

Gnosisspel: Speel je wijs!

Een filosofisch-mythisch spel, waarin spelers een geluksmoment spiegelen in de filosofie van de levenskunst

Hoe kan ons begrip van levensgeluk worden verrijkt met schaduwkanten van het leven tot een volle vorm van geluk?

Het woord *gnosis* is een oud-Grieks woord voor *wijsheid* en *kennis die verbonden is met zelfkennis en een innerlijk weten omtrent het leven*. Waar de wetenschap zich richt op het reduceren van de werkelijkheid tot een deel, losgekoppeld van degene die de kennis opdoet, daar is de filosofische *liefde voor wijsheid* - wijsbegeerte - gericht op het doorzien van samenhang. De oude filosofen - zoals Herakleitos en Socrates - stellen dat wijsheid uitgaat van een kenner die zich deel weet van een groter geheel.

Focus van het spel: het volle geluk



de weg van het oog

Gnosis is een vorm van kennen waarin zelfkennis de basis vormt voor kennis van de wereld. Die vorm van kennis stoelt op een besef van de samenhang der dingen en de analogie van binnen en buiten, boven en beneden. In die zin gaat het om een *symbolische* vorm van kennen.

Het spel doet een appèl op een verbindende manier van betekenisgeving door zowel gevoel als denkkraft, intuïtie en verbeelding aan te spreken. Via dialoogronden oefenen spelers zich in de kunst van betekenisgeving door het zelf maken van beelden en duiden van aangereikte symbolen.

Spelthema en doelen

Het spel werkt met de *symboliek van de vijf elementen*: aarde, water, lucht en vuur, en ether, het meest fijnstoffelijke element. En met de *twee basale levensgrondhoudingen*: Overgave en Beheersing.

Reeds de natuurfilosoof Herakleitos merkte in de 6e eeuw vC op dat verandering de enige constante in het leven is: *Panta Rhei, alles stroomt*. Die uitspraak verwijst ook naar het

onvermijdelijke gegeven dat geluksmomenten voorbij gaan. De filosofie van de levenskunst stelt de vraag of het mogelijk is een duurzame vorm van geluk te ervaren. Zo ontstaat een begrip van *het volle geluk*, die haar tegendeel insluit

Het speldeel bestaat erin dat spelers zich bewust worden van de eigen levensgrondhouding en (onbewuste) opvattingen over levensgeluk door deze te spiegelen in de filosofie van de levenskunst.



één van de acht geluksprincipes

Het filosofische onderzoek richt zich op de samenhang tussen de houding van mensen tot het leven en innerlijke **overtuigingen over levensgeluk**.

- Vanuit *overgave* sta je alert volgend in het leven - opmerkzaam en inspringend op kansen en mogelijkheden die zich voordoen
- Vanuit *beheersing* sta je actief ondernemend in het leven

Met beide polaire levensgrondhoudingen - overgave en beheersing - corresponderen twee grondovertuigingen over levensgeluk.

- Vanuit de grondhouding van overgave geloof je: *Geluk valt je toe*
- En vanuit de grondhouding van beheersing: *Geluk is maakbaar*

Speelwijze: putten uit bronnen van wijsheid

De **spelleider** nodigt spelers uit - aan de hand van een speelveld en een set speelkaarten - de betekenis van een persoonlijk geluksmoment te onderzoeken. Hoe kan die betekenis worden verrijkt met schaduwkanten van het leven tot een visie op *het volle geluk*? De spelleider leidt het thema in met mythische en filosofische fragmenten en begeleidt de creatieve oefeningen en dialoogronden.

In de eerste spelronde ondersteunt de spelleider de spelers met het verwoorden van de eigen ervaring, houding en elementaire overtuigingen over geluk. Dit proces wordt afgesloten met een **Elfje over levensgeluk**. De confrontatie en integratie van de elementaire gelukservaring met aspecten van tegenslag en ongeluk faciliteert de spelleider aan de hand van inzichten uit de antieke scholen van levenskunst. Deze worden in de tweede spelronde door de spelers verwerkt tot een **symbool voor het volle geluk**.

Lees hieronder over beelden, gedichten en symbolen van levensgeluk

Natuurbeleving en levensgeluk

Een elementaire reflectie over levensgeluk als natuurbeleving:

“In de natuur kun je je opeens opgenomen voelen als wezen in een groter geheel, samen met de vogels, miertjes, bomen en de wind door je haren...”



Poetische wijsheid over de breekbaarheid van het geluk

Het gedicht “Geluk is gevaarlijk” van Rutger Kopland

Geeft aan leiding tot reflecties over de breekbaarheid van het geluk - die de oude Grieken tragiek noemden - en nochtans verwijst dit broze juist naar een *volle* vorm van geluk. Mogelijk bestaat die alleen in herinneringen of was ze wellicht ‘echt’ in de kindertijd. Waar het volwassen leven van de mens in het teken staat van de tragiek en broosheid van het geluk, daar staat de derde fase van het leven voor een terugblik (de reflectie in de spiegelgladde vijver) op het leven en aandacht schenken aan morele gevoelens zoals heimwee....

Geluk was een dag aan een vijver

in gras met bomen

fase 1 / breekbaar geluk

tot in de hemel omkringd

ik was er het kind van god en

mijn grootvader—beiden stierven

fase 2 / tragiek

geluk is gevaarlijk

de vijver is gaan liggen in de avond

zo spiegelglad dat hemel, bomen en gras

fase 3 / existentiële reflectie

zich herhalen onder de aarde

angst en heimwee, beide vragen mij

terug

vanuit morele gevoelens:

Oude wijsheid uit Oost en West over Levensgeluk

De oude geschriften van Indische wijzen, de veda's leren over de samenhang der dingen en de schijnbare tegenstellingen, die we vanuit een beperkter perspectief geneigd zijn te maken. Het niet-twee-zijn (Advaita) formuleren de wijzen als essentie uit de oude geschriften (Vedanta): Jij bent het zelf (Atman) die fijne alles dragende essentie (Brahman) ->

➔ Het volle geluk

Volgens Wilhelm Schmid, een Duitse filosoof van de levenskunst:

“De paradoxie van het geluk van de volheid is deze: dat er een gelukkig-zijn mogelijk is, waarbij het ongelukkig zijn niet uitgesloten hoeft te worden, maar er een onderdeel van kan zijn. (...)”

Melancholie bewaart een vermoeden van hoe broos alles is wat de mensen maken, hoe nietig de menselijke existentie zelf kan zijn, en dat ze elk moment de grond onder haar voeten kan verliezen.”

- Schmid, W. (2008) *Geluk. En waarom het niet het belangrijkste in het leven is*. Amsterdam: Ambo, pp.38-30.