

OVER HET MENSELIJKE BEWEGINGSONTWERP

A. F. BURIE

I *Inleiding tot de problematiek*

De beweging van de mens is niet iets toevalligs. Men kan haar niet opvatten in de zin van een bal, die ook nog rolt 1, of een wiel, dat ook nog draait. De beweging is n.l. inherent aan het levende. Het leven staat of valt met deze beweging. Voor al het levende is het nu eenmaal zo, dat de beweging „dat voorwerp wezenlijk verandert en wel tot levend organisme doet zijn”. 2 „Juist het leven is ondenkbaar zonder de beweging.” 3 Bezinning op de beweging van een levend wezen, is daarom altijd een bezinning op het levende „zijn”.

Dit „zijn” bij de mens nu, is niet iets statisch. Mens-zijn is een gebeuren. Iets dynamisch. Iets actiefs. „Zijnde-zijn is actief zijn.” 4 De mens komt dan pas tot zichzelf, wanneer er iets plaats vindt, waarin en waardoor hij actief kan worden. Zou er niets plaats vinden, dan kon de mens niet tot zichzelf komen. Hij zou zichzelf niet ervaren. Zijn mogelijkheden zou hij niet tot werkelijkheid kunnen brengen.

Dit alles vindt z'n oorsprong in het feit, dat de mens lichamelijkheid is. Dat hij bestaat op de wijze van een lichaam. Ons lichaam zelf is nu eenmaal reeds een gebeuren, iets actiefs. Het staat n.l. niet zó maar tussen de dingen, maar vormt met de dingen rondom een zingevend verband. Een verband, waarin deze dingen worden geordend, „geplaatst”. Ons lichaam „ordent immers zijn wereld rond zichzelf. In zijn werkzaamheden wordt een soort „bedoeling” openbaar en de werkzaamheden kunnen alleen maar in het licht van deze bedoeling worden begrepen.” 5

En zo wordt vanuit en door ons lichaam de steen hard, de boom groen, het voorwerp groot of klein. Vanuit en door ons lichaam en z'n mogelijkheden, oriënteren wij de ruimte rondom ons, want alleen in betrekking tot ons lichaam bestaat veraf-dichtbij, hoog-laag. Eigenlijk staat ons lichaam dus vragend tussen de dingen en dwingt als 't ware een antwoord af. „Wij zijn een veelvormige vraag en maken de wereld op vele manieren tot antwoord.” 6 Verandert dan ook ons lichaam, dan verandert daarmee ook dit vraag-en-antwoord-spel. Dan wordt de grote zaal uit onze jeugd, een kleiné zaal in onze volwassenheid.

Lichaam en omgeving vormen dus ook een innig verband. De omge-

ving bestaat slechts als omgeving, dankzij en in betrekking tot het lichaam. Maar tegelijkertijd heeft ons lichaam de betrekking met deze omgeving nodig om datgene, waartoe het als levend lichaam in staat is tot ontplooiing te laten komen en tot werkelijkheid te maken. Anders gezegd: om zichzelf te verwerkelijken. Lichaam en omgeving dan ook „vormen tezamen een zinsamenhang, een „Gestalt”. Het lichaam komt tot zichzelf, dank zij de omgeving, en deze is juist omgeving als zin voor het lichaam.”⁷

De mens, die bestaat in de toestand van z'n lichaam, zal dus ook als vrij wezen, als subject, altijd innig met z'n omgeving, z'n wereld, verbonden blijven. „De mens is geïncarneerde-subjectiviteit-in-de-wereld.”⁸ „Er is geen enkele wijze van mens-zijn die men zou kunnen beschrijven zonder daarbij verplicht te zijn de wereld te noemen.”⁹

En het is dus ook zo, dat voor de mens, die in de toestand van z'n lichaam bestaat, zingeving niet zo maar iets kan zijn. Dit lichaam zelf immers is reeds van zingevende aard. Zingeving betekent voor de mens dan ook een kernpunt van zijn bestaan. De mens is voortdurend bezig de situatie, waarin hij zich bevindt, van betekenis te voorzien, te ordenen en te richten. Hierdoor komt hij tot zichzelf en is hij in staat z'n mogelijkheden steeds meer te verwezenlijken. En het is dan ook zo, dat de mens zich voortdurend beweegt vanuit 'n punt, dat reeds is bereikt, naar iets, dat voor hem in z'n situatie besloten ligt. En in dit opnemen van het „reeds” in een „kunnen-zijn”, existeert hij. M.a.w. het wezenlijke van de mens komt neer op het feit, dat hij ontwerp is. „De existentie is: de oppositionele eenheid, de eenheid in tegenstelling van feitelijk-zijn en kunnen-zijn. Als zodanig wordt de mens „ontwerp” genoemd.”¹⁰

Dat de mens ontwerp is betekent dus, dat hij steeds gericht is op iets. Zonder dit iets kan men nu eenmaal geen ontwerp zijn. Dit iets nu is echter niet van causale of procesmatige aard. Wanneer de ene mens de ander omver loopt, kan de val niet berekend worden uit de krachten, die op elkaar stoten. De ontstane valbeweging is n.l. nieuw ten opzichte van deze krachten.¹¹ De leerling, die de bok nadert, botst er niet tegen aan, maar springt er over heen. De vrouw, die logischerwijze onder de auto terecht had moeten komen, weet zich gelukkig nog juist te redden. De menselijke handeling, de menselijke zelfverwerkelijking, schept dus iets nieuws. Iets, waarin de oorspronkelijke krachten en invloeden wel zijn opgenomen, maar dat als geheel toch afwijkt van datgene wat, causaal gesproken, had moeten gebeuren. Inderdaad is de mens dan ook intentioneel tot het stichten van een nieuwe zin. Daar-

voor is hij nu eenmaal ontwerp.

Dit stichten van een nieuwe zin kan vanzelfsprekend alleen tot stand komen, wanneer de mens wordt aangesproken. Wanneer er bij hem in werkelijkheid iets wordt „geroerd”, wordt „aangedaan”. Is er niets, dan kan ook de mens niet tot iets komen.

In dit „worden aangesproken” nu is de mens bepaald, juist omdat hij „lichaam is”. Het lichaam immers is een stoffelijke werkelijkheid in een stoffelijke wereld. En de stof draagt nu eenmaal het beginsel der bepaaldheid in zich. De toestand, waarin de mens bestaat en waartoe hij zich ontwikkeld heeft, is dan ook altijd de toestand van een „bepaald” lichaam in een „bepaalde” wereld. Wanneer de mens zichzelf dan ook bewust is, zal hij zichzelf altijd vinden „als „reeds” verwikkeld in een bepaald lichaam en in een bepaalde wereld.”¹² Hij zal altijd in een toestand verkeren, waarin bepaalde dingen en mogelijkheden wèl, maar ook níet aanwezig zijn. En alleen vanuit deze „situatie”, vanuit datgene wat er in feite is, vanuit z'n facticiteit, kan hij zich verwerkelijken en ontwerp zijn. Zonder in deze facticiteit verwekkeld te zijn, kan er bij de mens van ontwerp-zijn niet worden gesproken. Geen facticiteit, dan ook geen ontwerp-zijn. Het omgekeerde is echter ook waar. Wel facticiteit, dan ook noodzakelijk ontwerp-zijn. De facticiteit immers bestaat voor de mens alleen in betrekking tot een kunnen-zijn. Zij bestaat alleen als mogelijkheid om zich te kunnen verwerkelijken. Er komt „geen facticiteit voor zonder kunnen-zijn.”¹³ Het begrip facticiteit sluit het begrip kunnen-zijn in.

Voor het begrip ontwerp blijken dus twee factoren van wezenlijk belang te zijn. N.l. de facticiteit en de nieuwe zin. Houdt men hierbij in het oog dat het de mens zelf is, die ontwerp is, dan kan een omschrijving van dit ontwerp luiden: de mens als gegeven, waarin de ordening besloten ligt, volgens welke de facticiteit kan worden gericht op een nieuw te stichten zin.

Dit alles houdt natuurlijk niet in, dat de mens aan zijn ontwerp-zijn is overgeleverd. De zin n.l., die in het menselijk ontwerp wordt verwezenlijkt, is van geheel eigen soort en verschilt wezenlijk van de zin, die we bijv. bij de dierlijke existentie aantreffen. Ook bij het dier n.l. zou van zingevende existentie gesproken kunnen worden. Maar rede en vrijheid spelen hierin geen rol. Het dier is inderdaad aan z'n eigen zingevende existentie overgeleverd. Bovendien is de zingeving bij het dier gericht op meer „bepaalde” vormen. Zij rekent als 't ware vooruit op de ontmoeting van bepaalde omstandigheden. Daarom leeft het dier in een betrekkelijk kleine kring. Hier treft het „die” omstan-

digheden aan, die voor „zijn” zingevend bestaan nodig zijn. Verplaatsing naar totaal andere omstandigheden met totaal andere mogelijkheden kunnen daarom ernstige gevolgen hebben. Zelfs de dood. Echter: „De mens is van nature nergens thuis en kan daarom overal thuis zijn, zelfs in gevangenschap.”¹⁴ Zijn zingeving is niet aan iets bepaalds gebonden. In de volle zin van het woord „schept” hij zijn omgeving en kan er zich thuis voelen. Is het dier geworteld in een bepaald gebied, de mens kan zich wortelen in hetgeen hij ontmoet. Is het dier aan bepaalde vormen gebonden, de mens kan naar eigen keuze en inzicht nieuwe zinvolle gehelen scheppen. Hiermee is het „overgeleverd-zijn” doorbroken en bevindt het menselijk ontwerp zich op een geheel eigen niveau.

En op dit geheel eigen niveau nu, speelt de menselijke beweging een rol. Ook aan het leven op dit niveau n.l. is de beweging inherent. Het bewegen van de mens immers is een manier, waarop de mens zijn lichaam is. Het is een wijze van lichamenlijk-zijn.

Lichamenlijk-zijn echter betekent verweekeld zijn in de facticiteit. Beweging als wijze van lichamenlijk-zijn, betekent daarom precies hetzelfde. De bewegende mens is dan ook een mens, die z'n facticiteit be-wegend ordent en richt. Die vanuit z'n onvolkomenheid, vanuit z'n reeds, streeft naar een vorm van kunnen-zijn. Hij is niets meer of minder dan een mens, die het ontwerp dat hij zelf is, beleeft en tot realiteit maakt. Kortom: de bewegende mens is een zichzelf belevende mens. Daarom is het ook onmogelijk dat de mens alleen z'n lichaam beweegt. Hij beweegt zichzelf. Hij „is bewegend”.

Vanuit deze betekenis der beweging kan men begrijpen, dat lichamenlijke oefening geen oefening van het lichaam alleen kan zijn. Dat bewegingsonderwijs als onderwijs in de beweging alléén, onmogelijk is. Richt men zich tot de beweging, dan richt men zich noodzakelijk tot de bewegende „mens”. Tot de mens, die „bewegend is” en die zijn „eigen-zijn-in-de-situatie” intens ervaart. Onderwijst men in de beweging, dan leert men noodzakelijk de mens zich te gedragen. Zelfs wanneer de leider dit uitdrukkelijk niet zou willen, zou dit tóch zo blijven. „Zij, die zich met de bewegende mens bezig houden, zijn dan ook op indringende wijze met de totale mens bezig.”¹⁵ „Indringend”, d.w.z. rechtstreeks, krachtig en diep.

Het bewegingsontwerp kan dus nooit los gedacht worden van het gehele ontwerp, dat de mens is. In feite is het nu eenmaal niets anders dan het menselijke ontwerp, gezien vanuit de gezichtshoek der beweging. En wil men definiëren, dan kan men het dus definiëren als: de

mens als gegeven, waarin de ordening der bewegingen besloten ligt, volgens welke de facticiteit kan worden gericht op een nieuw te stichten zin.

Het is dus vanzelfsprekend, dat de menselijke realisatie in de beweging een Gestalt is. Iedere realisatievorm van het menselijk ontwerp immers is een Gestalt. Daarom zullen het ook nooit zozeer de deelbewegingen zijn, die de mens moeilijkheden kunnen opleveren. Maar veel eerder hun plaatsing in, hun afstemming op datgene, wat de mens als nieuw te stichten zin wil realiseren.

Ook moet men dus het menselijke bewegingsontwerp en de menselijke beweging, niet met wetmatigheid trachten te verklaren. Want ondanks het feit, dat in het bewegingsontwerp ook de wetten en eigenschappen van het eigen lichaam als deel der totale facticiteit moeten worden verwerkt en gericht, heeft dit bewegingsontwerp in wezen niets met wetmatigheid te maken. „Het handelen van de mens is immers geen proces, het is een antwoord op het aangesproken-worden door zijn situatie.”¹⁶ Daarom blijft in het menselijke bewegingsontwerp tegelijk met de invloed van het aansprekende, toch altijd het totaal van al het „menselijk aangesprokene” geordend en gericht. En dit dan door een zingeving, waarin gedachten en vrije beslissing zo goed als altijd een belangrijke rol spelen. In het bewegingsontwerp van de mens en daarmee in z'n beweging, leeft dan ook noodzakelijk z'n onrust en zekerheid, z'n angst en vertrouwen, z'n schuwheid en overgave, z'n snelheid en traagheid, z'n rust en geïrriteerdheid, z'n lenigheid en stijfheid, z'n vlotheid en geremdheid. Maar ook noodzakelijk z'n doorzicht en overzicht, z'n besluitvaardigheid en twijfel. Al deze menselijkheden worden in het bewegingsontwerp, tegelijk met de invloeden van het aansprekende, tot één geheel verwerkt. En overeenkomstig de wijze, waarop dit geheel uitvalt, zal de mens in de beweging bestaan. Het is dus ook noodzakelijk, dat men in de beweging de menselijke persoon herkent. Niet de fysische en fysiologische wetten immers vormen het wezen en de karakteristiek in de beweging van de menselijke persoon, maar het is de zingevende ordening der totale situatie, waardoor het wezenlijke en de karakteristiek wordt bepaald.

Het vaststellen van een algemene waarde die in de ontwikkeling van het menselijk bewegingsontwerp gelegen is, zal na deze beschouwing geen grote moeilijkheden meer opleveren.

Een mens immers, die als bewegingsontwerp onvoldoende in de situatie beweegt, is nu geen mens meer, die „alleen maar” slecht beweegt. Hij

is een mens, wiens antwoord op het aangesproken-worden onvoldoende is. Wiens facticiteit niet is, zoals het moet. Wiens ordening onvolwaardig is. Hij is een mens, die tengevolge van deze tekorten, onvoldoende en onvolgroeid existeert en daarmee onvoldoende en onvolgroeid „is”.

Verbetering van het menselijke bewegingsontwerp en daarmee van de beweging, wil dan ook niets anders zeggen dan dat de facticiteit van de mens als ontwerp wordt uitgebreid. Dat de ordening van al het aangesprokene en aansprekende, meer in overeenstemming wordt gebracht met de zin, die de mens wil stichten. Het wil dus zeggen dat de mens, beter dan voorheen, aan zichzelf als zingevend subject kan beantwoorden. Dat zijn wijze van existen en vooruit gaat. Dat hij „meer mens” wordt. Onthoudt men dan ook aan de mens deze vormende invloed, dan ontnemt men hem daarmee tegelijkertijd een stuk van z'n menszijn. En dit nu kan nooit de bedoeling zijn van welke opvoeding dan ook.

Na het aangeven van deze algemene waarde, is het toch van belang dieper op de kwestie in te gaan.

Zoals men wel begrepen zal hebben, betekent het begrip facticiteit voor de mens een zeker vastliggen. Echter geen vastliggen in volkomen statische zin. Binnen de mogelijkheden van het ik-lichaam is de facticiteit n.l. voor uitbreiding vatbaar. Wanneer de mens zijn situatie van betekenis heeft voorzien en zich dienovereenkomstig heeft gerealiseerd, dan is deze realisatie niet zo maar voorbij en voor het subject verloren. Er is iets geschapen, waarop het terug kan grijpen. De gevoeligheid en aanspreekbaarheid als zingevend en ordenend ontwerp is vergroot en uitgebreid. „Wanneer het subject dat de mens is door zijn handeling een nieuwe zin vestigt, dan blijft deze als facticiteit van zijn existentie achter.”¹⁷ En wanneer het subject dan ook weer in een overeenkomstige situatie geraakt, zal deze achtergebleven zin, met haar gehele ordening, als aangesproken weer naar voren kunnen treden. Wat niet wil zeggen, dat de mens dan altijd in dezelfde ordening zal vervallen. Dit is mogelijk, maar niet noodzakelijk, omdat bij de redelijke en vrije mens, de opnieuw aangesproken zin juist de oorzaak kan worden van een andere, betere of meer ingewikkelde ordening. Die dan op haar beurt weer als iets aanspreekbaars, als facticiteit, achterblijft. Zo wordt de zich gedragende en handelende mens dus een subject, dat zijn facticiteit en daarmee z'n mogelijkheid tot existentie, voortdurend herschept en vergroot. De mens is dan ook „een steeds herschapen openheid.”¹⁸

De jonge zakenman, die zo vlot z'n eerste transactie afsloot, kan thuis

tot het beseft komen, dat het eigenlijk nog lang niet is, zoals het moet zijn. De gehele zin en ordening echter blijft als facticiteit bij hem achter. Daarom zal hij een volgende keer de situatie met grotere openheid tegemoet treden. De onderschatting is weg. Hij houdt rekening met het feit, dat de mogelijkheden uitgebreider en meer ingewikkeld zijn, dan men vermoedt. M.a.w. datgene, wat nu bij hem wordt aangesproken en dus tot z'n facticiteit moet worden gerekend, bezit een grotere uitgebreidheid dan de eerste keer. En dit wordt er dan de oorzaak van, dat de tweede ordening niet meer zo simpel en naïef is. Dat er meer resultaat uit komt. En ook deze betere ordening zal dan weer als facticiteit achterblijven en kunnen gaan dienen als uitgangspunt voor betere transacties.

Op deze wijze komt de mens dus vanuit situaties, waarin de eerste en meer primitieve ordeningen worden ontworpen, tot een steeds meer ontwikkeld en uitgebreid ontwerp-zijn. Maar hoe ver een dergelijke ordening zich op den duur ook mag ontwikkelen, zij blijft steeds gedragen door de eerste en meer primitieve gehelen, waaruit zij is ontstaan en waaruit zij zich heeft ontwikkeld. De invloed van deze eerste primitieve gehelen en de situaties, waaruit zij zijn ontstaan, reikt bij de mens dan ook verder dan men in eerste instantie zou verwachten. Deze ordeningen kunnen nu eenmaal de grondslag vormen voor een gehele reeks van volgende verwerklijkingen, die door ontwikkeling zo goed als niet meer vergelijkbaar zijn met de oorspronkelijken en meer primitieven.

Zo nu is het ook met het menselijk bewegingsontwerp. Het menselijk bewegingsontwerp blijft nu eenmaal een facet van het menselijk ontwerp. Daarom zullen óók de realisatievormen van dit bewegingsontwerp uiteindelijk moeten zijn gegroeid uit meer primitieve gehelen, die in de meer ontwikkelde realisatievormen maar moeilijk zijn te herkennen.

Wanneer Buytendijk dan ook een vergelijking maakt tussen het beeld van het gevangen dier en de mens, dan zegt hij: „De vitale uitingen van de mens zijn met het dier ten nauwste verwant. Het leven is in zijn oerdynamiek overal in zijn grondvormen gelijk.”¹⁹ En al mag dan het menselijk bewegingsontwerp niet zo maar met het dierlijke worden vergeleken, dit neemt niet weg, dat op het allerdiepste punt, beide ontwerpen terugvallen op dezelfde grondvormen. Het scheppen van werkelijk nieuwe grondvormen is nu eenmaal óók voor de mens niet weggelegd. Datgene wat hij scheidt, zijn nieuwe uitwerkingen en nieuwe ontwikkelingen van deze grondvormen. Ook het menselijk bewegingsont-

werp zal het moeten doen met duwen, grijpen, slaan, trekken, springen, voortbewegen, evenwichtbewaren, etc. Al is het dan in een menselijk ontwikkelde vorm. Deze oerdynamiek behoort nu eenmaal tot de ondergrond der facticiteit, die het subject op een menselijke manier moet ordenen, omdat het moet worden gericht op het stichten van een menselijke zin. Diep in de facticiteit van het menselijk bewegingsontwerp moeten dus de grondstructuren der beweging solide verscholen liggen, om te kunnen dienen als basisstructuren voor realisaties, die in wezen toch echt menselijk zijn. Is dit niet het geval, dan ontbreekt daarmee de werkelijke basis, van waaruit de mens zich als bewegingsontwerp kan „ont-vouwen” en „ont-plooien”. Zijn bewegingsrealisaties blijven dan noodzakelijk beperkt tot realisatievormen-zonder-fundament. Zijn ontwikkeling zal niet bestaan in een geleidelijke „groei” van het meer primitieve naar het rijpere, maar het zal resulteren in het leren van een of andere vorm afzonderlijk. Dat een dergelijk subject zich in zijn bewegingsleven noodzakelijk „niet-ontplooid” en „niet-volwaardig” moet gevoelen, lijkt ons duidelijk. Maar daarmee moet dan weer het gehele subject zich niet-ontplooid en niet-volwaardig gevoelen. Want niet het bewegingsontwerp als zelfstandige grootheid immers realiseert zich, maar het is het menselijk ontwerp, dat zich bewegend realiseert. Heel veel stuntelige, niet adequate bewegingen, zullen waarschijnlijk tot deze „grond”-oorzaak zijn terug te brengen. En elke opvoeder, die deze grondoorzaak wegneemt, voedt daarmee in wezen de gehele mens op.

Grondstructuren kunnen dus eigenlijk nooit in voldoende en solide mate in de menselijke facticiteit aanwezig zijn. Zij vormen daar nu eenmaal de basis, van waaruit het gehele leven van de mens als bewegingsontwerp, moet worden opgebouwd en ontwikkeld.

Nu is het natuurlijk zo, dat ook deze grondstructuren niet vanzelf in de menselijke facticiteit leven. Zij zullen alleen dan ontstaan, wanneer de mens in situaties verkeert, die tot deze grondstructuren aanleiding geven. Is dit niet of nauwelijks het geval, dan zullen zij niet of nauwelijks aanwezig zijn. Daarom nu heeft het klauteren op het wandrek, het diepspringen van de kast, het rollen, zwaaien, duikelen, zwemmen, lopen, slingeren, etc. in een verantwoord gegeven bewegingsopvoeding echt wel zin. Hierdoor wordt aan het menselijk bewegingsontwerp een basis gegeven, van waaruit het zich bewegend naar alle kanten kan realiseren en ontwikkelen. Alleen zal het verschaffen van deze basis op zeer gevarieerde en degelijke wijze moeten geschieden. Is dit het geval dan kunnen bewegingen, die voor deze basis in aanmerking komen, nooit genoeg worden beoefend.

Toch mag het beoefenen van deze grondvormen niet het enige zijn, waarmee de bewegingsopvoeding zich bezig houdt. Deze opvoeding moet n.l. ook die situaties verschaffen, waarin de mens als bewegingsontwerp wordt gedwongen, de grondstructuren in meer ontwikkelde vorm naar voren te brengen. Tendele kan dit reeds geschieden door de situaties, waarin de grondstructuren werden ontworpen, zodanig te veranderen, dat het menselijk bewegingsontwerp wel tot meer ontwikkelde ordeningen komen móet. Een uitstekend middel echter, waardoor deze ontwikkeling ook tot stand kan worden gebracht, is het spel. Het spel n.l. bezit de eigenschap, dat het zeer variabel te maken is. Daardoor is het mogelijk, dat het in alle graden van ontwikkeling aan het subject kan worden aangeboden. Als middel tot geleidelijke ontwikkeling der grondvormen in het menselijk bewegingsontwerp, is het dan ook onontbeerlijk. Alleen, ook hier moet niet overdreven worden. Want voor een mens, dat als bewegingsontwerp op het gebied der grondstructuren werkelijke tekorten vertoont, betekent spel „alleen” een ontwikkeling van iets, dat niet aanwezig is. En ook wanneer men van de 4de tot de 6de klas lagere school het spel alleen uit trefbal laat bestaan, heeft het als middel tot het ontwikkelen van het bewegingsontwerp, weinig om 't lijf.

Een ander gezichtspunt, van waaruit men het belang en de mogelijkheid van een goede ontwikkeling van het menselijk bewegingsontwerp ook kan benaderen, is het gezichtspunt der menselijke persoon. Een zeker zo belangrijk aspect. Het meest kenmerkende voor het menselijke ontwerp immers wordt gevormd door het feit, dat het een persoonlijk ontwerp is.

Het wezenlijke van de persoon nu, bestaat in de beleving van zijn vrijheid. Vrijheid is echter een existentieel gegeven. Zij bestaat in de keuze, in 't beslissen voor of tegen de verwerkelijking van andere mogelijkheden. Samenhangend met de doorbraak van gedachten in de menselijke existentie, brengt deze vrijheid de mens in een instrumentele verhouding met z'n eigen lichamelijke bestaanswijze. Een toestand, waarin hij zijn verwerkelijskend zelf gemotiveerd kan richten. Over zichzelf gemotiveerd kan beschikken. Waarin hij door inzicht, keuze en beslissen komt tot een persoonlijke relatie. Ook het begrip persoon is dus een existentieel gegeven. De persoon bestaat in de „eigen” beslissingen naar „eigen” inzicht in de „eigen” situatie. „Er existiert als je seine eigene Möglichkeit, für oder gegen die er sich entscheiden kann.” 20

De persoonlijke en eigen existentie voert dus in feite tot iets oorspron-

kelijks. „Jede einzelne Person ist ein absolutes Novum.”²¹ En juist omdat de mens als persoon de mogelijkheid tot het oorspronkelijke en het nieuwe in zich draagt, kan hij in werkelijkheid „overal thuis” zijn, en is er van een zingeving in van-te-voren-vastgestelde-vormen zo goed als geen sprake.

Vanzelfsprekend is dit dus ook het niveau, waarop het menselijk ontwerp zich bewegend realiseert. In het menselijk bewegingsontwerp is dan ook weinig ruimte voor realisatievormen, waarvan de afloop reeds in hoofdzaak is bepaald. M.a.w. bewegingen, die „erblich festgelegt sind und nach Vererbungsgesetzen weiter gegeben werden”²² zijn bij het menselijk bewegingsontwerp in de minderheid. De realisatie van het menselijk bewegingsontwerp op bewust niveau is dan ook niet zo zeer een individuele variatie van een min of meer vaststaand ordeningsgeheel. Het is een oorspronkelijk geheel, dat in werkelijkheid „hier en nu” naar eigen beslissen ontstaat. „Het handelen van de mens, in de volle zin van dit woord, is het stichten van een nieuwe zin.”²³ Ook Gordijn wijst op dit karakter: „Het samenvoegen van eigen mogelijkheden en de weerstanden van buiten tot één geslaagde beweging ontstaat improviserend.”²⁴

In wezen is het menselijk bewegingsontwerp dus vrij en onbepaald. Deze vrijheid moet echter weer goed worden verstaan. De mens is en blijft lichamenlijkheid. Zijn beslissingen zullen daarom altijd gebonden blijven aan zijn situatie. Oorspronkelijkheid en improvisatie zullen in het menselijk bewegingsontwerp dan ook altijd maar tot ontplooiing kunnen komen, binnen de ruimte die z'n facticiteit daarvoor biedt. Hoe groter en uitgebreider deze ruimte, hoe groter en uitgebreider de mogelijkheid tot oorspronkelijkheid en improvisatie. D.w.z. dat de factoren, die voor de uitgebreidheid van deze facticiteit bepalend zijn, van werkelijk belang zijn voor het oorspronkelijke en dus persoonlijke karakter in de menselijke zelfbeweging.

Een van deze factoren nu is de mogelijkheid tot motoriek. In aanleg immers worden de grenzen van het vermogen tot zelfbewegen hierdoor aangegeven.

„Jedes Lebewesen nun hat ein seiner Entwicklungsstufe angepaszte Motorik, die ihm gestattet, seiner Milieuforderungen zu entsprechen. Die Differentziertheit der Motorik steigt mit der phylogenetischen Entwicklungsreihe.”²⁵ Motoriek is dus „wezenlijk” gebonden aan de ontwikkelingsstrap, waarop het levende wezen zich bevindt. En wanneer dan ook het ontwerp-zijn van de mens zich voltrekt op een hoogte, waar vrijheid heerst en oorspronkelijkheid is doorgebroken, dan moet

men aannemen, dat uitzonderingen daargelaten, de motorische mogelijkheden als medebepalende factor in de menselijke facticiteit, voldoende zijn om deze oorspronkelijkheid en vrijheid tot z'n recht te doen komen.

Dit wil echter weer niet zeggen, dat dit dan ook altijd in voldoende mate tot z'n recht kómt. Dit zal n.l. afhangen van het feit, in hoeverre de mens zich, aan de hand van deze motorische mogelijkheden, als bewegingsontwerp heeft ontwikkeld. Is deze ontwikkeling groot en uitgebreid, m.a.w. zijn er vele goede en gevarieerde bewegingsstructuren als facticiteit achtergebleven, dan zal deze facticiteit van de mens als bewegingsontwerp, voldoende garantie bieden om zijn vrijheid, oorspronkelijkheid en improvisatie tot z'n recht te laten komen. Het veld, waarbinnen de menselijke beslissing moet vallen, is daar immers groot genoeg voor. Is dit echter niet het geval, dan zal de mens als subject, als vrij, beslissend en oorspronkelijk ontwerp dus, zich vanuit een begrensde en beperkte basis moeten bewegen. Dit ondanks al z'n motorische mogelijkheden.

Objectief gezien gaat het er bij het menselijk bewegingsontwerp dus niet om, wat er met z'n motoriek allemaal wel mogelijk is. Het gaat er vooral om, welke bewegingsstructuren het aan de hand van z'n motorische mogelijkheden reeds heeft ontwikkeld, zodat deze werkelijk als facticiteit, aanspreekbaar aanwezig zijn. Was dit niet zo, dan zou elke kleuter, die zich in de beweging gaat verwerklijken, reeds over een perfecte zelfbeweging beschikken.

De oorspronkelijke improvisaties van de mens als bewegingsontwerp, zijn dus geen improvisaties zonder fundament. Zij berusten in hoofdzaak op de aanspreekbare bewegingsstructuren, zoals deze zich kwantitatief en kwalitatief in de menselijke facticiteit hebben ontwikkeld. En naarmate deze kwantiteit en kwaliteit is toegenomen, naar die mate zal de mens z'n vrijheid en oorspronkelijkheid in de beweging ruimer kunnen beleven. Wat dus zeggen wil, dat z'n persoonlijke existentie in de beweging zich verruimd heeft en gegroeid is. Daarom vormt het aanbrenge van kwalitatief en kwantitatief goed verzorgde bewegingsstructuren een onderdeel van wezenlijk belang in de totale persoonlijkheidsvorming.

Nu is het duidelijk, dat een aanbrenge van bewegingsstructuren „in het wilde weg”, voor de opvoeder nooit een wijze van werken kan betekenen, waardoor de menselijke facticiteit op effectvolle en efficiënte manier wordt vergroot en uitgebreid. Hiervoor is bezinning nodig op datgene, wat voor deze vergroting en uitbreiding het meest waardevol

is. En voor dit waardevolle moeten we dan weer verwijzen naar het feit, dat ook het gehele bewegingsleven van de mens vanuit de verschillende grondvormen wordt opgebouwd en ontwikkeld. Hoe verfijnd improviserend de mens zich uiteindelijk als bewegingsontwerp ook mag realiseren, zijn bewegingen blijven samenhangen met de kwaliteit en kwantiteit der in de facticiteit aanwezige grondstructuren. Ontbreken er dan ook grondstructuren, of zijn ze gebrekkig aangebracht, dan moet daarmee tegelijk de gehele ontwikkeling, die op deze grondstructuren zou moeten steunen, wegvallen of gebrekkig zijn. De grenzen, waarbinnen de mens als bewegingsontwerp in vrijheid kan beslissen en improviseren, worden in dat geval wel in zéér sterke mate beperkt. De facticiteit als neerslag der menselijke beweging, schiet dan n.l. op „wezenlijke” punten te kort. En de vrijheid, die de mens ook als bewegingsontwerp bezit, wordt dan met recht een té sterk gebonden vrijheid. Het wordt een vrijheid zonder werkelijke armslag. Een gekooide vrijheid. Dat een dergelijk mens zich als persoon in z'n bewegingsrealisaties „geremd” en „onvrij” moet gevoelen, ligt voor de hand. En hij zal zich des te meer geremd en onvrij gevoelen, naarmate er meer grondstructuren ontbreken of in gebrekkige vorm aanwezig zijn.

Natuurlijk is dit aanbrengen der grondstructuren weer niet het enige, waar de opvoeder voor moet zorgen. Juist als in de andere facetten der opvoeding kan ook de bewegingsopvoeder de opgroeiende mens nooit ver genoeg ontwikkelen. Daarom zal hij op deze „brede basis van grondstructuren” weer een arsenaal van meer en sterk ontwikkelde structuren moeten bouwen. Dit kan hij dan weer bereiken met goed en alzijdig gekozen bewegingsopdrachten. Dit kan hij tevens en vooral weer bereiken met spel en sport. Aangepaste en alzijdig gekozen vormen van spel en sport, bieden het subject n.l. volop de gelegenheid om op verantwoorde wijze persoonlijk te improviseren en te experimenteren en aldus de aanwezige bewegingsstructuren op persoonlijke wijze verder te ontplooiën.

Wil men de ontwikkeling van het menselijk bewegingsontwerp dus goed organiseren, dan zal zij over een breed vlak georganiseerd moeten worden en ook de vormen als zwemmen, spel en sport moeten omvatten, daar deze, zoals reeds werd opgemerkt, een noodzakelijke en niet te verwaarlozen waarde vertegenwoordigen. Het laatst genoemde mid-nastreeft, ligt anders dan datgene, wat de sport n.l. „De sport kent het bewegen eveneens als werkmiddel; haar doelstel-

ling ligt echter anders: niet het menselijk „zijn” maar de menselijke prestatie is haar primaire doel.”²⁶

Prestatie is echter een begrip, dat ook in de doelstellingen der gehele bewegingsopvoeding kan worden gevonden. Zij het dan niet als primair doel. Dit is begrijpelijk. Deze prestatie immers is de vrucht van de mens, die zijn situatie bewegend ordent. Hoe beter de prestatie, hoe beter ook deze ordening. Denkt men deze lijn door, dan is het gunstig dat de bewegingsopvoeding in de sport een gebied kan bezitten, waar een sterke prestatie wordt nagestreefd. Tenminste: wanneer in dit gebied dan verder geen begrippen overheersen, die met de bewegingsopvoeding als zodanig, in tegenspraak zijn. Dit nu is bij een uitgesproken vraag naar prestatie niet denkbeeldig. Immers:

Wil men inderdaad de „werkelijke” waarde van een geleverde prestatie achterhalen, dan moet men deze altijd zien in relatie tot de persoon, tot de „eigen” situatie die geordend werd. Een kunstwerk bijv. kan men dan pas volkomen naar waarde schatten, als men ook in kennis is gekomen met de weerbaarheid van het materiaal en het wel en wee van de man, die zich in de ordening trachtte uit te drukken. De werkelijke omvang van een geleverde prestatie is daarom altijd relatief. Nu bezitten de meeste producten van de menselijke prestatie echter ook nog een andere, constante waarde. Een met grote moeite tot stand gekomen brug, bezit ook een blijvende waarde als schakel voor een betere ontmoeting tussen de mensen.

Deze rechtstreekse en absolute waarde echter, is niet te vinden in de 10,1 sec. der 100m-loop. Ook niet in de 3-0 eindstand van een hockeywedstrijd. En daarmee blijven dan de prestaties van de sport altijd van relatieve waarde.

Nu brengt echter een uitgesproken streven naar sportieve prestaties het gevaar met zich mee, de relatieve waarde in een of andere vorm absoluut te maken. Maar verabsolutering op dit gebied blijft toch altijd 'n toekennen van een waarde, die in werkelijkheid niet bestaat. En geen enkele open en eerlijke opvoeding kan hier genoeg mee nemen.

Met deze verabsolutering in de sport moet men echter ook weer voorzichtig zijn. Enkele uitzonderingen daargelaten, dachten we dat in het grote leger van opgroeiende sporters, de zich-verantwoordelijk-voelende-leiders andere maatstaven aanlegden. Dit ondanks het feit, dat het streven naar prestatie het uitgangspunt blijft. Dit is ook mogelijk, wanneer men de waarde der prestatie maar niet „overtrekt”. En dit streven naar uitgesproken maar niet overtrokken prestatie, kan dan een ordening

op hoog niveau in het bewegingsontwerp te voorschijn roepen. Dit is een waarde in de sport, die niet voorbij mag worden gezien. Vooral niet, wanneer men de eenzijdigheid, die bepaalde specialisaties met zich mee kunnen brengen, door een juiste leiding tracht op te heffen. En dit is geen zuiver theoretische veronderstelling. Steeds meer toch komt men tot de overtuiging, dat een speciale sportieve prestatie het beste verloopt, wanneer zij stoelt op een brede ontwikkeling. Iets, dat overeenkomst vertoont met de eisen, die een juiste ontwikkeling van het menselijk bewegingsontwerp stelt.

II. *Over het ontwikkelen en verbeteren van het menselijk bewegingsontwerp als totaal*

a. Gezien vanuit het bewegingsontwerp als totaal
Zoals we hebben aangetoond, kan 'n doelbewuste ontwikkeling van het menselijk bewegingsontwerp wezenlijk bijdragen tot een volwaardig menselijke en persoonlijke existentie. Wil deze doelbewuste ontwikkeling echter werkelijk tot z'n recht komen, dan is het van noodzakelijk belang dat het wezen en de eigengeaardheid van het bewegingsontwerp zelf, tot richtsnoer genomen wordt.

Een van de eerste diepingrijpende eigenschappen van het menselijk bewegingsontwerp is de doelgerichtheid, de intentionaliteit, de gerichtheid op de nieuwe zin. Mist men in de menselijke zelfbeweging deze gerichtheid, dit zinvolle, dan mist men daarmee, zoals we hebben gezien, noodzakelijk het organiserende, het bindende, het bepalende. Niet de ordening in het menselijk bewegingsontwerp is nu eenmaal primair, maar de nieuw te stichten zin. Bezinning op het zinvolle in de beweging is voor de bewegingsopvoeder daarom geen interessante bijkomstigheid, maar een noodzakelijkheid.

Volgens Burkhard²⁷ betekent zinvol, dat iets opgenomen is in een structuur, welke op te vatten is als een hogere eenheid. Zinvolle bewegingen passen dus ergens in en vinden daar een plaats.

De hogere eenheid nu, waar de menselijke beweging altijd in zal moeten passen, is de zelfverwerkelijking. Daar ligt haar uiteindelijk doel en haar uiteindelijke betekenis. Is de mens dan ook als ontwerp ergens werkelijk op betrokken en gaat hij, vanwege deze betrokkenheid, zichzelf bewegend verwerklijken, dan is de meest noodzakelijke grondslag gelegd, van waaruit een juiste ordening in het bewegingsontwerp kan worden bereikt. „Betrokkenheid” is voor een goed en juist bewe-

gingsontwerp een begrip van doorslaggevende betekenis. „Het gaat om de ik-betrokkenheid”²⁸, zegt Gordijn dan ook, wanneer hij het zinvolle kernachtig formuleert. „Beleefde” lessen, „beleefde” situaties en daarmee „beleefde” bewegingen, zijn daarom voor goede en juiste orderende bewegingen een noodzakelijke voorwaarde. En het is dan ook een konstaterbaar feit dat, wanneer aan deze beleving aandacht wordt geschonken en de leerlingen geheel in de bewust geschapen situaties opgaan, de bewegingen reeds vanzelf mooier verlopen en sterk aan expressiviteit winnen. Beleving, betrokkenheid, zinvolheid zijn daarom begrippen, die zelfs van didactisch belang blijken te zijn.

Nu is deze betrokkenheid inderdaad een „ik”-betrokkenheid en dus van geheel persoonlijke aard. Omdat echter 't wezenlijke van de menselijke persoon bestaat in de keuze en de beslissing, zal deze beslissing in de menselijke betrokkenheid en zingeving uiteindelijk altijd een belangrijke rol spelen. Daarmee neemt dan de beslissing in de gehele ordenende en richtinggevende werkzaamheid der zingeving, een plaats in van betekenis. De wil is „niet een het leven storende kracht maar een organiserende kracht”²⁹. Daarom zal elke opvoeder, die een juiste ordening in het bewegingsontwerp tot stand wil brengen, voortdurend bezorgd moeten zijn voor 'n zo krachtig mogelijke goede beslissing, zodat de ordenende en organiserende kracht van deze beslissing zo groot mogelijk is. Menselijke beslissingen zijn nu eenmaal niet altijd even krachtig. Zij kunnen bijv. een verwerkelijking zijn van een geestesgesteldheid, die men zou moeten formuleren door: ik zou het „wel graag kunnen”. Zij kunnen echter ook een „willen-kunnen” tot basis hebben³⁰. Dit laatste nu is een basis, die een zingeving met volwaardig ordenende kracht te voorschijn kan brengen. En het effect van een dergelijk willen moet niet worden onderschat. „Het is de organisatie der natuurkrachten in de gestalte van het zich bewegende door een de richting bepalende kracht.”³¹

Naast het voor de hand liggende middel nu, om de kracht van de beslissing op te voeren d.m.v. het verstandelijke element, zijn er ook nog andere factoren te noemen, waardoor de mogelijkheid tot een krachtige beslissing wordt vergroot.

In de eerste plaats is er de sfeer. Deze sfeer immers kan de positieve instelling van de mens ten opzichte van het gevraagde en daarmee de kracht van de beslissing, stimuleren of verzwakken. Wanneer n.l. het subject zijn eigen realisatie in de ontmoeting met anderen als begrepen en geaccepteerd ervaart, betekent dit een werkelijke versterking van z'n positieve instelling. Werkelijke negatieve kritiek echter kan in dit

opzicht verlamdend werken. Zij kan het vrije ontwerp, dat we mens noemen, brengen tot een isolement, van waaruit een positieve houding met een krachtige eigen beslissing, niet meer te verwachten is. En wanneer dit vrije ontwerp zich dan niet daadwerkelijk isoleren kan, dan is het gevaar niet denkbeeldig dat het zich passief gaat gedragen en zich door anderen laat overheersen. Dat het in 't spel bijv. zal gaan doen wat de grootste bluffer zegt. Dit gebrek aan beslissingskracht zal zich dan duidelijk in de ordening der beweging manifesteren. Waarbij dan niet vergeten mag worden, dat ook dit negatieve geheel bij het subject helaas noodzakelijk als facticiteit zal achterblijven. Is deze kringloop van negatieve sfeer en slecht geordende bewegingsontwerpen, dan ook alleen te doorbreken door de grootste bluffers rigoureuus het zwijgen op te leggen, dan is dit alleszins verantwoord. De voordelen n.l. zijn groter dan de nadelen.

Het tweede punt, dat wij in verband met een krachtige beslissing zouden willen aanroeren, bestaat uit het volgende. Iedere eigen beslissing wordt genomen aan de hand van „eigen” inzicht in „eigen” situatie. Elke beslissing blijft dus afhankelijk van „eigen” factoren. Bij meerdere subjecten in ogenschijnlijk dezelfde situatie, zullen de beslissingen daarom nooit identiek uitvallen. Identieke ordeningen en daarmee geheel identieke bewegingen, moet men dan ook niet verwachten. Eist men deze toch, dan moet men zich niet verwonderen, wanneer de zekerheid en de ordenende kracht der beslissing afneemt. Volwaardige beslissingen kan men nu eenmaal niet verkrijgen door een te sterke binding aan een vooraf bepaalde vorm. „Im Raum und Zeit hineingeboren braucht der Mensch die Freiheit zum Handeln, damit er das ihm Gemäße leisten kann.”³² Alleen wanneer het subject zelf een sterke binding aan een standaardvorm wil, kan een dergelijke ordening tot het eigene van het subject gaan behoren. In alle overige gevallen is er ruimte nodig, waardoor de beslissing kan uitvallen overeenkomstig eigen beleving. Daardoor zal ze aan kracht kunnen winnen. Iets, wat de structurering in het bewegingsontwerp noodzakelijk gunstig moet beïnvloeden. Wat natuurlijk niet inhoudt, dat men werkelijke fouten moet accepteren.

In de derde plaats zouden we iets willen zeggen over het jonge kind. Een werkelijk zelfstandig beslissen n.l., mag men niet in alle leeftijdsfasen verwachten. „Men zou de situatie van het kind bij de geboorte kunnen typeren met deel-hebben zonder meer. Door opvoeding zal de kleine mens geleidelijk tot deel-nemen komen.”³³ Deel-hebben zonder meer impliceert geen echte wilsakt. Deel-nemen wel. En zoals ge-

zegt, de overgang is geleidelijk. Het is een verschuiven van accent. Hierin nu moet men niet geforceerd ingrijpen. In een periode, waarin de organisatie en de ontwikkeling, ook als bewegingsontwerp, nog hoofdzakelijk wordt verkregen door zich te vereenzelvigen met de ander, kan men door forcering dit kind de mogelijkheid tot deze vereenzelving ontnemen. Gebrek aan zekerheid en doeltreffendheid in de ordening van het bewegingsontwerp moet hiervan noodzakelijk een gevolg zijn. Men moet dit ook niet vergelijken met het oudere kind, dat maar doet wat de grootste bluffer zegt. Dit laatste is n.l. een kwestie van achterblijven. Het eerste een kwestie van natuurlijke groei.

De volgende eigenschap, die we bij de ontwikkeling van het menselijk bewegingsontwerp in het oog moeten houden, wordt gevormd door 't feit, dat de ordening zowel bewuste als niet-bewuste elementen omspant.

Op bewust niveau n.l., wordt de ordening der facticiteit altijd een persoonlijke ordening. Een ordening dus, waarin de mens beslissend optreedt. Let wel: „waarin” hij beslissend optreedt. Immers: „Mijn bewust en vrij leven begint nooit bij een nulpunt; . . .”³⁴ We vertrekken immers altijd vanuit de zin, die we aantreffen en die z'n oorsprong vindt in een existentie, die anoniem is, nog de vorm heeft van het „men”³⁵. „We kunnen vanuit bewustzijn en vrijheid plannen maken, maar bij nader toezien blijkt dat wij in deze plannen de zin opnemen en veronderstellen, die tot stand kwam op het niveau van de voorbewuste existentie.”³⁶ Dit komt omdat de mens lichaam is. Dit lichaam zelf immers is van zingevende aard; ook daar, waar nog niet gesproken kan worden van bewustzijn en vrijheid. „We zijn reeds zingevende existentie op een niveau waar wij ons nog niet bewust zijn van onszelf en waar wij niet vrij zijn.”³⁷ Daarom kunnen wij er ook niets aan doen, dat de kers rood is, het voorwerp groot. Dat we tegenover de vrouw anders staan dan tegenover de man. Dat we ons getrokken voelen tot een wandeling. Pas wanneer de zin vanuit deze anonieme existentie het bewuste leven bereikt, kan de mens zich hiermee in vrijheid vereenzelvigen, zich ervan afwenden of haar opnemen in een groter geheel. Daarmee wordt dan de gehele ordening, die aan deze zin beantwoordt, aanvaard, afgewezen of opnieuw geplaatst. Wat echter niet wil zeggen, dat daarmee alle oorzaken, invloeden en elementen van deze ordening tot in details bewust zullen zijn. Er zullen altijd wel invloeden en elementen in deze ordening aanwezig zijn, die voor het subject verborgen blijven of waarvan de werkelijke kracht maar ten dele tot het bewuste leven doordringt. M.a.w. in de ordening, die op bewust niveau

tot stand komt, worden de grenzen van bewust en niet bewust overschreden. De man, die een hevige botsing van twee voertuigen van nabij ziet gebeuren, kan buiten zichzelf van schrik wegreunen. Wanneer dit echter tot hem doordringt, kan hij bewust terugkeren om te zien, wat hij nog kan doen. Maar het trillen van z'n knieën en handen, z'n bleke kleur, z'n versnelde ademhaling bewijst dat in de nieuwe ordening elementen werken, die hij met z'n bewuste beslissing niet kan beïnvloeden.

Wat hier dan ook nog duidelijk naar voren komt is het feit, dat alle ondergeordende deelgehelen zich niet „altijd” positief ten opzichte van het totale geheel verhouden. Het trillen van de handen en knieën etc., zijn n.l. beslist geen symptomen, die van een positieve gerichtheid getuigen. Zij zijn juist tegengesteld gericht en vinden hun oorsprong in de oorspronkelijk negatieve vluchtende houding. In de nieuwe structuur worden zij echter in evenwicht gehouden, door de positieve elementen. Dat in de totale structuur van een ontwerp dus negatieve elementen kunnen werken, vindt z'n oorzaak in het feit, dat de mens aan de zin, die zich vanuit het niet-bewuste aan hem opdringt, niet is overgeleverd. Dat hij met deze zin als uitgangspunt een nieuw geheel kan scheppen, waarin de zich aan hem opdringende ordening, ondergeordend kan zijn. M.a.w., dat hij de facticiteit met z'n beslissing bewust opnieuw kan groeperen en ordenen tot een ontwerp, waarvan het mogelijk is dat het resultaat afwijkt of zelfs tegengesteld is aan het oorspronkelijke. Maar dit wordt dan tevens de oorzaak, dat de mens zich niet altijd volkomen in de hand heeft. Dat hij zich in zichzelf kan vergissen. Want niets garandeert n.l. de teruggekeerde man, dat de negatieve structuren weer niet de overhand zullen krijgen en dat hij flauw valt. En hiervoor zal hij dan geen enkele „redelijke” verklaring kunnen geven.

Dit alles nu moet de bewegingsopvoeder goed in het oog houden. Verbetering van het bewegingsontwerp komt immers hoofdzakelijk tot stand, door bepaalde bewegingen van de subjecten te „vragen”. En dit is slechts mogelijk omdat, zoals werd gezegd, de mens als subject in staat is z'n zingevende werkzaamheid bewust te beïnvloeden. Zelfs wanneer de facticiteit niet geheel toereikend is, dan nóg kan het subject deze ontoereikende facticiteit trachten te groeperen in de richting van het gevraagde.

En het is nu vanwege dit laatste, dat de opvoeder zich op de gevolgen van een „gevraagde” beweging moet bezinnen. Want ordening van voldoende facticiteit geeft niet alleen een onvolwaardige ordening met

als resultaat 'n gebrekkige bewegingsrealisatie, maar bovendien is het basispatroon van een bewegingsontwerp, dat in wezen ontoereikend is, een patroon waarin het negatieve overheerst. Vanuit het niet-bewuste zal het zich aan het bewuste opdringen in een gevoel van onveiligheid, onrust, angst. In een drang zich van de situatie af te wenden. En gaat de mens als vrij bewegingsontwerp dan tóch de onvoldoende facticiteit ordenen in de richting van het gevraagde, dan moet wel een ontwerp ontstaan, dat niet alleen gebrekkig is, maar waarin bovendien nog negatieve deelstructuren leven. Mét het gevaar dat deze negatieve structuren onverwachts gaan overheersen. En dan kan de leerling, die voor het eerst moet ombuitelen aan de ringen, deze ringen juist op het meest ongunstige ogenblik loslaten. Dan voelt de zwemmer z'n zwemslag in paniekbewegingen ontaarden, wanneer hij voor het eerst in diep water wordt gebracht.

Het is echter nu niet alleen vanwege het gevaar, dat de bewegingsopvoeder de gevolgen van een ombuigen der oorspronkelijke zingeving moet kennen. Wanneer het n.l. reeds zó is, dat elke minder gewenste verhouding tussen en in de deelstructuren, het bewegingsontwerp als totaliteit ongunstig moet beïnvloeden, dan moet zéker een ontwerp, dat naast een onvoldoende ordening tevens ook nog negatieve structuurdelen bevat, niet aan z'n uiteindelijke doel kunnen beantwoorden. Gebrek aan een goede bewegingsvorm moet dan het minst geringe gevolg zijn, wanneer een dergelijk ontwerp zich gaat realiseren. De spreidelngtesprong zal dan misschien wél worden uitgevoerd, maar in een totaal gekromde houding. De zwemslag zal z'n ritme verliezen, zodat de stuwkracht vermindert. Ontoereikende facticiteit blijft voor het menselijk bewegingsontwerp nu eenmaal iets, dat zich dubbel wreekt. Aan de ene kant is de ordening nooit een voldoende ordening, terwijl aan de andere kant altijd ernstig rekening moet worden gehouden met het feit, dat in deze onvoldoende ordening ook nog negatief gerichte elementen worden aangebracht.

Gebrek aan facticiteit is dus iets, dat men in de bewuste ontwikkeling van het menselijk bewegingsontwerp te allen tijde moet voorkomen. Te meer, daar dit gebrek nooit op stel en sprong is aan te vullen. Ook niet door een krachtige beslissing met grote ordenende kracht. Dit is duidelijk. Daarom moet een didactiek, die in feite steunt op een „probeer het toch maar, ondanks alles” altijd weinig resultaat opleveren. Wil men bestaande foutieve structuren in het bewegingsontwerp verbeteren, of nieuwe en juiste structuren aanbrengen, dan is het een eerste vereiste dat men uitgaat van een situatie, die in staat is het subject in

volkomen positieve zin aan te spreken. Van daaruit zal men dan door regelmatige uitbreiding die facticiteit moeten doen groeien, waarvan de ordening tot het uiteindelijk gevraagde bewegingsontwerp kan voeren. Vraagt men geen buitengewone dingen, dan moet dit mogelijk zijn. Want alleen een situatie die in geheel positieve zin aanspreekt, is regelmatig zodanig uit te breiden, dat de ordening ervan geen negatieve structuurdelen behoeft te bevatten. Vereenvoudiging en verandering der situatie zal daarom voor de bewegingsopvoeder een regelmatig terugkerend verschijnsel moeten zijn, om tot een juist uitgangspunt te komen.

Maar daarmee doemt dan tegelijkertijd een andere moeilijkheid op. Verandering van situatie immers, geeft noodzakelijk verandering van ordening en dus van de beweging. Waarmee dan ogenblikkelijk de vraag ontstaat: welke veranderingen mogen er wél en welke mogen er niet worden aangebracht, zodat er toch een situatie overblijft van waaruit de uiteindelijk gevraagde situatie en het daarin gevraagde gedrag nog altijd via een logische ontwikkeling bereikbaar is. Men kan immers ook dusdanig veranderen, dat een totaal „andersoortige” ordening, een geheel „andere” beweging ontstaat. Vandaaruit is het gevraagde dan niet meer te bereiken.

Voor de oplossing hiervan moet men zich herinneren, dat de realisatievorm van het bewegingsontwerp een Gestalt is. In een Gestalt n.l. zijn alle delen niet van gelijke betekenis. Dit ondanks het feit, dat alle delen altijd secundair zijn en het geheel altijd primair is. „Er bestaan in een gestalte dominerende delen.”³⁸ Met het veranderen nu van zo'n dominerend deel, verandert men het werkelijke karakter van de Gestalt. Men tast het wezen aan. Bij sterk expressieve bewegingen is het volgens Buytendijk zelfs zo, dat een geringe verandering in deze dominanten reeds een verandering van uitdrukkingskarakter tot gevolg heeft. Wil dus door situatieverandering het bewegingsontwerp niet „wezenlijk” aangetast worden, dan zal men er voor moeten zorgen, dat in de ordening van de nieuwe en vereenvoudigde situatie, de dominanten altijd besloten blijven liggen. Zolang dit het geval blijft moet de uiteindelijk gevraagde beweging altijd weer bereikt kunnen worden. En wil men dan het meest grondige uitgangspunt kiezen, dan moet men beginnen met die situatie, waarvan de ordening alleen de dominant in de meest eenvoudige vorm naar voren brengt. Of dit echter altijd mogelijk zal zijn is een vraag, die zomaar niet beantwoord kan worden. Het zal ook niet altijd nodig zijn. De mate immers waarop men de situatie gaat vereenvoudigen hangt samen met de grootte van het tekort aan facti-

citeit, dat het betreffende subject vertoont.

Om van dit alles nu een voorbeeld te geven: De dominant van de boksprong bestaat uit het vooruitspringen tot steun op de handen waarbij met de voeten gelijktijdig wordt afgezet, en het weer opvangen van het lichaam op beide voeten. Andere factoren, zoals de hoogte en de afstand waarover gesprongen wordt, zijn in feite reeds uitbreidingen. Om nu de situatie zodanig te veranderen, dat praktisch alleen de dominant in de ordening naar voren komt en de leerlingen toch geheel overeenkomstig hun facticiteit in positieve zin worden aangesproken, kan men uitgaan van hazesprongen over de lengtebank. Handen op de bank, voeten aan weerszijde van de bank op de grond. Deze beweging beheersen de jongere leerlingen snel, omdat ze nu inderdaad in positieve zin worden aangesproken. De situatie kan men dan uitbreiden, door een van de leerlingen op borst en buik dwars over het uiteinde van de lengtebank te laten liggen. De laatste hazesprong moet nu gemaakt worden met de handen op deze leerling. In feite maken de leerlingen nu reeds een boksprong. Door deze leerling nu steeds een hogere stand te laten innemen, kan men de situatie zodanig uitbreiden, dat in de ordening ervan de boksprong steeds meer geprononceerd naar voren komt.

Een dergelijke wijze van werken kan men in grote lijnen ook doortrekken op andere gebieden. Het spel bijv. kent ook overheersende elementen. En deze elementen zijn evengoed naar voren te trekken in een vereenvoudigde situatie. Waarna men dan door regelmatige uitbreiding van deze situatie weer rustig naar het uiteindelijk beoogde resultaat kan „groeien”.

Een goede leergang om een bepaalde beweging te bereiken of te verbeteren, moet dus altijd aan twee dingen voldoen. In de eerste plaats moet zij altijd de dominant(en) der uiteindelijk gevraagde bewegingsrealisatie bevatten. En vervolgens zal of zullen deze dominant(en) moeten ontstaan uit de ordening van een situatie, die het subject geheel positief aanspreekt. Alleen wanneer deze punten in het oog worden gehouden, zal het effect van de ontworpen leergang kunnen zijn wat het in wezen moet zijn: een zich regelmatig ontwikkelende facticiteit met de mogelijkheid van een bepaalde ordening als einddoel.

Met dit alles wordt echter het herkennen van de dominanten in de bewegingsgehelen een kwestie van doorslaggevende betekenis. En ofschoon ervaring hierin altijd een grote rol zal spelen, is er toch wel een lijn in aan te geven. D. Ungerer schrijft n.l. over de bewegingsgestalte: „Gekennzeichnet ist sie durch den Bewegungsansatz und Abschluss.”³⁹

Aanzet en afsluiting van de beweging moeten dus altijd scherp in het oog worden gehouden.

Maar hoe goed nu echter de leergang ook mag zijn, wanneer zij is opgezet om een beslist verkeerd ontwerp te verbeteren kunnen zich toch nog weer moeilijkheden voordoen. Ook de verkeerde ordening immers is bij de mens als facticiteit van z'n existentie achter gebleven. Hoe meer daarom de zich ontwikkelende situatie de toestand nadert, waarin het subject tot nu toe een verkeerd ontwerp ontplooid, des te meer zal het gevaar ontstaan, dat de achtergebleven zin en ordening het nieuwe bewegingsontwerp ongunstig zal gaan beïnvloeden. Dit gevaar is groter, naarmate het subject de toestand als meer overeenkomstig beleeft. Daarom is die leergang altijd de beste, waarbij het subject het eindstadium bereikt, zonder in eerste instantie dit stadium te herkennen. Of ook dit echter in alle gevallen bereikbaar is, blijft wederom een vraag. Wordt dit stadium echter herkend, dan zal het nieuwe bewegingsontwerp alleen dan stand kunnen houden, wanneer de nieuwe ordening sterker en hechter is dan de oude. Daarom moet ook het moment, waarop 't subject definitief het eindstadium gaat door lopen, met zorg worden gekozen. Het opvoeren van de kracht en de hechtheid der nieuwe ordening kan dan nog geschieden door het aantal herhalingen in de voorlaatste stadia te vergroten.

b. Gezien vanuit het meer bewuste bewegingsplan
Een situatie, die het subject in geheel positieve zin aanspreekt, is voor de bewegingsopvoeder dus van doorslaggevende betekenis. De gehele bewegende mens kan zich daardoor positief ten opzichte van z'n eigen ontwerp-zijn gedragen. Bewust zowel als niet-bewust. De beslissing wordt dan een beslissing van grote indringendheid, omdat zij volledig wordt gesteund. Ook vanuit het niet-bewuste. „Wir überblicken sofort die Situation und ohne besondere Überlegung werden die Impulse des dazu nötigen Bewegungsmusters in genauester Weise an die erforderlichen Muskel ausgesandt, genau angepasst . . . (H. Fuchs.)”⁴⁰
In deze toestand wordt dan dat gedeelte van het menselijk bewegingsontwerp, waar het accent op bewustheid en beslissing kan vallen, van sterk bepalende invloed en dus van groot belang voor de opvoeder. Door prof. Buytendijk wordt het gedeelte met dit accent aangegeven met de term: bewegingsplan. Dit is dus ook het niveau waar reflectie mogelijk is. Waar de mens dus niet alleen bewegingsplan „kan zijn”, maar ook een bewegingsplan kan „hebben”. Daarbij moet men dan echter goed in het oog houden, dat de mens die z'n beweging be-

schouwt, „tegenover” dit bewegen staat. Dat hij nu juist niet de mens is „die zich geheel in de zelfbeweging gaat beleven”. Dit wordt hij pas weer, wanneer de objectiverende instelling wordt opgeheven. Maar omdat juist dit laatst genoemde bewuste plan, waarbij de objectiverende instelling dus is opgeheven, van overheersende betekenis is voor de beweging van het subject, zal elke objectiverende beschouwing dan pas volledig succes hebben, wanneer in deze beschouwing reeds rekening wordt gehouden met dit plan.

Een van de eerste eigenschappen nu, waardoor dit bewuste bewegingsplan wordt gekarakteriseerd bestaat hierin, dat het geen doorleven is van de beweging tot in alle details. „Het bewegingsplan, dat zich in de aanvang van het leren zo duidelijk tussen het voornemen of bevel en de uitvoering aftekent, doorleeft men als een schema der werkelijke handeling.”⁴¹

Een schema nu bevat de hoofdzaken, het principiële, het dominerende, de dominanten. Nooit is het een volledige uitwerking. En daarom zal de opvoeder, die het bewegingsplan door een al te „grondige” bewustmaking wil beïnvloeden, juist averechts op dit bewegingsplan inwerken. Schematisering, accentuëring van de dominerende elementen blijft voor het verbeteren en uitbreiden van de mens als bewegingsontwerp, van groot belang. Men voorkomt daardoor een versplintering der wilsakt. Daar, waar verondersteld wordt dat deze wilsakt door-dringt, krijgt zij de gelegenheid door te dringen. En datgene, wat verondersteld wordt niet bewust te verlopen, kan ook niet-bewust verloopen. Alleen wanneer het bewegingsplan zich reeds heeft ontwikkeld komt er ruimte om het bewustzijn op details te richten.

Een andere karaktertrek van dit bewuste bewegingsplan is het feit, dat men dit bewegingsplan niet mag zien als een zuivere voorstelling. Het wordt n.l. niet beleefd als nog-niet-op-ons-betrokken-te-zijn. Integendeel, wij beleven het als een zelfbeweging-in-aantocht. Wij trekken ons in het bewegingsplan naar de beweging toe. En het is zo, dat 'n bewegingsplan „bij voldoende accentuëring der dominerende kenmerken meer dan een voor ons oprijzend beeld van een gebeuren wordt. De voorstelling verkrijgt zelfs dynamische eigenschappen. De vóór onze verbeelding oprijzende beweging wordt tot een ons aangrijpende voorstelling, die een meebeweging, zij het ook een inwendig voltrokken, een virtuele beweging, verwekt.”⁴² En de waarde van deze voorbereiding beweging moet men niet onderschatten. „Hóewel deze voorbereiding niet voldoende is om de beweging te leren, voert zij toch tot dicht bij het doel.”⁴³ Dit alles wordt bevestigd door de ervaren Helge Merz⁴⁴.

Gedurende de winterpauze werkt hij feitelijk alleen maar aan conditie. En toch constateert hij voortdurend, dat door een steeds hernieuwde voorstelling van de beweging in deze winterperiode, de betreffende bewegingen steeds harmonischer en meer rytmisch gingen verlopen.

Accentuering der dominanten is dus van belang voor het ontstaan van de virtueel dynamische eigenschap. Hiermee moet men echter toch voorzichtig zijn. Zoals aangegeven moeten het n.l. altijd dominanten zijn van een werkelijk „bewegingsplan” en niet van een voorstelling. De leerling, die op het droge zo mooi de hoofdzaken in de arm- en beenbeweging van het zwemmen weet te vertellen, heeft daarmee nog geen bewegingsplan. Een werkelijk bewegingsplan van het zwemmen wordt n.l. gebouwd op de ervaring, dat het water draagt en dat het „grijpen” van dit water met de benen een voortstuwende kracht ontwikkelt. Dit zijn de dominanten van het „plan”. En liggen deze buiten de facticiteit van de leerling, dan kan men hoogstens het verloop van de arm- en beenbeweging accentuëren. Maar dit geeft juist de „voorstelling”. Een voorstelling zonder virtueel dynamische eigenschap. Accentuering van dominanten kan dus dán pas een werkelijk virtueel dynamische eigenschap ontwikkelen, wanneer zij door het subject kunnen worden beleefd als een binnen-zijn-ervaring-besloten-liggende-rele-mogelijkheid. Anders gezegd: wanneer zij aansluiting vinden met in-de-menselijke-facticiteit-aanwezige-structuren. Vandaar dat, ook gezien vanuit het ontstaan van een echt bewegingsplan, een werkelijke „groei” en „ontwikkeling” beslist te verkiezen is boven een „proberen, ondanks alles”.

Een volgend punt dat in het bewegingsplan van belang is, wordt gevormd door het feit, dat de bewustheid in dit plan een „menselijke” bewustheid is. Een bewustheid dus, waarin de gedachtendoorbraak een rol van betekenis speelt. Hierdoor wordt de ontplooiing van het menselijk ontwerp een wezenlijk andere dan bij het dier. Berust de ontplooiing van het dier meer op het bestaan van vaste, gesloten kringen, bij de mens is het zo, dat eventueel gesloten kringen in z'n ontwerp, door 't begrijpen en doorzien van verbanden, doorbroken kunnen worden. M.a.w., de mens is in staat om van de bestaande situatie te „leren” om aan de hand daarvan te komen tot een nieuwe vorm van ontwerp-zijn. Werkelijk leren is dan ook iets anders dan het associëren van feiten alleen. „Lernen erfolgt im allgemeinen nicht durch Aneinanderreihen von Einzelelementen, sondern durch Erfassen und Begreifen von Sinnzusammenhängen und Gestalten.” 45

Wil men dan ook bestaande gesloten kringen in het menselijk bewe-

gingsontwerp vanuit het bewuste bewegingsplan doorbreken of nieuwe ordeningen opbouwen, dan kan men de kracht die van het nieuwe bewuste bewegingsplan moet uitgaan vergroten, door de betekenis en het waarom der dominanten te verduidelijken. Daarom komt de leerling, die wéét dat bij het ombuitelen aan de ringen minder kracht nodig is wanneer de knieën sterk naar de borst worden getrokken, eerder tot een goed werkend bewegingsplan, dan degene die het nut hiervan niet inziet. Wanneer men hierbij tenminste niet vergeet, dat het een „oefen”-les moet blijven en dat men moet aansluiten bij de ontwikkeling van het kind. Een dergelijk „begrepen” ontwikkeling nu is door D. Ungerer vergeleken met een ontwikkeling, die uitsluitend op voor- en nadoen beruiste⁴⁶. Eerstejaars sportstudenten, die de hordenloop op nog geen enkele wijze hadden beoefend, werden verdeeld in twee groepen. Groep A begon, na voorbereidende oefeningen, met de horde te oefenen. Het centrale punt was hier alleen het voorbeeld. Groep B begon rechtstreeks met het „Bewegungscharakter” van ’t lopen over de horde. Het centrale punt was „Bewegungserklärung” en „verbale Anweisung”. Na vier lessen bleek dat 80 % der studenten van groep B een beduidend beter resultaat hadden bereikt dan de studenten van groep A.

Zoals echter reeds werd gezegd, betreft het hier een vergelijking tussen ontwikkelingen gebaseerd op „uitsluitend het voorbeeld” en op „het verklaren van het bewegingskarakter”. Geen vergelijking dus tussen „alleen maar nadruk op dominanten” en een „begrijpen der dominanten”. Toch staat deze laatste vergelijking zeer dicht bij de aangehaalde van Ungerer. Men kan immers moeilijk aannemen dat groep A het werkelijk overheersende van het bewegingsverloop niet in hun aandacht hebben betrokken. In de eerste plaats kan men geen goede serie maken, zonder uitdrukkelijk de dominant er in te betrekken. In de tweede plaats zijn het studenten, die naar aanleg en „feeling”, zeker in staat moeten worden geacht het belangrijkste in een herhaalde beweging te onderkennen. En wat groep B betreft: bij deze groep werd het „bewegingskarakter” verklaard. Maar dit bewegingskarakter wordt juist door de dominanten bepaald.

Nu moet men uit dit alles niet gaan distilleren, dat het goede voorbeeld dan geen waarde zou bezitten. De mens is te beïnvloeden en daarom zal een goed voorbeeld altijd zijn waarde blijven behouden.

Het laatste van het meer bewuste bewegingsplan, dat moet worden vermeld, betreft ook hier de invloed van de wil. Juist n.l. omdat de wil een organisatorisch element in de ordening van het bewegingsplan betekent, kan men haar gerichtheid op de dominanten der beweging

niet missen. Alleen wanneer aan deze voorwaarde is voldaan, is volledige concentratie op de dominanten der beweging mogelijk en zullen deze overheersende elementen in de besturende invloed, die van elk bewegingsplan noodzakelijk uitgaat, goed naar voren komen. Wat in dit anticiperende bestuur immers bewust wordt „is datgene wat wij ons moeten „willen” toeëigenen, opdat het een organisch geheel met onze motoriek zal worden”.⁴⁷ Elke afzwakking in de beslissing zal daarom, vooral wanneer het een nieuw bewegingsplan betreft, noodzakelijk een verzwakking moeten betekenen van de anticiperende bestuurswerking, die van dit nieuwe bewegingsplan moet uitgaan.

Met opzet werd gesproken over een „nieuw” bewegingsplan. Want sterke en volledige concentratie van de wil en de aandacht op de dominanten, moet immers niet altijd in het bewegingsplan blijven voortduren. Wil n.l. het nieuwe bewegingsplan kunnen worden bijgeschaafd, maar vooral: wil het werkelijk als basis kunnen gaan dienen voor verbetering en uitbreiding van het menselijk bewegingsleven, dan zal er voor de wil ruimte moeten komen om zich op iets anders te richten. Nieuw aangebrachte bewegingsvormen krijgen dan ook dán pas waarde in de menselijke en persoonlijke existentie, wanneer in het bewegingsplan dat er aan ten grondslag ligt, de grens tussen bewust en niet-bewust verschoven kan worden ten gunste van het niet-bewuste. En deze verschuiving is alleszins mogelijk.

De mens bestaat immers in de toestand van een lichaam. En dit zingevende lichaam vormt met de dingen die het ontmoet een geheel, waarin het zich dynamisch en actief gedraagt. Een geheel dat zich zelf dan ook reeds structureert en zich steeds verder zal structureren. Het lichaam is nu eenmaal niet zo maar iets. „Seine Leistungen (Wahrnehmung, Bewegung) sind sinnvolle selbststrukturierende Bezogenheiten in der Welt.”⁴⁸ Hoe meer dus de menselijke zelfbeweging zal worden herhaald, hoe meer het lichaam de gelegenheid zal krijgen deze Bezogenheiten-in-der-Welt te structureren. Hierdoor wordt de bewegingsgestalte niet alleen vanzelf reeds beter en zoals we eerder vermelden, hechter en sterker, maar bovendien verkrijgt zij ook een steeds meer zelfstandige vorm. De omvang van datgene, wat noodzakelijk in het bewuste van het bewegingsontwerp aanwezig moet zijn, neemt hiermee af. En daarmee is dan de grens van bewust en niet-bewust verschoven.

Voordat de opvoeder zich dan ook te veel en te vroeg in variaties verliest, moet hij zich terdege afvragen wat hij wil. Zeker bij elementaire bewegingen is de mogelijkheid aanwezig, dat herhaling wel eens van

meer belang voor het menselijk bewegingsleven kan zijn, dan het steeds maar weer toepassen van nieuwe variaties. Natuurlijk blijft gebrek aan variatie fnuikend voor de betrokkenheid van de leerling en daarmee voor de ontwikkeling van dit subject als bewegingsontwerp. Bovendien is de mens als bewegingsontwerp pas geslaagd, wanneer hij in staat moet worden geacht tot een rijk en gevarieerd bewegen. Maar variatie om de variatie, of variatie uitsluitend om de leerlingen bezig te houden, blijft foutief. Hoe meer men de variatie doelbewust weet toe te passen, hoe groter de werkelijke waarde zal worden voor het menselijk bewegingsontwerp.

Een bewegingsontwerp nu, dat zich heeft ontwikkeld vanuit situaties die geheel in positieve zin aanspreken en waarbij in het bewuste gedeelte de wil en de aandacht alleen op het overheersende is geconcentreerd, terwijl door herhaling de omvang der bewuste elementen tot het werkelijk nodige is teruggebracht, zal noodzakelijk een sterk bewegingsontwerp moeten zijn. In een dergelijk bewegingsontwerp wordt dan het bewuste bewegingsplan inderdaad datgene, waarnaar „alles”, zowel bewust als niet-bewust, zich in positieve zin richt. M.a.w., de besturende invloed, die dan van dit bewuste bewegingsplan uitgaat, is een zeer krachtige besturende invloed geworden.

Deze krachtige besturende invloed werd weer aangetoond door D. Ungerer.⁴⁹ Verscheidene sportstudenten kregen de opdracht om vanaf de drie-meter-plank „einen gestreckten Kopfsprung vorwärts auszuführen”. Na het verlaten van de plank, moest plotseling „ein fliegender Salto vorwärts versucht werden”. Hij nam „deze” bewegingen, omdat voor beiden het richtingsverloop tot aan het culminatiepunt hetzelfde is. Hoewel het nu niet uitdrukkelijk staat vermeld, moet men hier toch vanzelfsprekend aannemen, dat de beweging zó volkomen werd beheerst, dat experimenteren mogelijk werd. Maar dan moet men ook aannemen, dat men hier dan een situatie heeft die geheel in positieve zin aansprekt, dat in het bewuste bewegingsplan de dominanten naar voren zijn getreden, terwijl door herhaling een te grote omvang van het bewuste is voorkomen. Anders zou experimenteren toch niet mogelijk zijn. Dat dan verder de wil aanwezig was, lijkt ons vanzelfsprekend. Uit het resultaat van deze proefneming bleek nu dat, wanneer men zich goed had geconcentreerd, na de afsprong geen verandering meer mogelijk was. Was het toch enigszins gelukt, dan moest men toegeven vóór de afsprong aan de salto te hebben gedacht. Hetzelfde resultaat verkreeg men op de 10-meter-plank. Toch zou oppervlakkig geredeneerd deze verandering mogelijk geweest moeten zijn, gezien hetzelfde

verloop tot aan het culminatiepunt. De besturende invloed, die van het bewust doorleefde bewegingsplan uitging, was daar echter te groot voor. Dit plan doordrong en richtte het „gehele” subject als bewegingsontwerp, zowel bewust als niet-bewust. De invloed bleef niet beperkt tot het bewuste alleen.

Waar het echter om gaat is het feit, dat duidelijk blijkt hoe sterk en hecht de ordening in het bewegende menselijke subject kan zijn, wanneer er een goed en op de juiste wijze ontwikkeld bewegingsontwerp aan ten grondslag ligt. Voor diegenen, die de beweging als uitgangspunt voor hun opvoeding hebben gekozen, is het dan ook een noodzakelijkheid, rekening te houden met de aard en werking van het bewegingsontwerp in het algemeen en van het meer bewuste bewegingsplan in het bijzonder. Hierdoor kan men in het bewegingsleven van de opgroeiende mens een werkelijk gunstige ontwikkeling doen ontstaan. Maar het is helaas ook zo, dat men door een onjuiste manier van werken, zeer veel kan bederven.

- 1 G. A. Peursen in: *Richting* 1959/7 Blz. 159.
- 2 G. A. Peursen in: *Richting* 1959/7 Blz. 159.
- 3 G. A. Peursen in: *Richting* 1959/7 Blz. 159.
- 4 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 53.
- 5 R. C. Kwant: *De Fenomenologie van Merleau-Ponty* Blz. 30.
- 6 R. C. Kwant: *De Fenomenologie van Merleau-Ponty* Blz. 35.
- 7 R. C. Kwant: *De Fenomenologie van Merleau-Ponty* Blz. 44.
- 8 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 37.
- 9 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 30.
- 10 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 52.
- 11 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 314.
- 12 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 52.
- 13 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 320.
- 14 F. J. J. Buytendijk: *Academische redevoeringen* Blz. 59.
- 15 G. A. Peursen in: *Richting* 1959/7 Blz. 159.
- 16 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 53.
- 17 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 320.
- 18 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 320.
- 19 F. J. J. Buytendijk: *Academische redevoeringen* Blz. 59.
- 20 V. E. Frankl: *Logos und Existenz* Blz. 56.
- 21 V. E. Frankl: *Logos und Existenz* Blz. 51.
- 22 H. Fuchs over Konrad Lorenz en Nikolaus Tinberger in: *Leibesübungen Leibeserziehung* 1958/3 Blz. 1
- 23 W. Luypen: *Existentiële fenomenologie* Blz. 53.
- 24 C. C. F. Gordijn: *Bewegingsonderwijs in het Onderwijs- en Opvoedingstotaal* Blz. 190.
- 25 W. Birkmayer in: *Leibesübungen Leibeserziehung* 1962/5 Blz. 1.
- 26 L. Pietersen: *Sociologie van de Sport* Blz. 31.
- 27 H. Andrees over Burkhard in: *Leibesübungen Leibeserziehung* 1959/9 Blz. 1

- 28 C. C. F. Gordijn: Bewegingsonderwijs in het Onderwijs- en Opvoedings-
taal. Blz. 192.
- 29 F. J. J. Buytendijk: Algemene Theorie der Menselijke Houding en Bewe-
ging. Blz. 433.
- 30 F. J. J. Buytendijk: Algemene Theorie der Menselijke Houding en Bewe-
ging. Blz. 432
- 31 F. J. J. Buytendijk: Algemene Theorie der Menselijke Houding en Bewe-
ging. Blz. 433
- 32 K. Starke in: Die Leibeserziehung 1962/7 Blz. 221
- 33 W. A. 't Hart: De ander als Medespeler. Blz. 12
- 34 R. C. Kwant: De Fenomenologie van Merleau-Ponty. Blz. 42
- 35 R. C. Kwant: De Fenomenologie van Merleau-Ponty. Blz. 38
- 36 R. C. Kwant: De Fenomenologie van Merleau-Ponty. Blz. 42
- 37 R. C. Kwant: De Fenomenologie van Merleau-Ponty. Blz. 36
- 38 F. J. J. Buytendijk: Algemene Theorie der Menselijke Houding en Bewe-
ging. Blz. 64
- 39 D. Ungerer in: Die Leibeserziehung 1958/8 Blz. 246
- 40 H. Fuchs in: Leibesübungen Leibeserziehung. 1958/3 Blz. 2
- 41 F. J. J. Buytendijk: Algemene Theorie der Menselijke Houding en Bewe-
ging. Blz. 440
- 42 F. J. J. Buytendijk: Algemene Theorie der Menselijke Houding en Bewe-
ging. Blz. 438
- 43 F. J. J. Buytendijk: Algemene Theorie der Menselijke Houding en Bewe-
ging. Blz. 439
- 44 Besproken in: Leibeserziehung 1960/4 Blz. 131
- 45 H. Wagner: Pädagogik und Methodik in der Leibeserziehung Blz. 53
- 46 D. Ungerer in: Die Leibeserziehung 1958/8 Blz. 246
- 47 F. J. J. Buytendijk: Algemene Theorie der Menselijke Houding en Bewe-
ging. Blz. 440
- 48 D. Ungerer in: Die Leibeserziehung 1960/7 Blz. 228
- 49 D. Ungerer in: Die Leibeserziehung 1958/8 Blz. 246

Literatuur

- H. ANDRECS. Zur Vorstellungsklarheit im Lernprozess. In: Leibesübungen
Leibeserziehung. 1959/9.
- W. BIRKMAYER. Psychische Triebfedern und Hemmungen im Sport. In:
Leibesübungen Leibeserziehung. 1962/5.
- F. J. J. BUYTENDIJK. Academische Redevoeringen. 1961.
- F. J. J. BUYTENDIJK. Algemene Theorie der Menselijke Houding en Bewe-
ging. 1948.
- J. J. DIJKHUIS. De Lichamelijke Opvoeding als Fenomeen. In: Dux. 1956/
10.
- A. FLITNER, e.a. Wege zur Pädagogischen Anthropologie. 1963.
- H. FUCHS. Zur Bewegungslehre. In: Leibesübungen Leibeserziehung. 1958/3.
- C. C. F. GORDIJN. Bewegingsonderwijs in het Onderwijs- en Opvoedings-
totaal. 1958.
- W. A. 'T HART. De Ander als Medespeler. 1962.
- M. HELGE. Leistungssport und Bewegungsbild. In: Rhythmus 1959/4.
- R. C. KWANT. De Fenomenologie van Merleau-Ponty. 1962.
- R. C. KWANT. Wijsbegeerte van de Ontmoeting. 1961.
- W. LUYPEN. Existentiële Fenomenologie. 1962.

- C. NEUMANN. Sport und Persönlichkeit. 1957.
- V. E. FRANKL. Logos und Existenz. 1951.
- N. PERQUIN. Het Lichaam als Communicatiemiddel en Barrière. In: *Richting* 1959/7.
- G. A. PEURSEN. Filosofie van de Beweging. In: *Richting* 1959/7.
- G. A. PEURSEN. Lichaam-Ziel-Geest. 1956.
- L. PIETERSEN. Sociologie van de Sport. 1961.
- K. STARKE. Das Problem der Leistung in der Leibeserziehung. In: *Die Leibeserziehung*. 1962/7.
- P. TEILHARD DE CHARDIN. Het Verschijnsel Mens. 1962. (vertaald door Daniël de Lange.)
- D. UNGERER. Die Bedeutung des Bewegungsentwurfes für den Motorischen Lernprozesz. In: *Die Leibeserziehung*. 1958/8.
- D. UNGERER. Aphorismen zur techno-motorischen Evolution. In: *Die Leibeserziehung*. 1960/7.
- H. WAGNER. Leibeserziehung I. 1954.
- A. F. BURIE. Sport en Cultuur. In: *Richting*. 1962/7, 8, 9, 10.

Van de schrijver:

- Geboren 23-8-1913.
- Opleiding tot onderwijzer.
- Hoofdakte in 1935.
- Studie voor lichamelijke oefening m.o. In 1942 voor deze akte geslaagd.
- Sindsdien verbonden aan de Paedagogische Academie Ludgerus te Hilversum.
- In het tijdschrift *Richting*, jg. 1962, is van hem een studie gepubliceerd onder de titel „Sport en Cultuur”.