

Marco van Gorp van Gezond Management:

# ‘Ik voel dus ik besta’

Gisela van Haaren

**Marco van Gorp is eigenaar van Gezond Management in Rotterdam. Met tien collega's werkt hij er aan de gezondheid van mensen. Daarnaast werkt hij als coach in het bedrijfsleven. Door zijn coaching wil hij een zielsverbondenheid binnen een organisatie tot stand brengen. Als een groepsbezieling met een positieve uitstraling, die niet alleen tot meer arbeidsvreugde en gezonde samenwerking leidt, maar ook tot betere prestaties.**

## **Wat is haptonomie?**

Frans Veldman, leerling van professor Calon, paste haptonomie toe in de door hem ontwikkelde therapie als haptotherapie. Haptonomie gaat over ervaringen die niet meetbaar zijn. Het is geen objectiverend bekijken van een object als ding, maar een subjectiverend kijken dat tegelijkertijd voelen is.

Hoogleraar rechtsfilosofie Willem Duynstee nam de leer van de dertiende eeuwse filosoof Thomas van Aquino over dat gevoeligheid en redelijkheid elkaar doortrekken en niet te scheiden zijn bij een

gezonde gevoelsontwikkeling. De psycholoog professor Calon nam deze gedachten over en werd zo de grondlegger van de haptonomie. Haptonomie is een visie op de menselijke persoon die het gevoelsleven integreert en daarmee het intermenselijk contact gevoelsmatig insluit. De haptotherapeut beoogt de patiënt zich bewust(er) te laten zijn van en beter te laten omgaan met het eigen lichamelijke gevoel en inzicht te laten krijgen in de wisselwerking tussen lichamelijke gevoel en geestelijk gevoelsleven.

**Je werkt met het concept Gezond Management, een benaderingswijze gestoeld op de haptische fenomenologie. En je werkt ook in de counseling van bedrijfsmensen. Hoe ben je ertoe gekomen om dit te gaan doen?**

'Voor mij is het gevoel tastbaar en zeer belangrijk. Als kind van een jaar of vijf, zes kwam ik eens te laat op school, omdat de schoolbus had moeten stoppen voor een ongeluk. Het bleek om mijn opa te gaan, die met zijn brommer was aangereden en twee verbrijzelde benen had. In het ziekenhuis zeiden de specialisten dat hij nooit meer zou kunnen lopen. Mijn opa was een zeer eigenwijze man en zei: "Dat geldt niet voor mij." Tijdens zijn revalidatieproces bij de fysiotherapeut ging ik geregeld met hem mee. Het werd me toen duidelijk dat er meer is dan de wetenschap kan verklaren. Mijn opa is weer gaan lopen. Ik merkte dat de geest tot heel wat meer in staat is dan we denken en dat vooral het lichaamsgevoel daarbij een grote rol speelt. Ik wist toen dat ik in die richting wilde gaan werken. Van haptonomie had ik op dat moment nog nooit gehoord.'

## 'Er is meer dan de wetenschap kan verklaren'

**Je had nooit van haptonomie gehoord, maar was wel geïnteresseerd in het gevoelsleven. Hoe ben je toen verder gegaan?**

'Ik werd me er steeds bewuster van dat we in onze westerse maatschappij erg vervreemd zijn geraakt van ons gevoel. De ratio heeft onder invloed van Descartes eenzijdige nadruk gekregen ten koste van het gevoel. Voor mij gaan denken en voelen prima samen. Tegenover Descartes' uitspraak "Ik denk dus ik besta" stel ik "Ik voel dus ik besta". Wij leven in een soort sprookjeswereld, waarin mensen steeds minder in contact staan met hun gevoel. We doen dingen, omdat we denken dat het hoort of moet om in dat sprookje te passen. Dat terwijl in ons onderbewustzijn alle wijsheid van een geïntegreerd ratiogevoel al opgeslagen ligt. Al die informatie is in elke cel van ons lichaam aanwezig, maar we kunnen het niet allemaal bewust maken en rationaliseren. Onze redelijkheid is beperkter dan ons gevoelsleven. Als voorbeeld noem ik de herinnering aan de eerste zoen. De gevoelens die je hierbij had, kun je onmogelijk in woorden weergeven, je kunt niet beschrijven wat je voelde. Maar je kunt het gevoel wel weer oproepen.'

Je bent dus overtuigd geraakt van het grote belang van het gevoelsleven naast de rede. Hoe heb je die overtuiging toegepast in het bedrijfsleven?

'Onze gevoelens bewust maken kan ons op verschillende niveaus en in diverse geledingen helpen. Ik adviseer bedrijven door mensen zo-

wel op individueel niveau als op groepsniveau bewust te maken van wat ze willen en verlangen. Hierbij moeten ze beseffen wat ze uiteindelijk willen. De manier waarop ze het willen bereiken, laat ik aan hun eigen vrijheid en creativiteit over. Ze moeten enkel duidelijk zien waar ze heen willen, de richting van hun leven en levensideaal bepalen. Elke persoon en elke groep is uniek. Daarom heb ik geen algemene recepten en geen standaard sessies. Ik ga uit van hun reactie in het hier en nu en kijk wat ze op dat moment nodig hebben. Vooral wijs ik hen erop gebruik te maken van het gevoel.

Met name bij de rekrutering van nieuw personeel is gevoel van groot belang om de juiste persoon voor een bepaalde taak te vinden. Als we behalve naar de rationele argumenten naar ons gevoel luisteren, bereiken we vaak de beste resultaten. Een kind is nog sterk gevoelsmatig ingesteld en heeft vaak een zeer scherp inzicht. Helaas verliezen we door onze eenzijdig verstandelijke vorming de kracht van dit gevoelsmatige kind-zijn. We zouden ons kunnen instellen als een spelend kind dat meespeelt in het spel en doorgaan met spelen zolang we ons goed voelen. Zodra het niet goed voelt, houden we op met meespelen. Daar is niets mis mee. Uiteraard spelen ook verstandelijke overwegingen een belangrijke rol. Het is altijd een integratie van verstand en gevoel. Gevoeligheid gecombineerd met zakendoen resulteert in meer energie en betere resultaten.'

## 'Gevoeligheid gecombineerd met zakendoen resulteert in betere resultaten'

**In het bedrijfsleven moeten managers volgens jou meer vanuit het gevoel hun beleid bepalen. Het moeten meer gevoelsmanagers worden. Kun je dit verduidelijken?**

'Momenteel is de openheid voor het gevoelsleven in het bedrijfsleven sterk gegroeid. Zakenmensen willen echt iets van hun gevoel weten. Natuurlijk is er vaak innerlijk verzet. Maar zodra de mensen erdoor geraakt worden, houdt de weerstand op. Pas zodra ze het gevoel toelaten, beseffen ze dat wat in hun hoofd zit ook in hun lichaam zit. Dat iedere cel in ons lijf een geheugen heeft en zelfstandig kan "denken" en responderen. Ze zijn zich er dan van bewust dat er geen scheiding van lichaam en geest bestaat. Zakenmensen moeten vaak zeer hard werken, maar ze merken dat ze beter belastbaar worden zodra ze zich transparant opstellen. Door hun openheid voor het gevoel kunnen ze beter met hoge werkdruk leren omgaan en zien ze duidelijker de grens van hun mogelijkheden. Zo maken ze op een andere manier gebruik van hun energie, zodat ze niet op het werk zijn opgebrand en daardoor geen energie meer overhouden voor hun gezin. Er is een wisselwerking tussen het werk en het gezinsleven, die sterk gevoelsmatig wordt beleefd. Een gezond gezinsleven is eveneens een bron van gevoelsenergie, waardoor managers ook op het werk beter kunnen functioneren.'

**Je spreekt ook over de versterking van de verbondenheid en wederkerigheid in het werk als het gevoelsleven meer aandacht krijgt. Kun je dat uitleggen?**

'De versterking van het gevoelsleven komt ook op een andere manier de organisatie ten goede, namelijk in de vorm van een grotere verbondenheid. Door die verbondenheid verandert de organisatiecultuur. Een bedrijf functioneert dan minder star en directief en er ontwikkelt zich steeds meer een vorm van collectief leiderschap. Dit leiderschap is niet gebaseerd op alles willen weten maar op alles durven delen,

## ‘De kernvraag van mijn leven: waarvoor ben ik op aarde?’



niet op wat je allemaal moet doen maar op wat je durft te laten. Binnen die verbondenheid en wederkerigheid ontstaat een collectieve inspiratie en creatie. Het gaat bijna vanzelf stromen. En er ontplooit zich een proces van vernieuwing, waarbij onbenut potentiëel wordt benut met meer duidelijkheid en transparantie. Zo ontstaat uit de individuele bewustwording van onze roeping een collectieve bewustwording en inspiratie. Het wordt duidelijk hoe het bedrijf moet innoveren en moet verder gaan. Onze toekomst ligt zo binnen handbereik. De vraag is enkel of we het avontuur met elkaar aandurven.

Ik ga hierbij uit van wederkerigheid tussen mensen. Het is belangrijk om mensen te helpen uit hun isolement te komen en voor elkaar open te staan. Op die manier kunnen ze niet alleen persoonlijk niveau groeien, maar samen ook als organisatie.’

**Je bent wel idealistisch om te streven naar een dergelijk sterke saamhorigheid. Je noemt het een roeping om deze levenswijshouding uit te dragen.**

‘Inderdaad is dat een hoog ideaal. Ik doe het niet voor mijn persoonlijke belangen, maar vooral als mijn roeping. Dat is de kernvraag van mijn leven: waarvoor ben ik op aarde? Het leven is kort en in een flits voorbij. We kunnen van ons leven enorm genieten, zolang je je bewust bent van je roeping. Dat is een bewustwording van gevoel en verstand, die ons samen kan brengen in een breder verband. De eenzijdige rationalisatie van veel mensen remt dit proces van eenwording af. Ik zie het als zinvol om in mijn leven hieraan te werken, nuttig te zijn voor anderen en iets aan elkaar bij te dragen. Zo kunnen we elkaar gelukkig maken. Een dergelijke bewustwording verspreidt zich als een olievlek. Tegen deze achtergrond overweeg ik bij de aanvraag van bedrijven om na te gaan of de tijd die ik aan bedrijven besteed zinvol is. Zinvol is de wederkerigheid van ver-

nieuwing die werkt als een “kruisbestuiving”. Brengt mijn bijdrage mensen in beweging om op hun beurt ook anderen tot diepere gevoelens te brengen? Werkt die bijdrage aanstekelijk voor anderen? Als dat het geval is, ervaar ik mijn werk als zinvol. Op die manier kan ik vanuit mijn diepste gevoelens werken aan een betere samenleving, omdat mensen beter kunnen samenwerken.’

**Je idealisme en roeping zijn duidelijk. Het gaat om het werken aan een betere maatschappij, ook met je praktijk. Tegelijkertijd komen er vragen op, namelijk over de luxe van je pand en interieur. Zijn die ook functioneel voor je roeping?**

‘Ik ben blij dat je me dat durft te vragen. Ja, inderdaad gaat het om flinke bedragen die mensen hier betalen. Zij kunnen het zich permitteren. Het zijn vaak mensen met grote invloed, die ook in staat zijn de andere rijkdom die ze hier verwerven weer door te geven. Door mijn luxe entourage trek ik klanten uit de hogere inkomensklassen, want die zijn van groot belang voor de verandering van de wereld. Tegelijkertijd sta ik open voor mensen uit de lagere klassen, die het financieel minder hebben. Ook zij kunnen hier terecht als ze hulp nodig hebben. De meeste mensen hebben daarmee geen problemen. Het liefst zou ik werken op basis van wederkerigheid, zonder dat er geld aan te pas hoeft te komen. Maar dat is in deze maatschappij onmogelijk.’

**Je werkt hard aan je idealen en je hebt een gezin. Hoe combineer je beide leefgebieden? Heb je er moeite mee?**

‘Mijn werk beleef ik niet als werk, maar als een manier van leven. Ik leef 24 uur per dag, ben getrouwd en heb drie kinderen. Gelukkig begrijpen mijn vrouw en kinderen waarmee ik bezig ben. Als ik thuis ben, ben ik er ook echt. Deze manier van zijn in het hier en nu gaat altijd door. Sterker nog, het begint al bij kinderen,

of eigenlijk bij de uitnodiging voorafgaand aan de conceptie. Als de uitnodiging voor nieuw leven op basis van affectie en genegenheid plaatsvindt, zal dat haar uitwerking hebben op de vrucht. Dan is de start vanuit liefde. De negen maanden die daarop volgen, zijn de wonderlijkste van ons hele leven. In die negen maanden gebeurt er zoveel. Na een warm en liefdevol verblijf in de buik zal de ontmoeting met het leven een logisch vervolg zijn. Deze kinderen zullen veel minder problemen hebben. Een goede ontmoeting ontstaat al bij een goede uitnodiging op afstand. Op die manier komen mensen beter in de wereld te staan. Ik werk vanuit liefde en wederkerigheid. Het gaat er in het leven niet om wat je moet doen, maar om wat je roeping van je vraagt. Ook gaat het erom dingen te kunnen laten om tot de kern te komen van je leven. Mijn gezinsleven en mijn werk gaan vloeiend in elkaar over en ik ervaar die niet als twee gescheiden gebieden. Rationeel zijn het twee werelden, maar in mijn gevoel vormen ze een eenheid.

Zoals ik al zei, is het van groot belang te leven in het hier en nu en te doen wat je te doen hebt. Ik weet dat er veel boeken geschreven zijn over dat onderwerp, maar veel lezers begrijpen niet waar het over gaat. Iedere persoon is uniek, iedere ontmoeting is uniek en ieder moment is uniek. Een voorbeeld: heel concreet is het interview met jou vandaag. Maar als we dat morgen zouden hebben gehad, zou het heel anders zijn gelopen. Dan zit je anders in je vel of benader je iets vanuit een ander perspectief. Je gevoelsbeleving is voortdurend anders.

Ik ontmoet elke dag mensen. Iedere keer dat ik iemand zie, is het een nieuwe ontmoeting, ook al heb ik die persoon al vaak gezien. Als je openstaat voor je gevoel, sta je ook open voor deze verrassende speling van je leven. Iedere ontmoeting is een nieuwe ontmoeting en iedere gebeurtenis kan een verrassing zijn.'

## 'Iedere persoon is uniek, iedere ontmoeting is uniek en ieder moment is uniek'

**Je ziet alles zo positief, maar je zult in je leven zeker ook pijn en teleurstelling hebben ervaren. Hoe sta je daar tegenover?**

'Niet iedereen werpt zijn schillen af. Uit angst. Bovendien wordt die angst gevoed, vooral door de politiek. Mensen die bang zijn, bijvoorbeeld voor verandering, afwijzing of er niet bij horen, zijn gemakkelijker bestuurbaar dan mensen die leven vanuit vrijheid. Het gaat erom tot de essentie van je leven te komen en je bewust te worden van de zin van je leven. Op dat niveau ontdek je je roeping en diepste verantwoordelijkheid voor de mensen. Dat is ook de ruimte van je innerlijke vrijheid. Ik help mensen die schillen af te werpen. Zelf heb ik altijd de vrijheid gevoeld mezelf te ontdekken en mezelf te zijn. De vrijheid om jezelf te zijn gun ik iedereen. Daarvoor is gevoel voor veiligheid nodig. De belangrijkste ervaring hiervoor is dat je je thuisvoelt.

Dat heb ik al vanaf mijn prilste jeugd ervaren. Bij mijn ouders voelde ik me zeer welkom, dat is een goede start. Ik kreeg daarmee ruimte voor een veilige basis. Ze hebben mij op een vrije school laten opvoeden, een Rudolf Steiner-school, waar ik de cultuur van de antroposofie leerde kennen. Dat is de leer van een geïntegreerde mens, geest-ziel-lichaam (hoofd, hart en handen). De volledige (keuze)vrijheid van mensen hangt hiermee samen. Als er balans is in deze drie-eenheid, is er vrijheid. Ik heb in een artikel hierover geschreven. Zonder lichaam hebben we te maken met een dromer. Zonder geest verlaagt de mens zich tot een robot. Zonder bezieling degradeert de mens tot een instinctmatig dierlijk leven. Dit is wat ik van jongs af aan heb ervaren en doorgegeven. In de benadering via aanraking heb ik vooral nadruk gelegd op de integratie van verstand en gevoel. Daarover zou ik graag meer willen schrijven, ik heb er met Paul de Blot over gesproken. Ik heb er verschillende ideeën over, het is alleen nog niet zo ver gekomen dat ik daadwerkelijk ben begonnen. Als er een boek komt, zal het beeldend zijn. Beelden, foto's, kunnen vaak meer uitdrukken dan tekst. Ik wil het koppelen aan een goed doel en hiermee ook de visie van businessspiritualiteit uitdragen.'

### Wat is antroposofie?

'Antroposofie is een weg naar inzicht die het geestelijke in de mens met het geestelijke in de kosmos wil verbinden. Zij maakt zich in de mens kenbaar als een behoefte van het hart en van het gevoel. Ze moet haar rechtvaardiging vinden in het vermogen deze behoeften te bevredigen. Alleen diegene die in de antroposofie vindt waarnaar hij vanuit zijn gemoed zoeken moet, kan haar waarde erkennen. Daarom kunnen antroposofen alleen mensen zijn die bepaalde vragen over het wezen van de mens en dat van de wereld even existentieel ervaren als wanneer zij honger en dorst ervaren.' (Rudolf Steiner, Kerngedachten, 1924).

### Paul de Blot over Gezond Management

'Gezond Management staat niet voor een therapeutische wijze van handelen, maar voor een bepaalde visie op de hele mens, waarbinnen de mens gezien wordt als een affectief wezen.

Het gaat bij gezond management om een breed gebied, zoals de opvoeding, het gezinsleven, het management en het gehele maatschappelijk welzijn. Binnen deze gezamenlijkheid zoekt het naar de menselijke authenticiteit om te worden wie je bent, en het geeft inzicht in de barricades van menselijkheid in onze moderne samenleving. Vooral geeft gezond management inzicht in onze gevoelsmatige verbondenheid met de ander. Vanuit ons lichaam zijn we aangewezen op de ander. Lichamelijk hunkert de mens van meet af aan naar de ander, naar menselijke nabijheid en tedere contacten. Dit haptisch mensbeeld is gebaseerd op integratie van ons gevoelsleven, tot in ons diepste bestaan in een levenwekkend fysiek contact. ❌

#### Over de auteur

Gisela van Haaren studeerde aan Nyenrode Business Universiteit en is gespecialiseerd in communicatie en verandermanagement.