch, een maatschappelijk of een politiek perspectief. Een kader kan vertrekken vanuit Westerse, Oosterse, Afrikaanse of Arabische uitgangspunten en waarden.

Wanneer je nauwkeuriger kijkt en zorgvuldig taalgebruik hanteert, verwijst je met het woordje 'verklaren' in zeer veel gevallen veeleer naar 'zin en betekenis geven' aan de fenomenen. Je zoekt meer een antwoord op de vraag "Waarom zijn de dingen zo?" (zin en betekenis geven) dan op de vraag "Waardoor zijn de dingen zo? (verklaren)"

Dus heb je een 'zingevingskader' of 'betekeniskader' nodig waarin alles zinvol past, samen met een 'verklaringskader' waarin alle verklaringen als puzzelstukjes bijeen passen. De termen worden slordig door elkaar gebruikt. Misschien is het zorgvuldiger om te spreken van een 'referentiekader' die jouw zingeving- en verklarings-

kader samenvat. Je houdt er een 'persoonlijk referentiekader' op na (*Mijn Verhaal*), naast een 'groepsreferentiekader' (*Ons Verhaal*) of een 'allesomvattend referentiekader' (*Het Groot Verhaal*).

Eigenlijk leeft iedereen met een bundel van Verhalen.

Je bent er van overtuigd dat je persoonlijk referentiekader een geldig kader is, dat 'logisch' in elkaar steekt en dat stevig gegroundvest is op feiten die 'bewezen' zijn of door de hoogste autoriteit zo werd meegedeeld. Je deelt het Groot Verhaal met mensen uit je omgeving want je wilt dat 'Mijn verhaal' en 'Ons Verhaal' en 'Het Groot Verhaal' samenvallen. Dat geeft je pas echte zekerheid.

Vele predikers, spirituele leraren e.d. zullen je verzekeren dat het allesomvattend Groot Verhaal dat zij verkondigen, wordt 'bewezen' door de wetenschap. Alle religies en spiritualiteiten verwarren 'verklaren' en 'zin geven'. Vaak doen ze dat bewust. Dat moet dan het vertrouwen in hun leer ondersteunen: "Het is bewezen, wij hebben het bij het rechte eind."³⁶

Je vertelt jezelf en anderen dagelijks stukjes van wat jij gelooft als *Het Groot Verhaal* 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 ook jezelf gerust.

³⁶ Bv. de Tibetaanse boeddhisten, met de Dalai Lama voorop, doen alles om hun 'verhaal' door de westerse wetenschap te laten bewijzen.

Wat is 'waarheid'?

Het begrip 'waarheid' is afhankelijk van je mindset

Hoe 'waar' is 'waarheid'? Hoe komt het dat er zulke uiteenlopende 'waarheden' bestaan? Wie heeft gelijk en wie niet? Hoe hanteer je verschillende waarheden op hetzelfde moment, in dezelfde situatie? Hoe *dialogeer* je met verschillende waarheden?

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. Zoals je wel beter weet verlopen de zaken niet op deze manier: iedereen heeft een reeks eigen associaties bij het begrip, iedereen heeft een persoonlijke woordenwolk rond het begrip 'waarheid'.³⁷ 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 we het roerend eens zijn over deze taalkundige definitie van het begrip 'waarheid' dan nog blijkt de inhoud die we dagelijks geven aan het begrip 'waarheid' verschillend te zijn. "Dat heeft toch te maken met de definitie van het woord waarheid", hoor ik je al zeggen. Wel, de wijze van definiëren van een woord (in dit geval 'waarheid') is onderdeel van het hanteren van een bepaald denkpatroon. Het hangt dus af van je mindset³⁸.

Ieder van de drie grondpatronen definieert het begrip 'waarheid' op een eigen manier en zijn er verschillende houdingen tegenover het begrip 'waarheid' en de invulling ervan mogelijk.

Voor alle vormen van *lijnig* denken (rechtlijnig denken (lineair), 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

³⁷ Meer in *Wat is een woordenwolk?* en in *Talen en taalgebruik*

³⁸ Meer in *Drie grondpatronen om je leven te be-leven*

van lijnig denken gaan uit van een verband tussen oorzaak en gevolg. Voor dit grondpatroon is er slechts één juiste 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 'waarheid' overal terugvinden.

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 menselijke ervaren en denken en wordt ons 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 letterlijk strijd voeren 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 ‘kennis’ en ‘denken’ en ‘weten’, heel begrijpbaar. ‘Waarheid’ is een woord dat verwijst naar iets dat niet bestaat. Het verwijst naar een idee, naar een abstract beeld. Alle ‘waarheden’ zijn op hun manier ‘waar’.

Wie kan er leven zonder ‘waarheid’? Wie kan er leven zonder dé Waarheid?

De vier waarheden van Albie Sachs

Rechter Albie Sachs³⁹, 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 "de waarheid". Het werk waar de Waarheidscommissie in Zuid-Afrika voor stond heeft dit pijnlijk concreet gemaakt⁴⁰.

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 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."
- Sach'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*

³⁹ 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*

⁴⁰ De vier waarheden die de Waarheidscommissie in Zuid-Afrika hanteerde zijn een aanpassing van de vier waarheden die Rechter Albie Sachs 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.

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 "*dialogue 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 emotionele dialoog die wordt begrensd door het zorgvuldig uitpluizen van het bewijsmateriaal, om te komen tot een veelkleurige, multi-perspectieven versie van de waarheid.

Je kunt de vier soorten feiten zoals ik die vooraan in de tekst heb verduidelijkt⁴¹ gebruiken om meer inzicht te verwerven in de vier waarheden van Albie Sachs.

⁴¹ Zie het hoofdstuk 'Vier soorten feiten'