

Luister
(Leo Buscaglia 1924 – 1998)

Als ik je vraag naar mij te luisteren
en je begint met mij advies te geven
heb je niet gedaan wat ik vroeg.
Als ik je vraag naar mij te luisteren
en je begint mij te vertellen waarom
ik mij niet zo zou moeten voelen
vertrap je mijn gevoelens.
Als ik je vraag naar mij te luisteren
en jij vindt dat je iets moet doen
om mijn probleem op te lossen
heb je mij in de steek gelaten
hoe vreemd dat ook mag lijken.

Luister!

Alles wat ik vroeg was om naar mij te luisteren
niet praten of doen, alleen mij aan te horen.
Advies is goedkoop, voor een paar euro
heb je medisch en psychologisch advies
in hetzelfde tijdschrift.
En ik kan voor mijzelf zorgen, ik ben niet hulpeloos.
Misschien ontmoedigd en weifelend,
maar niet hulpeloos.

Als je iets voor mij doet dat ik voor mijzelf kan en moet doen
draag je bij aan mijn angst en incompetentie.
Maar als je accepteert als eenvoudig feit
dat ik voel wat ik voel
hoe emotioneel ook
dan kan ik ophouden met je
te overtuigen en een begin maken met
begrijpen wat er achter
dit irrationele gevoel steekt.
En als dat duidelijk is, zijn de antwoorden
zonneklaar en heb ik geen advies nodig.

Irrationele gevoelens zijn zinnig als
we begrijpen wat erachter steekt.
Misschien helpt bidden daarom wel
soms, voor sommige mensen, omdat
de goden zwijgen en geen advies geven
of dingen proberen te regelen.
Zij luisteren slechts en laten je het zelf oplossen.
Dus, alsjeblieft, luister alleen maar naar me.
En als je wilt praten, wacht dan even
op je beurt, dan zal ik naar jou luisteren.

Uit: Gordon, Thomas. De relatie arts en patiënt: een effectieve methode voor wederzijds
begrip, vertrouwen en harmonieuze samenwerking.
BV Uitgeversmaatschappij Tirion 1997