

'Met hart en ziel: de thymos' van Els Plooijs

Wim Laumans

Van harte ben ik het met Els Plooijs eens dat zij de mooie Nederlandse term *het gevoelsmidden* wil handhaven. Het inspireert mij tot een aanvulling.

Het gevoelsmidden geeft aan dat het gevoel in de buik gelokaliseerd wordt en dat de buik het midden is tussen de thorax en de basis.

Te lang is in de haptonomie de basis benadrukt en is er te weinig aandacht gegeven aan de oprichting en de functie van de thorax.

Door zich op te richten, rechtop te gaan staan, gaat de mens zijn eigen gewicht dragen, neemt hij zijn plaats in, oriënteert hij zich t.o.v. zijn omgeving (boven en onder, rechts en links, voor en achter) en neemt hij het leven op zich. (Met dank aan Cornelis Verhoeven: 'Symboliek van de voet').

Zich oprichten is:

1. Het hoofd met de vertezintuigen zo hoog mogelijk plaatsen en daarmee de meeste bewegingsvrijheid geven. Functie: communicatie. Dit is de mogelijkheid om in relatie te treden met de ander en met de omgeving.
2. Door de oprichting komen de handen vrij. Functie: hanteren, handelen.
3. Door de oprichting worden de lichaamsdelen op één lijn geplaatst, de verticaal. Functie: rechtop te staan, dus een positie in te nemen t.o.v. de omgeving
4. Door de oprichting zijn de voeten de basis van het hele lichaam en is het bekken de basis van de wervelkolom.
Functie: mogelijkheid het gewicht te kunnen verdelen boven de voeten en het basispunt op de verticaal te plaatsen.
5. Door de strekking van de thoracale wervelkolom en het omlaag brengen van het diafragma wordt de thorax verruimd, de buikinhoud verkleind en de ademhaling geïnitieerd. Functie: zich openen en sluiten (in- en uitademen).
6. Door de oprichting wordt het steunvlak heel klein en moet het lichaam boven dit steunvlak in balans gehouden worden. Functie: zich staande houden.

Door zich op te richten vestigt de mens zijn zelfstandigheid (gaan staan en zich staande houden). Vermoeidheid en depressie maken dat iemand het leven niet aan kan en zijn afleesbaar aan een gebrek aan vitaliteit en aan een onvoldoende thoracale extensie. De levensmoed ontbreekt (het derde deel van de ziel, de thymos, is zwak). Men is mismoedig en heeft moeite voor zichzelf op te komen.

Een stapje verder is zich niet oprichten, maar gaan liggen en vluchten in de slaap.

Het hart als centrum van de moed. Niet voor niets zijn 'cor' (hart) en 'courage' (moed) etymologisch aan elkaar verwant.

Naast het op zichzelf aangewezen zijn, met zijn existentiële eenzaamheid, maakt de mens deel uit van een gemeenschap. Is hij onderdeel van een geheel en staat hij altijd in relatie. Met een wisselwerking waarbij hij iets kan betekenen voor anderen en anderen iets kunnen betekenen voor hem.

Hier komt het persoon overstijgend belang, waar Els Plooi naar verwijst, om de hoek kijken. Dit vond ik erg mooi verwoord in het boekje van Theo de Boer 'De hemel weet hoe'. Hij citeert in dit boekje (p. 17) Emmanuel Levinas in zijn oproep om verantwoordelijk te zijn voor de ander:

De levensadem is niet alleen maar een levenskracht (vis vitalis of élan vital).

Hij wekt tot verantwoordelijkheid. Dat is kennelijk het ware levensprincipe en dat heeft een bijna vanzelfsprekende transcendente oorsprong.

Dit is een aanvulling op -, en fundering van de haptonomie.

We dragen dit principe in de haptonomie uit in de ontwikkeling van bestaan naar zijn: Eerst moet je voor jezelf leren zorgen en, wanneer je dat kan, ben je in staat te zorgen voor een ander. Eerst de zelfverwerkelijking en wanneer dat gelukt is ben je in staat tot zelfverwezenlijking. De zelfverwerkelijking is dan geen uiteindelijk doel maar slechts middel om tot zelfverwezenlijking te komen. De ontwikkeling is van bestaan (= voor zichzelf bestaan) tot zijn (= er voor en met de ander kunnen zijn).

p. 45: *Het autonome subject maakt plaats voor subjectiviteit in de oorspronkelijke zin van subjectiviteit, dat wil zeggen onderworpenheid of vatbaarheid.*

Deze vatbaarheid of raakbaarheid is de gevoeligheid voor het leed van de ander, en deze gevoeligheid maakt het mogelijk om 'er voor de ander te zijn'.

Prof. Theo de Boer is in Nederland bekend als een Levinas-kenner en heeft Levinas in Nederland geïntroduceerd met het boekje: 'Tussen filosofie en profetie'. Jan Keij, bekend van het boek 'De filosofie van Emmanuel Levinas' is bij hem gepromoveerd.

Het is goed én nodig, open te staan voor elkaar om samen de haptonomie verder te ontwikkelen.

Literatuur:

Theo de Boer, 'Tussen filosofie en profetie', de wijsbegeerte van Emmanuel Levinas
Uitgeverij Ambo, Baarn 1976

Theo de Boer, 'De hemel weet hoe', Over spiritualiteit en rationaliteit, Titus Brandsma
Instituut, Uitgeverij. Valkhof Pers Nijmegen, 1999

Jan Keij, De filosofie van Emmanuel Levinas, in haar samenhang verklaard voor iedereen.
Uitgeverij Klement, Kampen, 2006

Cornelis Verhoeven, Symboliek van de voet, Uitg. Damon, Best, 1998