

Thymia, filosofische praktijk voor levenskunst en creatieve ontwikkeling

- *Mens, ken je zelf* en *Wat is de kwestie?-Wat is de questie!* Spel en dialoog voor creatieve ontwikkeling door ontmoeting en levenskunst (in organisaties).
- *Trainingen en (huiskamer)workshops* voor een creatief en zinvol samenzijn, voor (her)oriëntatie in leven of loopbaan, voor persoonlijke -, team- en organisatie ontwikkeling.
- *Lunches en diners pensant:* aan de hand van spel en dialoog rond een (levens)thema.
- *Train-de-trainer arrangementen:* spel en dialoog, lezingen, presentaties en workshops, die creativiteit en denkracht stimuleren.
- *Dialoog- en spelvormen op maat* voor een team, organisatie of bedrijf, een congres, reünie of event, een vereniging of een vriendenkring: als markering en ritueel voor bijzondere momenten en transities.



Ringen en levenskunst

Ringen duiden symbolisch op een krachtenveld tussen twee uitersten in het beleven van tegengestelde emoties, morele drijfveren en levensmotieven.

Steeds hebben wij in het leven een houding tussen tegengestelde krachten te vinden. Tussen stemmingen in het gemoed – bijvoorbeeld tussen ‘lichtvoetigheid en zwartgalligheid’. Tussen ‘hoop en vrees’ op de weg van de held. Of tussen morele motieven, zoals ‘het recht van de sterkste’ òf ‘met recht van spreken’. Levenskunst betekent een weloverwogen en doorleefde positie – het juiste midden – te kiezen tussen uitersten. Ze helpt ons het innerlijk kompas af te stemmen op een groter geheel ...

Wijsheidstradities geven praktische wijsheid door over de wisselvalligheid van het levenslot en hoe daarmee om te gaan. Een klassieke visie op meesterschap -in Oost en West- luidt dat de wijze mens een weg van het midden bewandelt. Aristoteles ziet het juiste midden tussen een teveel en te weinig van de deugd, zoals moed tussen lafheid en overmoed. Volgens Confucius neemt de edele mens deel aan rituelen die een ordening in samenleving en kosmos helpen handhaven.



Geluksprincipes en denkramen

De acht beginpunten van de wegen op het speelbord van het *moederspel Mens, ken je zelf* staan als denkramen afgebeeld met mythisch-magische en filosofische principes van levensgeluk. De principes vatten wereldbeelden samen, die ontleend zijn aan mythische wijsheid en filosofische levenskunst.

Ook zijn de acht principes van levensgeluk gekoppeld aan de vier elementen en aan de twee polaire levensgrondhoudingen van beheersing en overgave.

De reis in het spel kun je intuïtief beginnen door voor een element te kiezen dat overeenstemt met je eigen aard – je luchtigheid of vurigheid, je geaarde, stromende of etherische wijze van zijn – of dat wijst in de richting van je verlangen. Ook kun je meer rationeel starten door te kiezen voor een geluksprincipe dat past bij je opvatting over levensgeluk.

AARDE	LUCHT	VUUR	WATER
geluk door genot	geluk door denken	geluk door techniek	geluk van zelf
geluk door zijn	geluk door twijfel	geluk door magie	geluk door leven
groen – oog	geel – spiraal	rood – hand	blauw – hart

De queeste in het labryrint

Archetypische symboliek – bijvoorbeeld het labryrint als symbool voor de levensweg – geeft op raadselachtige wijze oriëntatie. Symboliek nodigt uit tot een ontdekkingstocht buiten de geijkte paden: een queeste in het labryrint van het leven met mythische wegwijzers.

In tegenstelling tot een doolhof kent het labryrint een gerichtheid op het centrum: de plaats die weg en doel met elkaar verbindt tot een rode draad. In de spel- en dialoogvormen is de symbolische wijsheid verwerkt op ringen, speelvelden en kaarten. Reflectie via mythische symbolen helpt eenzijdige beeldvorming over een kwestie te verrijken.

In spel en dialoog vindt de ontdekkingsreis plaats in het spanningsveld van het maken van je eigen keuze (levensontwerp) en het (door de dobbelsteen) geworpen zijn in een situatie. De uitwisseling met medespelers en filosofische bevraging helpt ieders kwestie te verbinden met overgeleverde wijsheid over levensthema’s. De kracht van het verwondering geeft richting aan het speelse onderzoek.



Elementaire wegen en symbolen

In overeenstemming met de klassieke idee dat er vier basale elementen werkzaam zijn in de natuur, zijn er vier elementaire wegen door het symbolische landschap van levensgeluk op speelbord en dialoogtafel.

Je start je reis in spel en dialoog door voor één van de vier elementen – aarde, water, lucht of vuur – te kiezen als kwaliteit, die bij jou past: bij je eigenheid of bij je verlangen.

Rond de *vaderdialoogtafel* onderzoek je een kwestie aan de hand van een symbolisch voorwerp, passend bij je eigen aard of bij de aard van de kwestie die je wilt verkennen. In het spel kies je een speelfiguur, een *elementje* of speelfiche in de corresponderende kleur en met de symboliek van één van de vier elementen.

Om de elementen niet alleen als krachten buiten in de natuur maar als ook als typisch menselijke kwaliteiten te kunnen duiden, worden er in het spel vier symbolen gebruikt: **het hart (water, blauw), de hand (vuur, rood), een spiraal van in- en uitademing (lucht, geel), het oog (aarde, groen).**



Speelfiguren – elementaire aard en levensgrondhouding

De levensweg wordt niet alleen door onze elementaire aard bepaald. Ook door onze houding, de manier waarop we in het leven staan en anderen ontmoeten.

De levenshouding van ieder mens bevindt zich ergens tussen twee uitersten, twee levensgrondhoudingen, in.

Het ene uiterste is de levensgrondhouding van overgave. Ontvankelijk, volgens de overtuiging: **Geluk valt je toe!** bewandel je alert volgend je levensweg.

Het andere uiterste is de levensgrondhouding van beheersing. Doelgericht, volgens de overtuiging: **Geluk is maakbaar!** bewandel je sensitief ondernemend de levensweg.

De levensgrondhoudingen worden gesymboliseerd door middel van speelfiguren met een verschillende houding: met de armen omhoog òf met de armen naar beneden.



Questies en quintessence

Wanneer je een kwestie verbindt met levensthema’s en onderzoekt vanuit filosofische levenskunst ontstaat er een questie: een verrijkte en verdiepte vraag die geen ‘oplossing’ heeft maar een ont-dekkingsreis als antwoord. De queeste in het spel laat je kennismaken met symboliek en verhalen uit wijsheidstradities.

Verschillende tradities verwoorden en verbeelden hoe het leven bestaat uit een samenspel van vier of vijf elementen. Het vijfde element duidt zowel op een fijnstoffelijk kosmisch element – de ether – als op de ‘quinta essencia’ ofwel de quintessence. Dat begrip beduidt het essentiële van de levensreis: wat er op het spel staat. Het vraagt een kanteling van *hebben* naar *zijn*. Dan ga je een rode draad in je leven zien als de samenhang tussen het volgen van je eigen weg en je gerichtheid op een doel.

Symbolisch is de *quintessence in het spel* zichtbaar als de ‘plaats’ waar de vier elementen samen komen in het centrum van speelvelden; en die tastbaar is gemaakt als *druppels* – gestolde kosmische energie – en leesbaar is op de *kaarten met wijsheidsspreuken* over de samenhang der dingen.



Speelwijzer en dialoogwijzer, instructiekaarten, spelformulier

In speel- en dialoogwijzers en op instructiekaarten staat de opbouw in spelronden, opdrachten en doel van de spel- en dialoogvormen beschreven.

Eerst wordt het thema van het spel ingeluid: als een spel met sociale maskers, als een queeste naar je droomwens, als een reis van de held, als een onderzoek met filosofisch gereedschap of als orakelspel spelend met alchemie tussen de elementen. De schrijf-, reflectie-, dialoog- en beeldingsopdrachten ondersteunen het proces van samenspel en samenspraak. Ze helpen de symboliek en verhalen op speelkaarten en speelvelden te verbinden met je vraag of thema en bieden een structuur de inzichten die je opdoet tijdens spel en dialoog vast te leggen.

Op een spelformulier oogst je in de vorm van een heldendicht, een symbool, een elfje, haiku, kwatrijn, een levensmythe of een levensfilosofie.



Labyrintische wegen

Symboliek geeft op verborgen wijze richting: in spel en dialoog helpen beelden en verhalen de labyrintische wegen bewegwijzeren.

De symbolen op de dialoogtafel nodigen uit een kwestie te ontrafelen als questie: een vraag die een queeste als antwoord heeft! Op een queeste blijkt een kwestie gekoppeld aan levensvragen die je koers mede bepalen.

zandloper	een aarde queeste – Hoe vergaat de tijd en zie je het verloop der dingen?	het oog dat patronen ziet
sleutel	een water queeste – Hoe open je harten voor de diepte van de levensstroom?	het kwetsbare hart
spiegel	een lucht queeste – Hoe beweegt je ziel mee met de ademhaling?	spiraal die in- en ont-wikkelt
gewichtjes	een vuur queeste – Welk gewicht geef je aan het vuur van verandering?	in, op, voor en achter de hand