

AXISTASE: Ritmische oscillatie

continue adaptieve herverdeling

Cartografie van menselijke dynamiek

Kristal P

Author: Kristal P
Coverdesign: Kristal P
ISBN: 9789403896649
© Kristal P / Axistase
Contact: www.axistase.com - info@axistase.nl

Alle rechten voorbehouden.

Dit werk presenteert een oorspronkelijk ontwikkeld interpretatief en positioneel raamwerk voor menselijke dynamiek, regulatie en systeemmechanica. Tekst, structuur, terminologie, modellen, assen, configuraties en geometrische toepassingen binnen Axistase vallen onder auteursrecht en mogen niet zonder schriftelijke toestemming worden gekopieerd, reverse engineering, vereenvoudigd, herverpakt, commercieel toegepast of opnieuw gepubliceerd.

Citeren voor:

- onderwijs,
- onderzoek,
- bespreking,
- of bronvermelding

is toegestaan mits:

- correcte bronvermelding wordt gegeven,
- de context niet vervormd wordt,
- en het model niet gereduceerd wordt tot simplistische of misleidende interpretaties.

Voor:

- trainingen,
- commerciële toepassingen,
- AI-integratie,
- vertalingen,
- workshops,
- licenties,
- of afgeleide methodieken

dient vooraf contact opgenomen te worden via: info@axistase.nl

Axistase wordt expliciet gepositioneerd als een dynamisch, systeemtheoretisch en positioneel interpretatiekader. **Het mag niet zonder toestemming worden gerepresenteerd als vereenvoudigde "heilige geometrie", dogmatisch geloofssysteem of losstaande pseudowetenschappelijke claim.**

RAAMWERK — DE GEOMETRISCHE MECHANICA VAN DE MENS

Van Psychologische Cartografie naar Positionele Diagnostiek

Dit boek vormt de structurele opvolger van *Cartografie van menselijke dynamiek*. Waar het eerste werk de kaart introduceerde, richt dit boek zich op de onderliggende mechanica: hoe spanning, ritme, richting en regulatie zich organiseren tot zichtbaar gedrag, lichamelijke patronen en relationele dynamiek.

Het model presenteert de mens niet als een verzameling losse eigenschappen, maar als een dynamisch regulatiesysteem waarin biologische, cognitieve en relationele processen positioneel leesbaar worden.

De centrale vraag van dit werk luidt:

**Wat gebeurt er wanneer levende systemen hun natuurlijke
oscillatie verliezen — en hoe wordt die verstoring zichtbaar
in gedrag, lichaam en relatie?**

Het boek introduceert hiervoor een geometrisch raamwerk gebaseerd op:

- assen
- ritme
- circulatie
- spanningsverdeling
- filtering
- collapse-momenten
- en positionele configuraties.

Belangrijk: Dit werk presenteert geen absolute natuurwetten, maar een interpretatief en diagnostisch raamwerk waarmee complexe dynamieken systematisch leesbaar gemaakt kunnen worden.

TOEVOEGING — Dynamische Asymmetrie en Levende Geometrie

Waarom het model géén statische symmetrie veronderstelt

Een van de grootste misverstanden rondom geometrische modellen van menselijke dynamiek is de veronderstelling dat geometrie automatisch gelijkstaat aan perfecte symmetrie, starre verhoudingen of mathematische rigiditeit. Zodra een model werkt met assen, cirkels, driehoeken of rasterstructuren ontstaat vaak onmiddellijk de associatie met iets vaststaands: een gesloten systeem waarin alle onderdelen permanent onveranderlijk georganiseerd zouden zijn.

Binnen Axistase is dat expliciet niet het uitgangspunt.

De geometrie binnen dit model moet niet gelezen worden als een architectonische blauwdruk van een letterlijk symmetrisch menselijk lichaam, maar als een functionele representatie van spanningsverdeling, regulatie, stroming en positionele organisatie. De assen verwijzen daarom niet naar anatomische lijnen die fysiek in het lichaam aanwezig zouden zijn, maar naar dynamische vectorrichtingen waarlangs processen zich organiseren.

Dat verschil is fundamenteel.

Want zodra geometrie verkeerd gelezen wordt als statische vormleer, ontstaat onmiddellijk een vals dilemma:

- óf het model claimt letterlijke fysieke anatomie,
- óf het model zou slechts symbolisch of decoratief zijn.

Binnen levende systemen bestaat echter een derde mogelijkheid: een geometrie van dynamische relaties.

Dat principe komt op meerdere plaatsen terug binnen moderne systeemwetenschappen. Ook daar functioneren modellen zelden als letterlijke kopieën van fysieke realiteit. Zij functioneren als abstraheringen van interacties, spanningsvelden, terugkoppelingsmechanismen en relationele patronen.

Een ECG is bijvoorbeeld geen letterlijk hart. Een weerkaart is geen atmosfeer. Een netwerkdiagram is geen fysiek zenuwstelsel. Een vectorveld is niet de vloeistof die het beschrijft.

Toch kunnen dergelijke modellen uiterst nauwkeurig inzicht geven in complexe processen.

Axistase positioneert zich binnen diezelfde traditie: niet als letterlijke anatomische waarheid, maar als positioneel spanningsmodel voor levende systemen.

Daarom functioneren de assen binnen dit raamwerk niet als vaste lijnen, maar als veranderlijke stromingskanalen.

Zij representeren:

- richting,
- spanning,
- belasting,
- filtering,
- compensatie,
- conductiviteit,
- en regulatie.

De geometrie is daarmee functioneel, niet decoratief.

De vergissing van perfecte symmetrie

Binnen klassieke geometrie wordt symmetrie vaak geassocieerd met perfectie. Veel mathematische systemen streven naar exacte spiegeling, identieke verhoudingen en vaste harmonische structuren. In mechanische systemen kan dat nuttig zijn. Een brugconstructie, een turbine of een kristalstructuur functioneert vaak optimaal wanneer krachten exact verdeeld zijn.

Levende systemen functioneren echter fundamenteel anders.

Biologische coherentie ontstaat niet door perfecte symmetrie, maar door gereguleerde asymmetrie.

Dat principe wordt zichtbaar op vrijwel elk schaalniveau van het leven.

Het menselijk hart klopt niet volledig symmetrisch. Hersenactiviteit is lateraal georganiseerd. Hormooncycli fluctueren voortdurend. Spierketens trekken nooit exact gelijktijdig samen. Ademhaling verandert constant in ritme, diepte en drukverdeling.

Zelfs lopen bestaat uit een continue reeks micro-asymmetrieën.

Absolute symmetrie zou binnen levende systemen juist problematisch zijn. Een systeem dat volledig statisch symmetrisch blijft, verliest namelijk flexibiliteit. Het kan niet meer reageren op veranderende omstandigheden. Het wordt rigide.

Vanuit systeemtheoretisch perspectief betekent gezondheid daarom niet: "perfecte balans", maar: continue adaptieve herverdeling.

Het systeem blijft coherent doordat het voortdurend corrigeert.

Dat principe vormt een cruciale basis van Axistase.

De assen moeten daarom gelezen worden als fluctuerende spanningsrichtingen die zich constant aanpassen aan:

- context,
- belasting,
- omgeving,
- interne staat,
- relationele druk,
- en temporele omstandigheden.

De geometrie leeft.

Levende systemen als dynamische spanningsvelden

Binnen klassieke mechanica worden krachten vaak voorgesteld als lineaire interacties tussen objecten. Een kracht werkt op een massa; een vector heeft richting; een systeem beweegt van A naar B.

Levende systemen functioneren echter zelden lineair.

Biologische regulatie ontstaat via:

- terugkoppeling,
- oscillatie,
- vertraging,
- compensatie,
- buffering,
- faseverschuiving,
- en adaptieve reorganisatie.

Dat betekent dat een levend systeem nooit volledig stil staat.

Zelfs in rust blijft het lichaam voortdurend:

- spanning herverdelen,
- informatie filteren,
- energie reguleren,
- microcorrecties uitvoeren,
- ritmes aanpassen.

Die continue beweging maakt levende coherentie mogelijk.

Axistase beschrijft daarom geen statische vorm, maar een dynamisch spanningslandschap.

De assen functioneren binnen dit landschap als:

- waarschijnlijkheidsrichtingen,
- voorkeursstromen,
- regulatiekanalen,
- en positionele spanningsvectoren.

Daarom moeten zij niet gelezen worden als rechte lijnen die letterlijk door het lichaam lopen, maar als representaties van hoe processen zich organiseren.

Een as representeert geen object. Een as representeert een relatie.

Dat onderscheid is essentieel.

De geometrie als regulatiekaart

De geometrische structuren binnen Axistase functioneren primair als regulatiekaart.

Zij beschrijven:

- waar spanning zich verzamelt,
- waar informatie vertraagt,
- waar filtering plaatsvindt,
- waar compensatie ontstaat,
- waar oscillatie stukt,
- en waar doorstroming behouden blijft.

De geometrie maakt daarmee zichtbaar hoe systemen zich organiseren onder druk.

Dit sluit aan bij meerdere hedendaagse onderzoeksrichtingen waarin complexe systemen niet meer uitsluitend lineair worden geanalyseerd, maar relationeel en topologisch.

Bijvoorbeeld:

- dynamische systeemtheorie,
- predictive processing,
- netwerkneurowetenschap,
- fasciaonderzoek,
- biofeedbackmodellen,
- tensegrity-benaderingen.

Binnen al deze velden verschuift de aandacht van losse onderdelen naar interactiepatronen.

Niet het afzonderlijke element staat centraal, maar: de organisatie van relaties tussen elementen.

Dat is precies waar Axistase zich positioneert.

Tensegrity en levende spanning

Een belangrijke parallel kan gevonden worden binnen tensegrity-modellen.

Binnen tensegrity wordt een structuur niet primair gedragen door massieve vaste delen, maar door een dynamisch evenwicht tussen spanning en compressie. Stabiliteit ontstaat dus niet doordat alles star vaststaat, maar doordat krachten zich voortdurend over het geheel herverdelen.

Dat principe is bijzonder relevant voor levende systemen.

Ook het menselijk lichaam functioneert grotendeels via spanningsdistributie:

- spieren,
- fascia,
- pezen,
- bindweefsel,
- ademdruk,
- vloeistofverplaatsing,
- en neurologische activatie vormen samen een continu aanpassend netwerk.

Het lichaam blijft coherent doordat spanning voortdurend verschuift.

Wanneer die verschuiving onmogelijk wordt, ontstaan fixatie en rigiditeit.

Binnen Axistase wordt dat proces beschreven als: stolling van dynamische regulatie.

Niet letterlijk biologisch stollen, maar: het verlies van adaptieve beweeglijkheid.

Stroming in plaats van raster

Een belangrijk gevolg hiervan is dat de assen nooit volledig lineair functioneren.

Een veelgemaakte fout bij het interpreteren van geometrische modellen is dat lijnen automatisch gelezen worden als harde begrenzingen. Daardoor ontstaat kritiek zoals: “mensen zijn niet symmetrisch”, of: “het lichaam bevat geen perfecte geometrische assen.”

Binnen Axistase is die kritiek gebaseerd op een verkeerde lezing van het model.

De assen zijn geen muren. Zij zijn permeabele stromingsroutes.

Daarom lijkt de functionele vorm van een as eerder op: ~~~~~ dan op:

De stroming beweegt:

- fluctuerend,
- golvend,
- torsieachtig,
- en contextafhankelijk.

Dat principe sluit nauwer aan bij:

- vloeistofdynamica,
- elektromagnetische veldmodellen,
- hersengolfpatronen,
- ademritmes,
- en neurofysiologische oscillatie.

De rechte lijn representeert daarom slechts de dominante richting van regulatie. Niet de letterlijke vorm van de stroming zelf.

Asymmetrie als voorwaarde voor adaptatie

Binnen levende systemen vormt asymmetrie geen defect, maar een noodzakelijke voorwaarde voor flexibiliteit.

Een volledig symmetrisch systeem zou:

- geen voorkeur kunnen ontwikkelen,
- geen selectie kunnen maken,
- geen richting kunnen genereren,
- geen aanpassing kunnen uitvoeren.

Adaptatie vereist verschil.

Dat verschil verschijnt als:

- microspanning,
- faseverschuiving,
- vertraging,
- lateralisatie,
- of fluctuatie.

Bijvoorbeeld: het brein verwerkt taal grotendeels asymmetrisch. Het hart roteert subtiel tijdens contractie. Ademhaling verschuift constant tussen links en rechts. Spieractivatie varieert afhankelijk van belasting.

Gezondheid ontstaat daarom niet door het elimineren van asymmetrie, maar door het vermogen om asymmetrie voortdurend te reguleren.

Axistase beschrijft precies die regulerende dynamiek.

Dynamische asymmetrie en neuroplasticiteit

Ook neuroplasticiteit ondersteunt dit perspectief.

Het zenuwstelsel verandert voortdurend onder invloed van:

- ervaring,
- aandacht,
- belasting,
- trauma,
- herhaling,
- en omgeving.

Neuronale netwerken reorganiseren zich constant.

Dat betekent dat:

- spanningspatronen,
- gedragsroutes,
- en reactielijnen nooit volledig vastliggen.

De assen binnen Axistase moeten daarom gelezen worden als: tijdelijke configuraties van waarschijnlijkheid.

Zij beschrijven: hoe het systeem zich momenteel organiseert.

Niet: wat iemand permanent "is".

Dat onderscheid maakt positionele diagnostiek fundamenteel anders dan klassieke labelmodellen.

Wanneer asymmetrie pathologisch wordt

Hoewel asymmetrie noodzakelijk is voor leven, kan asymmetrie ook ontsporen.

Dat gebeurt wanneer compensatie permanent wordt.

In gezonde regulatie blijft asymmetrie beweeglijk. Het systeem corrigeert zichzelf voortdurend.

Bij chronische belasting gebeurt echter iets anders: de compensatie fixeert.

Het systeem blijft dan hangen in:

- dezelfde spanning,
- dezelfde richting,
- dezelfde bescherming,
- dezelfde filterconfiguratie.

De asymmetrie verliest flexibiliteit.

Binnen Axistase wordt dat proces beschreven als: structurele fixatie van stroming.

De geometrie “verstijft”.

Niet omdat de vorm letterlijk verhardt, maar omdat het systeem zijn adaptieve beweeglijkheid verliest.

Dat wordt zichtbaar als:

- rigide gedrag,
- chronische spanning,
- identiteitsfixatie,
- relationele rigiditeit,
- overmatige controle,
- of voortdurende hyperactivatie.

De collapse van levende regulatie

Pathologie ontstaat binnen dit model wanneer oscillatie structureel beperkt raakt.

Dat gebeurt bijvoorbeeld wanneer:

- spanning niet meer kan ontladen,
- informatie niet meer gefilterd wordt,
- compensatie permanent actief blijft,
- of ritmische herverdeling stilvalt.

Het systeem raakt dan gevangen in één dominante configuratie.

Een dynamische regulatiestructuur verandert in een rigide patroon.

Binnen Axistase wordt dat proces beschreven als: collapse van adaptieve circulatie.

Dat betekent niet dat het systeem “kapot” is. Het betekent: dat de bewegingsvrijheid van regulatie drastisch vernauwd raakt.

Trauma als gefixeerde oscillatie

Trauma kan binnen dit raamwerk gelezen worden als een verstoring van ritmische adaptatie.

Het systeem blijft hangen in:

- activatie,
- verdediging,
- of immobilisatie.

De oorspronkelijke beschermingsreactie wordt permanent.

Daardoor ontstaat:

- vernauwing van aandacht,
- verhoogde voorspelling van dreiging,
- rigide gedragsroutes,
- en verlies van spontane herverdeling.

Het systeem gedraagt zich alsof oscillatie niet langer veilig is.

Daardoor fixeert spanning.

Burn-out als eenzijdige uitstroom

Burn-out kan binnen dit model gelezen worden als: een langdurige uitstroom zonder voldoende herverdeling.

Het systeem blijft:

- activeren,
- produceren,
- aanpassen,
- reageren, zonder voldoende:
- buffering,
- herstel,
- of integratie.

De asymmetrie raakt uitgeput.

Het systeem verliest conductiviteit.

Dissociatie als topologische ontkoppeling

Dissociatie representeert binnen Axistase geen “gebrek aan wilskracht” of defecte persoonlijkheid.

Het systeem gedraagt zich alsof bepaalde regulatielijnen tijdelijk van elkaar worden losgekoppeld om overbelasting te beperken.

Daardoor ontstaat:

- verminderd lichaamscontact,
- fragmentatie van aandacht,
- of verlies van emotionele integratie.

De verbinding tussen:

- ervaring,
- lichaam,
- en verwerking wordt tijdelijk instabiel.

Dat is een beschermingsconfiguratie.

Creativiteit als gecontroleerde expansie

Niet alle asymmetrie leidt tot pathologie.

Creativiteit ontstaat juist vaak door tijdelijke uitbreiding van regulatie.

Nieuwe combinaties worden mogelijk wanneer:

- vaste patronen versoepelen,
- filters tijdelijk verbreden,
- en oscillatie beweeglijk blijft.

Creativiteit vereist daarom:

- flexibiliteit,
 - tolerantie voor onzekerheid,
 - en gecontroleerde expansie van configuraties.
-

Flow als vrije doorgang

Flow representeert binnen dit model geen magische toestand, maar een configuratie waarin:

- spanning,
- aandacht,
- belasting,
- en richting tijdelijk coherent samenwerken.

De overgang tussen:

- activatie,
- filtering,
- en actie verloopt dan zonder excessieve frictie.

Het systeem hoeft minder te compenseren.

Daardoor ontstaat een ervaring van:

- moeiteloosheid,
- tijdsverlies,
- verhoogde integratie,
- en ritmische continuïteit.

Waarom deze verschuiving essentieel is

De overgang van: “symbolische geometrie” naar: “dynamische positionele mechanica” is waarschijnlijk een van de belangrijkste ontwikkelingen binnen het gehele Axistase-raamwerk.

Want hierdoor verschuift het model:

- weg van statische symboliek,
- weg van pseudomystieke interpretatie,
- weg van rigide rasterdenken.

En richting:

- levende systeemdynamiek,
- adaptieve regulatie,
- spanningsmechanica,
- en topologische organisatie.

Dat maakt het model:

- biologisch geloofwaardiger,
- theoretisch coherenter,
- wetenschappelijk beter positioneerbaar,
- én moeilijker te reduceren tot simplistische kritiek.

De geometrie binnen Axistase beschrijft daardoor uiteindelijk niet: een perfecte vorm, maar: de voortdurende poging van levende systemen om coherentie te behouden onder veranderende omstandigheden.

●

DEEL I — DE CENTRALE AS

De mens als regulerend doorgangspunt

Hoofdstuk 1 — De Verschuiving van Ego naar Mechanica

Het Vitruviaanse Doorgangspunt

Binnen veel klassieke interpretaties van de Vitruviusfiguur staat de mens centraal als harmonisch middelpunt van de geometrie. Het lichaam wordt daarbij gelezen als een perfect geordend object waarin proportie, symmetrie en balans samenkomen tot een ideaalbeeld van menselijke ordening. De figuur representeert binnen die traditie niet alleen anatomie, maar ook een filosofisch uitgangspunt: de mens als maat van alle dingen.

Binnen Axistase verschuift dat uitgangspunt fundamenteel.

Niet de menselijke figuur vormt het centrum van het systeem, maar de regulerende as waarlangs spanning, richting, ritme en informatie zich organiseren. Daarmee verschuift de aandacht van identiteit naar organisatie. Het model vraagt niet primair: “Wie is de mens?” maar: “Hoe organiseert een mens spanning, informatie en regulatie onder veranderende omstandigheden?”

Dat lijkt op het eerste gezicht een subtiel verschil, maar de implicaties ervan zijn groot.

Wanneer de mens centraal wordt geplaatst als vaststaand individu, ontstaat automatisch de neiging om gedrag te verklaren vanuit stabiele eigenschappen:

- karakter,
- persoonlijkheid,
- identiteit,
- intentie,
- of morele kwaliteiten.

Wanneer daarentegen de regulerende as centraal wordt geplaatst, verschuift de focus naar:

- configuratie,
- spanningsverdeling,
- adaptatie,
- filtering,
- en relationele positionering.

De mens wordt dan niet gelezen als een afgesloten entiteit, maar als een dynamisch systeem dat voortdurend informatie ontvangt, verwerkt, organiseert en omzet in gedrag.

Binnen dit raamwerk functioneert de mens daarom niet primair als “zelfstandig object”, maar als:

- doorgangspunt,
- interface,
- regulerende structuur,
- spanningsdrager,
- en biologisch filter.

Deze verschuiving van ego naar ‘mechanica’ vormt de fundamentele basis van het gehele model.

Van identiteit naar regulatie

Veel traditionele psychologische modellen zijn sterk gericht op inhoud:

- gedachten,
- emoties,
- overtuigingen,
- herinneringen,
- trauma's,
- verlangens.

Axistase probeert niet die inhoud te ontkennen, maar verschuift de aandacht naar de manier waarop die inhoud georganiseerd wordt.

Twee mensen kunnen bijvoorbeeld exact dezelfde emotie ervaren, maar totaal verschillend reageren afhankelijk van:

- hun spanningsverdeling,
- hun ritmische stabiliteit,
- hun filtering,
- hun herstelcapaciteit,
- en hun relationele positionering.

Het model stelt daarom dat gedrag niet uitsluitend voortkomt uit “wat iemand voelt”, maar uit hoe het systeem die ervaring **organiseert**.

Een emotie wordt binnen dit perspectief geen losstaand psychologisch object, maar onderdeel van een bredere regulatiedynamiek.

Dat betekent dat:

- angst,
- woede,
- terugtrekking,
- controle,
- vermijding,
- of overactivatie niet automatisch gelezen worden als identiteiten of karaktereigenschappen, maar als configuraties binnen een levend spanningsstelsel.

Hierdoor verschuift de analyse van: “wat iemand is” naar: “**hoe spanning zich binnen het systeem organiseert**”.

Het lichaam als spanningslandschap

Binnen Axistase wordt het lichaam niet uitsluitend beschouwd als biologisch object, maar als **dynamisch spanningslandschap**.

Dat spanningslandschap omvat:

- neurologische activatie,
- hormonale fluctuatie,
- ademritme,
- spieractiviteit,
- aandacht,
- emotionele respons,
- relationele afstemming,
- en gedragsreacties.

Al deze processen beïnvloeden elkaar voortdurend.

Het systeem leeft daarom niet lineair, maar circulair.

Een gedachte beïnvloedt het lichaam. Het lichaam beïnvloedt aandacht. Aandacht beïnvloedt gedrag. Gedrag beïnvloedt relaties. Relaties beïnvloeden stressregulatie. Stressregulatie beïnvloedt opnieuw het lichaam.

Binnen zo'n systeem is het onmogelijk om één geïsoleerd centrum aan te wijzen dat alles "controleert".

De mens functioneert eerder als een netwerk van continue spanningsinteracties.

Daarom verschuift het model weg van statische identiteit en richting dynamische regulatie.

De Vitruviaanse verschuiving

De Vitruviusfiguur krijgt binnen dit raamwerk daarom een nieuwe betekenis.

Niet: de perfecte mens in perfecte proportie, maar: de mens als kruispunt van regulerende krachten.

De cirkel en het vierkant functioneren hierbij niet als esoterische symbolen, maar als representaties van **twee verschillende ordeningsprincipes**.

De cirkel representeert:

- continuïteit,
- ritme,
- herhaling,
- stroming,
- en cyclische regulatie.

Het vierkant representeert:

- structuur,
- begrenzing,
- stabilisatie,
- oriëntatie,
- en positionering.

De menselijke figuur bevindt zich niet bóven deze principes, maar **ertussenin**.

De mens functioneert als overgangsstructuur tussen:

- beweging en stabilisatie,
- flexibiliteit en begrenzing,
- adaptatie en vorm.

De centrale as organiseert die overgang.

De mens als interface

Een van de meest fundamentele uitgangspunten binnen dit hoofdstuk is dat de mens functioneert als interface.

Een interface is geen vaste inhoud, maar een overgangslaag tussen systemen.

Een membraan bijvoorbeeld:

- laat bepaalde informatie door,
- houdt andere informatie tegen,
- filtert,
- reguleert,
- en past zich aan omstandigheden aan.

Ook het menselijk zenuwstelsel functioneert grotendeels op die manier.

Het ontvangt voortdurend enorme hoeveelheden informatie:

- zintuiglijke input,
- lichaamssignalen,
- sociale signalen,
- interne voorspellingen,
- herinneringen,
- associaties.

Slechts een klein deel daarvan bereikt uiteindelijk bewust gedrag.

De mens functioneert dus voortdurend als filtermechanisme.

Dat filteringproces vormt een kernonderdeel van Axistase.

De illusie van stabiliteit

Een belangrijke implicatie van dit model is dat stabiliteit grotendeels relationeel en tijdelijk is.

Veel mensen ervaren zichzelf alsof zij een stabiele vaste identiteit bezitten.

Vanuit biologisch perspectief is het systeem echter voortdurend in beweging:

- cellen vernieuwen,
- hormonen fluctueren,
- aandacht verschuift,
- hersennetwerken reorganiseren,
- relaties veranderen,
- stressniveaus variëren.

Zelfs persoonlijkheid blijkt veel dynamischer dan lange tijd werd aangenomen.

Het gevoel van een “vast ik” ontstaat grotendeels doordat het systeem voldoende coherentie behoudt over tijd.

Die coherentie is echter geen statisch object. Zij moet voortdurend gereguleerd worden.

Binnen Axistase wordt identiteit daarom gelezen als: **een tijdelijke stabilisatie van spanningsconfiguraties.**

Regulatie als primaire functie

Wanneer de mens gelezen wordt als regulerend systeem verschuift automatisch ook de vraag wat gezondheid eigenlijk betekent.

Gezondheid wordt dan niet uitsluitend:

- afwezigheid van symptomen,
- of aanwezigheid van geluk.

Gezondheid wordt: het vermogen van een systeem om:

- spanning te verdelen,
- informatie te verwerken,
- oscillatie te behouden,
- belasting te reguleren,
- en adaptief te reorganiseren.

Dat betekent dat een systeem soms tijdelijk instabiel mag zijn zolang het:

- beweeglijk blijft,
- corrigeerbaar blijft,
- en toegang behoudt tot herverdeling.

Rigide stabiliteit kan binnen dit perspectief juist ongezond zijn.

De Verticale As

Binnen het model van Axistase vormt de verticale as de primaire spanningslijn waarlangs tegengestelde processen zich organiseren.

Deze as representeert niet één specifiek anatomisch kanaal, maar een dynamische relatie tussen verschillende regulerende bewegingen:

- **expansie ↔ compressie,**
- **projectie ↔ reflectie,**
- **instroom ↔ belichaming,**
- **activatie ↔ herstel,**
- **informatie ↔ vorm.**

De verticale as functioneert daarmee als dragende ordeningslijn van het systeem.

Belangrijk hierbij is dat deze as niet gelezen moet worden als een rigide rechte lijn die letterlijk door het lichaam loopt. Zij representeert een functionele richting waarlangs regulatie plaatsvindt.

De as beschrijft: hoe het systeem spanning organiseert tussen tegengestelde toestanden.

Expansie en compressie

Levende systemen oscilleren voortdurend tussen expansie en compressie.

Bij expansie opent het systeem zich:

- aandacht verbreedt,
- informatie-instroom neemt toe,
- beweging ontstaat,
- exploratie wordt mogelijk.

Bij compressie gebeurt het tegenovergestelde:

- focus vernauwt,
- spanning condenseert,
- selectie neemt toe,
- actie wordt geconcretiseerd.

Geen van beide toestanden is op zichzelf gezond of ongezond.

Problemen ontstaan pas wanneer het systeem structureel vastloopt in één richting.

Chronische expansie kan leiden tot:

- overprikkeling,
- versnippering,
- impulsiviteit,
- uitputting.

Chronische compressie kan leiden tot:

- rigiditeit,
- controle,
- stagnatie,
- en verlies van flexibiliteit.

Gezonde regulatie vereist daarom **voortdurende oscillatie tussen beide.**

Projectie en reflectie

De verticale as beschrijft ook de spanning tussen externe gerichtheid en interne verwerking.

Projectie representeert:

- actie,
- doelgerichtheid,
- expressie,
- en invloed op de omgeving.

Reflectie representeert:

- verwerking,
- buffering,
- herstel,
- en interne organisatie.

Ook hier geldt: geen van beide is superieur.

Een systeem dat uitsluitend projecteert raakt uitgeput. Een systeem dat uitsluitend reflecteert raakt geïsoleerd.

Coherentie ontstaat door ritmische afwisseling.

Instroom en belichaming

Levende systemen ontvangen voortdurend informatie.

Die informatie moet:

- verwerkt,
- geïntegreerd,
- en belichaamd worden.

Instroom zonder integratie leidt tot overload. Belichaming zonder nieuwe instroom leidt tot rigiditeit.

De verticale as representeert daarom ook de beweging tussen:

- ontvangen,
 - en concretiseren.
-

Activatie en herstel

Misschien het meest direct zichtbaar wordt deze dynamiek binnen stressregulatie.

Het zenuwstelsel beweegt voortdurend tussen:

- **activatie,**
- **en herstel.**

Activatie mobiliseert energie. Herstel herverdeelt energie.

Wanneer herstel onvoldoende plaatsvindt ontstaat chronische spanning.

Wanneer activatie onvoldoende mogelijk is ontstaat passiviteit en collaps.

Gezondheid vereist daarom niet permanente rust, maar: ritmische flexibiliteit.