

essay

O

p een drukke zaterdag loop ik gehaast langs een oudere meneer op een bankje. Zijn grauwe gezicht doet me omkeren. Het is koud, hij zit stil, de stad raast om hem heen. 'Gaat het wel?' vraag ik. Stoer antwoordt hij: 'Ja hoor, ik rust even uit na de slager.' Na enige aarzeling stemt hij erin toe dat ik hem naar huis breng. Om de paar minuten nemen we een korte pauze vanwege zijn astma. In zijn kleine appartement zet ik zijn gekochte bloemen in een vaas en drinken we een kop koffie. André blijkt groot Ajax-fan, voormalig zware roker en bewust kinderloos, en hij heeft vijf jaar voor zijn dementerende vrouw gezorgd. Sinds kort woont ze in een verpleeghuis, hij mist én bezoekt haar iedere dag. Een halfuur later zwaait André me uit. Ik ben onder de indruk van deze zorgzame en niet mokkende zeventiger, en geleid door zijn openheid, en ik denk nog vaak aan onze ontmoeting. →

Met de feestdagen richten we ons vooral op de relaties met intimi. Terwijl het juist zo verrijkend kan zijn ook eens een vreemde aan te spreken.
Door Maud Beucker Andreae

Straatintimiteit. Volgens onderzoeker Kio Stark is dat verbinding voelen met mensen die je voor het eerst en wellicht voor het laatst ziet.

Onbekend maakt zeer bemind...

Bij het woord 'verbinding' denken we aan onze partner, ouders, kinderen en vrienden. Maar er is ook een openbare vorm. Het contact met André is een typisch voorbeeld van wat de Amerikaanse Kio Stark, gemeenschapsonderzoeker en aanjager van 'vreemd contact', straatintimiteit noemt. Verbinding voelen met onbekenden, met mensen die je voor het eerst en wellicht voor het laatst ziet. Door een blik, een gebaar, een glimlach of zelfs een gesprek.

We kennen allemaal het Amerikaanse 'How are you', waarop ik nooit weet wat te antwoorden ('Well, having a bit of a cold', gewoon 'Fine', of alleen maar de wedervraag?). Volgens Stark staat het ten onrechte bekend als oppervlakkig want het betekent eigenlijk 'Ik zie jou', de vraag dient slechts als vorm. Kort of lang, met of zonder praatje: bij dergelijk (positief) contact maken we oxytocine aan. De stof staat ook wel bekend als knuffelhormoon, maar fysieke aanraking is geen voorwaarde: het gaat om het voelen van nabijheid, verbinding, opmerken en opgemerkt worden.

Bij het oversteken glimlachen naar de tegemoetkomende vrouw. In de trein een medepassagier groeten bij het plaatsnemen. Want zelfs als u al voldoende liefdevolle relaties hebt, u genoeg ziet en gezien wordt, is het de moeite waard naar een onbekende te lachen of wat woorden te wisselen. Ten eerste: voor de ander. Miljoenen eenzame mensen zitten erwél om verlegen. Maar ook voor uzelf zijn er louter voordelen. Contact met onbekenden geeft inspiratie en we

» **Grijp uw kans** «

Als u toch al contact hebt, zoals met de verkoopster of conducteur. Een 'Alsjeblieft' of 'Dank je wel' valt gemakkelijk uit te breiden.

Bij gezamenlijke ervaringen. Samen schuilen, allebei nèt de tram missen, met z'n tweeën een gevallen fietser op de been helpen; het gesprek ontstaat vaak vanzelf.

Als u een compliment wil maken. Van 'Mooie auto' tot 'Wat een leuke krullen!' (NB: 'Meisje, kijk niet zo boos' of 'Lach eens, het is weekend!' vallen hier niet onder, en zullen waarschijnlijk ook niet leiden tot een vrolijke repliek).

Als u hulp kunt bieden: aan de zwangere vrouw in de tram, aan de zoekende toerist op straat, aan de oudere heer met zware tas.

Bij een derde partij, in de vorm van kind of hond. 'Wat een vrolijke kop/lach/muts heb jij!' leidt veelal tot direct contact met ouder of eigenaar.

Als het gesprek zich leent voor inmenging. (Stark noemt dit 'de vierde wand', ontleend aan een theaterterm: het publiek vormt, naast de achterkant en coulissen links en rechts, 'de vierde wand', waaraan de spelers hun verhaal vertellen.) Het eten, een film of expositie die wordt besproken, of als u durft – een intiemer onderwerp waarbij u denkt van waarde te zijn.

worden erdoor verrast. Een toerist die u uw stad door zijn ogen laat zien, het meisje dat zomaar een tekening voor u maakt, de vriendelijke André, die om de hoek blijkt te wonen. In contact met vreemden verlaten we even de automatische piloot, en – helemaal van nu – zijn we meer in het nu.

De waarde zit ook in het feit dat u en de vreemde elkaar niets verschuldigd zijn. Een aai of aanmoediging van een geliefde is prettig, maar stiekem rekenen we erop en zijn we teleurgesteld als we die niet krijgen. Terwijl de 'mooie jas' van een voorbijgaande fietser het verraste hart een sprong laat maken. Ook fijn: paradoxaal genoeg is juist de conversatie met een vreemde betrouwbaar. Als 'Goed boek hè' of 'Hoe is die omelet met truffel?' zich ontwikkelt tot een gesprek over de relatie met uw broer, is het een veilig idee dat het contact zo weer is vervlogen. Daarbij kan een frisse blik op de verhouding geen kwaad; de onbekende heeft geen enkele vooringenomenheid.

Soms ontstaat onbekend contact vanzelf, meestal door gedeelde ervaringen, zoals een straatvoorstelling of vertraging met de trein. Als die omstandigheden ontbreken, is nieuwsgierigheid een handige eigenschap. Als ik een vrouw om en om Zweeds en Nederlands hoor praten met haar dochttertje, móét ik vragen hoe die tweetaligheid in elkaar steekt. In dit soort situaties, die Stark 'de vierde wand' noemt (zie 'Grijp uw kans'), meng je je als toeschouwer in een nabij gesprek. Bedenk wel: er is altijd kans op afwijzing. Als 'Heb ik net gezien, heftig hè!', over de film die het tafeltje naast u bespreekt, wordt beantwoord met een minzaam gefrons, doet dat even pijn. Maar gelukkig vervliegt de pijn van afwijzing van



FOTO: GETTY IMAGES

een vreemde veel sneller dan wanneer je beste vriend je wegduwt. En een harde nee komt eigenlijk zelden voor. Het andere uiterste, een 'welkome ja', overkwam mijn extraverte grootmoeder; in het destijds deftige Metz & Co mondde haar bemoeienis met de aankoop van nieuwe gordijnen door een dertig jaar jonger echtpaar uit in een lunch en uiteindelijk levenslange vriendschap.

Het kan lijken alsof contact met onbekenden vooral voor de extraverte mens is weggelegd, maar juist voor introverten is het een goede manier om verbinding te leggen, legt Kio Stark uit in haar boek *Praten met vreemden*. Voor introverten zijn borrels of diners vermoeiend, juist doordat daar sociale interactie wordt verwacht. Contact met vreemden is vaak makkelijker; je kiest de momenten zelf, ze zijn vaak kort, en je kunt het praatje zelf beëindigen. Het ongemak dat soms bij het afronden ontstaat – wie sluit het af, kan ik al wegstippen? –, is juist de charme van vreemd contact.

Bent u verlegen of bang voor afwijzing? Probeer eerst eens een praatje te maken met contacten die u toch al heeft: een ober, caissière of conducteur. Maak het gesprek eens wat langer dan 'alstublieft, dank u wel'. Een truc die overigens voor iedereen geldt. Net als: bied een onbekende hulp aan, complimenteer of praat via een derde (tegen de puppy: 'Hé, hoe oud ben jij?' of 'O, wat heb jij een mooi pakje aan!' tegen de baby), het gesprek met eigenaar of ouder volgt vaak vanzelf. Is de drempel nog wat hoog, begin dan heel eenvoudig: met het geven van een glimlach. ←

De 'mooie jas' van een voorbijgaande fietser doet het verraste hart een sprong maken omdat hij u niets verschuldigd is

Bij het oversteken even glimlachen naar de tegemoetkomende meneer. Ook al heeft

u zelf voldoende liefdevolle relaties, een ander zit er wellicht wél om verlegen.



LEZEN: 'Praten met vreemden', van Kio Stark, november 2016, Amsterdam University