

# Manifest

voor niet-vijandige communicatie

- 1. Virtueel is reëel**  
Ik zeg of schrijf op internet alleen dingen die ik in iemands gezicht zou durven zeggen.
- 2. Je bent wat je zegt**  
De woorden die ik kies zeggen iets over de persoon die ik ben: ze vertegenwoordigen me.
- 3. Woorden geven vorm aan gedachten**  
Ik neem voldoende tijd om zo goed mogelijk te verwoorden wat ik denk.
- 4. Luister voor je spreekt**  
Niemand heeft altijd gelijk, ik ook niet.  
Ik luister met een eerlijke en open houding.
- 5. Woorden vormen bruggen**  
Ik kies woorden om te begrijpen, om begrepen te worden en om toenadering te zoeken.
- 6. Woorden hebben gevolgen**  
Ik weet dat elk woord dat ik zeg of schrijf zowel kleine als grote gevolgen kan hebben.
- 7. Wees voorzichtig met delen**  
Ik deel teksten en afbeeldingen pas nadat ik ze heb gelezen, beoordeeld en begrepen.
- 8. Ideeën kunnen besproken worden.  
Mensen moeten gerespecteerd worden.**  
Mensen met wie ik het niet eens ben beschouw ik niet als vijanden, die ik moet vernietigen.
- 9. Beledigingen zijn geen argumenten**  
Ik tolereer geen beledigingen en agressiviteit, ook niet als ze mijn standpunt steunen.
- 10. Stilte zegt ook iets**  
Als het beter is om te zwijgen, dan doe ik dat.