

Ik beweeg dus ik ben.

Hoe we fundamenteel anders naar ons lichaam kunnen kijken.

Ons lichaam vinden we belangrijker dan ooit. We hebben met z'n allen nog nooit zoveel gesport en we letten nauwkeurig op onze voeding. Tegelijk lijkt in ons hedendaagse bestaan ons lichaam steeds minder noodzakelijk: door robotisering en kunstmatige intelligentie worden we fysiek overbodig in het arbeidsproces.

In *Wij zijn ons lichaam* onderzoekt filosoof Aldo Houterman de betekenis van ons lichaam in het huidige tijdsgewricht. Hij weerlegt de stelling van Dick Swaab dat de mens niets meer is dan zijn brein. Houterman laat zien dat de relatie tussen de mens en de wereld om hem heen niet enkel wordt gevormd door onze gedachten maar ook door onze beweging en lichamelijkeheid. Ons lichaam vormt de basis van intelligent menselijk gedrag; we denken, voelen en bewegen met ons lichaam, niet met ons brein.

Met bekende voorbeelden uit de sport, psychologie, filosofie, literatuur en schilderkunst laat Houterman zien dat ons lichaam in staat is om te luisteren, en te reageren op een situatie zonder dat we er bewust over nadenken. *Wij zijn ons lichaam* helpt ons om de vermogens van ons lichaam beter te leren kennen, te begrijpen en te benutten.

Aldo Houterman (1981) studeerde filosofie en kunstmatige intelligentie. Hij doceert filosofie aan de Universiteit van Amsterdam en aan de Hogeschool Utrecht. Houterman woont in Amsterdam en is een fervent wielrenner.