



GESELLSCHAFT UND WISSENSCHAFT

## UNSER KÖRPER LÜGT NIE

VONGERHARD HINTERKÖRNER

**Wie geht es Ihnen mit der Maske? Haben Sie sich schon angefreundet, kaum Luft zu bekommen, zu schwitzen, lauter sprechen zu müssen, den anderen kaum zu verstehen, mit dem Druck des Gummis hinter den Ohren? All jene, die dieses Unding stundenlang und ordnungsgemäß verwenden müssen, hätten sich meines Erachtens eine Riesenprämie verdient und haben meinen größten Respekt. Ich müsste so einen Beruf an den Nagel hängen.**

Aber ich möchte mich einem ganz anderen Aspekt dieser Verhüllung unserer Ausdrucksform widmen. Samy Molcho, der bekannte Pantomime, sagte ja schon vor vielen Jahren, dass wir jeden Wunsch, jede Emotion, Gefühle und innere Bewegung durch unseren Körper ausdrücken. Und dass die Körpersprache viel deutlicher ist, als unsere Worte. Man kann es auch anders formulieren: unser Körper lügt nicht!

Mimik und Gestik sprechen also eine klare Sprache. Die Maske raubt uns diese fast zur Gänze! Nicht nur Gefühle, die wir rein über die Lippen oder die Nase kommunizieren, wie z.B. innere Anspannung durch das zusammenkneifen der Lippen oder Skepsis und Ungläubigkeit durch das vorschieben der Unterlippe oder das Gegenteil durch die verschiedenen Varianten des Lächelns wie Sympathie, Freundlichkeit oder Aufgeschlossenheit. Oder einfach Ruhe durch einen entspannten Mundwinkel. Viel öfter ist es noch das Zusammenspiel von Augen, Nase und Mund, das unsere Gefühle zum Ausdruck bringt.

Wir sehen ja jetzt Licht am Ende dieses Tunnels und die vielzitierten Lockerungen in diesem Bereich kann ich ehrlich gesagt kaum erwarten. Ich denke, wir sollten und könnten dies zum Anlass nehmen, unserer nonverbalen Kommunikation künftig mehr Achtsamkeit zu schenken. Wir haben ja in dieser Zeit der Maskierung gelernt, aufmerksamer zuzuhören oder stärker darauf zu achten, ob man eventuell ein Lächeln ausnehmen kann. Wir könnten uns diese Zeitspanne beibehalten und uns mehr darauf konzentrieren, was uns unser Gesprächspartner mit seinem Gesichtsausdruck verrät.

Vielleicht erleben wir dabei die eine oder andere positive Überraschung? Womöglich könnte sich sogar eine neue Liebesbeziehung anbahnen? Wer weiß, an welchen Möglichkeiten wir durch unsere Unaufmerksamkeit vorbeilaufen? Paul Watzlawick, Wissenschaftler und Psychotherapeut, wurde mit seinem „man kann nicht nicht kommunizieren“ weltberühmt. Denn wie er in seinen Büchern ausführt, ist jede Kommunikation auch Verhalten und genauso wie man sich nicht nicht verhalten kann, kann

man auch nicht nicht kommunizieren.

Nutzen wir diese vielfältigen Möglichkeiten künftig intensiver und freuen wir uns darüber, dass es auch wieder möglich und erlaubt ist.

---

## DER AUTOR



**GERHARD HINTERKÖRNER**

**Unternehmer aus Leidenschaft, Familienvater, Hobbysportler und Genussmensch!**

[g.hinterkoerner@movement21.at](mailto:g.hinterkoerner@movement21.at)

---

### **Movement 21 GmbH**

Obersand 5

4311 Schwertberg

[www.movement21.at](http://www.movement21.at)

[office@movement21.at](mailto:office@movement21.at)

+43 664 423 1193

Copyright 2020: [office@movement21.at](mailto:office@movement21.at)

Webdesign & Programmierung: Junge Digitale, Linz