

Anthony Willems behaalt master Interreligieuze Spiritualiteit

Wat voel je als je gelooft?

Haptonomie geeft verdieping en laat en passant beter presteren



Haptonoom Anthony Willems in zijn praktijk aan de Tolweg in Baarn.

(Foto: Roeland de Bruyn)

De Baarnse haptonoom Anthony Willems heeft zijn master titel in 'Interreligieuze Spiritualiteit' behaald. Hij verdedigde dinsdag 23 augustus zijn eindschrijft met succes tegenover een afstudeercommissie van de faculteit Religiewetenschappen van de Radboud Universiteit in Nijmegen.

Willems is haptonoom en fysiotherapeut en eigenaar van Intercure en InmoQuest aan de Tolweg in Baarn. Binnen InmoQuest houdt hij zich bezig met haptotherapie en coaching op verschillende gebieden waaronder theater en topsport. In de afgelopen jaren begeleidde hij bijvoorbeeld het Nederlands Heren Hockeyteam, Nederlands Dames Handbalteam, verschillende topvoetballers en zangers.

Wetenschappelijk

Als ervaren haptonoom is Willems al jaren bezig met de 'kunst van het voelen en gevoel'. "De haptonomie is nog steeds minder bekend dan bijvoorbeeld psychologie, maar we zijn met een inhaalslag bezig. Er wordt langzamerhand ook meer onderzoek naar gedaan op wetenschappelijke basis. Haptonomie lijkt weinig concreet, het gaat immers om wat mensen voelen, dat is voor iedereen anders, waardoor het

duis erg subjectief over komt. Als je ermee te maken hebt worden deze 'gevoelsdingen' echter snel duidelijk. Het helpt je op meerdere vlakken." legt Willems uit.

Omdat Willems al zo lang bezig is met allerlei soorten gevoel, werd hij ook nieuwsgierig naar de gevoelsmatige aspecten van spiritualiteit. "Wat betekent het als iemand 'een aanwezigheid' voelt, of 'liefde van God' of 'saamhorigheid'? Dit soort vraagstukken heeft hij in zijn afstudeerscriptie wetenschappelijk benaderd vanuit een haptonomische insteek.

Bewustwording

Uit zijn onderzoek blijkt dat er zelfs een verschil in spirituele beleving lijkt te zijn voor en na het werken met haptonomie. Als je je meer bewust bent van je gevoel vervagen de grenzen tussen jezelf en je omgeving. Mensen hebben het gevoel alsof ze 'samenvloeden' en 'eenworden'. Naast deze grens verandert ook het tijdsbesef. Het 'hier en nu' van vandaag wordt belangrijker dan je verleden of je toekomst. Als laatste vond Willems dat de invloed van een haptonomische benadering van spiritualiteit ervoor zorgt dat je je gezien voelt. Een gevoel van 'ik mag er zijn en hoef me niet constant te bewijzen'.

Aanscherping

Op deze drie manieren verdiept de haptonomie je spirituele ervaringen. Die verdieping is niet alleen 'bruikbaar' bij spiritualiteit, maar kan ook optreden tijdens sport, op een podium of gewoon in het dagelijks leven. Willems: "Er vindt een aanscherping plaats van wat je voelt. Je gaat ervaringen anders beoordelen en ze krijgen een andere betekenis. Dat kan gevolgen hebben voor je spirituele of sportieve identiteit. Het kan ook helpen om beter te presteren op allerlei gebied."

Voorkomen van burn out

Door mensen op deze manier bewuster te maken van hun gevoel, haal je het beste uit iemand naar boven. Mensen kunnen zo op maximaal vermogen presteren.

Dat hoeft niet met een wereldrecord hoogspringen of een overdonderend optreden. Het kan net zo goed een boekhouder helpen om goed in zijn werk te zijn. Of het kan een manager behoeden voor een burn-out.

Haptonoom Anthony Willems: "Ik vind het interessant om ieder mens op zijn eigen terrein en op zijn eigen niveau te laten ervaren waar hun vermogen en kracht ligt."

Flow

Tijdens zijn onderzoek naar de invloed van haptonomie op de aanscherping van gevoel en vermogen kwam Willems op het fenomeen 'flow'. Een 'state of mind' waarin je boven jezelf uitstijgt. Een situatie waarin je (sportieve) prestaties kan neerzetten, die jezelf niet had verwacht. Nu Willems met zijn afstuderen heeft ondervonden hoe een vraagstuk wetenschappelijk benaderend moet worden, gaat hij het fenomeen 'flow' bestuderen. Zeker op zijn favoriete werkteerterrein, de topsport, kunnen door goed haptonomisch onderzoek en gedegen haptonomische begeleiding betere prestaties worden behaald door onze topsporters.

Wanneer hij zijn onderzoek zal starten is nog niet bekend. Willems wil eerst nog even nagenieten van het gevoel dat hij zijn masterstitel behaald heeft.