1 oktober 1998
jaargang 8

Praktische Humanistiek

kwartaaltijdschrift

Klassieke zelfzorg, levenskunst & geestelijke gezondheidszorg

De horizontale kwaliteitsbenadering en geestelijk werk

Het 'halve' humanisme van het Humanistisch Verbond

Leren zingen als fenomenologisch-lijfelijk onderzoek

PRAKTISCHE HUMANISTIEK

Praktische Humanistiek verschijnt viermaal per jaar en beoogt een bijdrage te leveren aan de verdere professionalisering van mensgerichte beroepen, in het bijzonder geestelijk werk en de reflectie daarover. Het richt zich tot beroepskrachten die vanuit een humanistische inspiratie mensen begeleiden en stimuleren, met bijzondere aandacht voor zingevingsvragen.

REDACTIECOMMISSIE
Prof.dr Douwe van Houten (voorzitter), drs Marco van Groenendael (secretaris), drs Ina Brouwer, drs Rob Buitenweg, Ellen Grootoonk, Ed van Hoorn, drs Brecht Molenaar (correctie), Margot Scholte en drs Mart Vogels.

REDACTIERAAD
Prof.dr H.J. Achterhuis (Technische Universiteit Twente)
Prof.dr A.J. Baart (Katholieke Theologische Universiteit, Utrecht)
Prof.dr G. van der Laan (Universiteit Utrecht/NIZW)
Prof.dr J. van Mens-Verhulst (Universiteit Utrecht)
Prof.dr mr J. de Savornin Lohman (Universiteit Amsterdam)
Prof.dr S.L. Sevenhuijsen (Universiteit Utrecht)
Prof.dr R. Veenhoven (Universiteit Utrecht)
Prof.dr M.A. Verkerk (Rijksuniversiteit Groningen/Erasmus Universiteit Rotterdam)

Gerefereerde bijdragen zijn in de inhoudsopgave aangegeven met een *

REDACTIEADRES
Postbus 470, 3500 AL Utrecht. Telefoon: (030) 2390100, fax: (030) 2390170

UITGEVERIJ EN ABONNEMENTENADMINISTRATIE
Uitgeverij SWP, Postbus 578, 3500 AN Utrecht. Telefoon: (030) 2368060, fax: (030) 2368140,
e-mail: swp@wxs.nl

ABONNEMENTEN
Een jaarabonnement omvat vier nummers en loopt van september tot september. De abonnementsprijs per jaargang bedraagt ƒ 60,00. Voor studenten geldt een gereduceerd tarief van ƒ 44,00. Voor instellingen bedraagt de abonnementsprijs ƒ 86,50. Collectief abonnement (geleverd op één adres) ƒ 50,00 (10-24 ex.); of ƒ 44,00 (25 en meer ex.).
Losse nummers ƒ 26,50 (excl. administratie- en verzendkosten).

OPZEGGING
Abonnementen kunnen alleen schriftelijk bij de uitgever tot uiterlijk 1 augustus van het lopende abonnementsjaar worden opgezegd. Bij niet tijdig opzeggen wordt het abonnement automatisch met één jaar verlengd.

KOPIJ
Ieder die zich professioneel met humanistisch raadswerk en geestelijke verzorging bezighoudt, alsmede ieder die een bijdrage wil leveren aan de theoretische en/of praktische verdieping en ontwikkeling van het humanistisch geestelijk werk, wordt uitgenodigd beschouwende artikelen, opiniërende stukken of reflecties over ervaringen aan te leveren. U kunt hiertoe contact opnemen met de redactie. Zie verder de binnenkant achterkaft voor richtlijnen auteurs.

Ontwerp en omslag: WAT-ontwerpers [Utrecht]
© Uitgeverij SWP, 1998, alle rechten voorbehouden
ISSN 0926-5228

Nederlands uitgeversverbond
Groep vaktijdschriften

INHOUD

2 **Redactioneel**

5 **Veel geduld en échte koffie**
Woorden aan het werk bij Justitie
• *Judith Leest*

15 **Levenskunst en de moderne geestelijke gezondheidszorg**
Toepassingen van klassieke zelfzorgpraktijken op de moderne psychotherapie - Interview met Jacques Graste
• *Joep Dohmen*

27 **Geestelijk werk en horizontaal kwaliteitsbeleid**
Een voorbeeld van synergie binnen de humanistische beweging
• *Harry Kunneman*

36 **Interview met Peter Samwel**
Het 'halve' humanisme van het Humanistisch Verbond
• *Gerard Snels*

41 **Stem Krijgen**
Leren zingen, een lijfelijk onderzoek
• *Herman Coenen*

54 **Recensies**

61 **Signalementen**
• *Ellen Grootoonk*

Richtlijnen voor auteurs

REDACTIONEEL

Met dit nummer gaat *Praktische Humanistiek* de achtste jaargang in. Op zich is dat al heel wat, maar een echt volwassen tijdschrift is het nog niet. Er zijn nog steeds te weinig abonnees en wat nog ernstiger is, er zijn te weinig auteurs.
Vier keer per jaar moeten we ons met enige angst afvragen of we wel voldoende kopij hebben om aan 64 bladzijden te komen en de luxe van reserve-kopij kennen we niet. De bedoeling is dat we telkens een nummer voor zijn, maar tot nu toe lukt dat van geen kant. Onder dergelijke omstandigheden is het moeilijk een wat meer gericht redactiebeleid te voeren. Dat levert wel heel gevarieerde nummers op, maar soms wel wat heel gevarieerd. Daarbij blijft het aantal gerefereerde bijdragen nogal achter bij wat we ons daarbij voorgesteld hadden. Voor de leden van de redactiecommissie die belast zijn met het refereren is dat wellicht wel rustig, maar daarvoor waren ze niet gevraagd.

Het uitblijven van bijdragen verbaast me eerlijk gezegd wat, want wat ik zoal uit de werkvelden hoor, is dat er van alles gebeurt wat het vermelden zeker waard is. Kennelijk geldt voor geestelijk werk hetzelfde als wat bijvoorbeeld ook voor het maatschappelijk werk geldt; het zijn nogal schriftloze culturen. Dat is opmerkelijk, want het zijn beide zeer verbale werksoorten. Toch levert de al enige malen geplaatste oproep 'Geef woorden aan je werk' weinig op. Met het bieden van de mogelijkheid korte praktijkimpressies in te brengen hadden we gedacht een eventuele drempel te verlagen, maar kennelijk lukt dat onvoldoende. Niettemin blijven we volhouden; een praktijkimpressie van 300 woorden is al genoeg, gewoon een stukje casuïstiek.

Zoals gezegd brengt de bescheiden toelevering van kopij met zich mee dat we niet echt in staat zijn een redactiebeleid te voeren. In dit nummer komen wel meerdere werkvelden (justitie, defensie en organisatie en beleid) aan de orde, maar het aandeel - hoewel kwalitatief goede - interviewachtige bijdragen stijgt de laatste tijd verdacht. En ook dit keer hebben we geen wetenschappelijke artikelen.

In 'Veel geduld en echte koffie - Woorden aan het werk bij Justitie' gaat Judith Leest in op haar ervaringen als stagiaire in een vrouwengevangenis. Aan de hand van drie casussen beschrijft ze wat het humanistisch geestelijk raadswerk volgens haar te bieden heeft. Meer specifiek gaat het daarbij dan om het begeleiden van cliënten bij Justitie.
De centrale vraag in haar artikel is wat een raadswerktraject tot een goede begeleiding maakt. Ze komt daarbij tot een aantal kernen: ten eerste hoe vanuit de ('luxe') institutionele inbedding van het humanistisch geestelijk werk (HGW) tot betrokken, gezamenlijke reflectie kan worden gekomen; ten tweede op welke wijze kracht, vertrouwen en zeggenschap over het eigen leven alles te maken heeft met het hervinden van eigenwaarde en met *empowerment*; en hoe op de derde plaats, erkenning door de geestelijk verzorger kan bijdragen om de eigen verantwoordelijkheid te 'leren' zien,

hetgeen weer alles te maken heeft met vertrouwen, reflectie, zeggenschap en eigenwaarde. Interessant is daarbij de blik die de lezer gegund wordt in de wijze waarop de eigen normativiteit de geestelijk verzorger soms parten speelt.

Joep Dohmen geeft in 'Levenskunst en de moderne geestelijke gezondheidszorg' een weergave van het interview dat hij gehouden heeft met Jacques Graste. De laatste is auteur van *Zorg voor de psyche*, een studie naar de aard van zelfzorg in de klassieke oudheid. De achterliggende vraag van het onderzoek is of er in de Grieks-Romeinse tijd een zorgpraktijk te vinden is die als inspiratie kan dienen voor de hedendaagse psychotherapie. In Grastes bevindingen blijkt het begrip levenskunst een belangrijke rol te spelen; het interview wordt derhalve dan ook ingeleid door een korte schets over de opmars van de levenskunst en een beschrijving van *Zorg voor de psyche*.
Graste wordt in het interview onder meer aan de tand gevoeld over Foucault, de klassieke zelfzorg, Aristoteles' analyse over geluk, verliefd zijn, aandacht hebben voor de ander, levenskunst als vorm van brede moraal en de mogelijke toepassing van bestaansethiek op het niveau van professionele organisaties en de hedendaagse psychotherapie.

Harry Kunneman laat in zijn artikel 'Geestelijk werk en horizontaal kwaliteitsbeleid' zien, hoe bestaande (expliciet) humanistische beroepspraktijken en nieuwe (impliciet) humanistisch-geïnspireerde beroepsmogelijkheden elkaar wederzijds kunnen inspireren. Het verschil tussen expliciet en impliciet humanisme ziet hij daarbij niet als onoverkomelijk. Integendeel! In zijn betoog pleit Kunneman er juist voor om vanuit de verschillen tot nieuwe vormen van samenwerking en wederzijdse inspiratie te komen. In zijn visie hebben de bestaande, expliciet-humanistische beroepspraktijken en de nieuwe of verder te ontwikkelen humanistisch-geïnspireerde vormen van dienstverlening, elkaar veel te bieden. Hij laat zien dat nieuwe vormen van samenwerking aansluiten bij recente ontwikkelingen in de humanistische beweging en in de zorg. Als casus beschrijft hij daartoe de positieve ervaringen met de implementatie van een horizontale kwaliteitssysteem in drie humanistische verzorgingshuizen. Hierbij bleken op natuurlijke wijze *synergetische* effecten met de geestelijke verzorging te ontstaan.

Gerard Snels heeft een interview gehouden met Peter Samwel, voorheen werkzaam binnen de Dienst HGW bij Defensie. Het gesprek gaat over de achterliggende redenen van zijn zelfgekozen vertrek. Dat blijkt in hoge mate verband te houden met de spanning tussen een persoonlijk doorleefd humanisme en het humanisme van het Humanistisch Verbond. Het officiële humanisme laat volgens Samwel tè weinig ruimte voor de innerlijke autoriteit van de mens en is onvoldoende uitgediept. Dat leidt in zijn optiek tot een zogenaamd 'half' humanisme: een humanisme dat weinig inspireert en geen aandacht besteedt aan de spirituele ervaringskant van mensen. De oorzaak hiervan is het vasthouden aan het verzuilde karakter van geestelijke verzorging, waardoor de georganiseerde levensbeschouwelijkheid domineert. Van een open beroepshouding kan dan geen sprake zijn en dat was uiteindelijk de belangrijkste reden om de dienst bij Defensie te verlaten.
Wat volgens mij op de achtergrond meespeelt is dat er tot nu toe weinig is nagedacht over wat verdergaande secularisatie inhoudt voor geestelijke verzorging. Het gaat me dan niet om de kwantitatieve verdeling van geestelijk verzorgers over de traditionele denominaties, maar om de kwalitatieve doordenking in tijden van levensbeschouwelijke diffusie en individualisering. Bijdragen hierover zijn van harte welkom.

Herman Coenen schrijft over zijn ervaringen met leren zingen. Hij doet dit vanuit het perspectief van reflexieve lichamelijkheid. Uitgangspunt daarbij is de persoonlijke ontwikkelingsgang in combinatie met de gemeenschappelijkheid die in het lichamelijke besloten ligt. Introspectie op het hier en nu van het eigen lijf geeft in zijn optiek ook toegang tot een werkelijkheid die door anderen

gedeeld wordt. Ook al is tussen twee mensen niets letterlijk hetzelfde, toch schept de wederzijdse lijfelijkheid verwantschappen die hetgeen wij over onszelf zeggen voor elkaar verstaanbaar maakt.
Het artikel is daarmee een voorbeeld van een fenomenologisch onderzoek; een onderzoek dat stelling neemt tegen de traditioneel-wetenschappelijk gevormde blik met haar introspectie-verbod. Daarnaast wordt in het onderzoek beschreven hoe het proces van het leren zingen, een proces is dat van alles te maken heeft met techniek. Coenen laat zien dat leren zingen veel meer is dan het toepassen van die techniek of het verder aanscherpen van een technische vaardigheid, hetgeen als gegeven een mogelijke impuls zou kunnen vormen in de (inmiddels wat stilgevallen) discussie omtrent de methodiek van het HGW.

Afsluitend een aantal boekbesprekingen en signalementen. Wellicht kan het geen kwaad te benadrukken dat boekbesprekingen niet per se door leden van de redactiecommissie geschreven hoeven te worden. Wie denkt iets te melden te hebben over een recent boek dat van belang is voor de lezers van *Praktische Humanistiek,* is van harte uitgenodigd dat te doen. Dat kan dan door contact op te nemen met Ellen Grootoonk; in een aantal gevallen is het mogelijk via haar een recensie-exemplaar aan te vragen.

De samenstelling van de redactiecommissie vertoont nog steeds de nodige dynamiek. Ik heet Margot Scholten van harte welkom. Ze is werkzaam bij het Nederlands Instituut voor Zorg en Welzijn en neemt de plaats in van Mieke van IJzendoorn. De samenwerking tot nu toe is veelbelovend. Om persoonlijke redenen heeft Ingrid Barneveld de redactie verlaten. We betreuren dat zeer en danken haar voor haar inzet voor *Praktische Humanistiek*. We rekenen er wel op zo nu en dan een bijdrage van haar te mogen ontvangen. Haar plaats wordt ingenomen door Ine Spitters. Ze is opgeleid tot docente maatschappijleer, afgestudeerd aan de Universiteit voor Humanistiek en publiciste. In de Humanistische Bibliotheek verscheen recent haar boek *Zonder passie heb je niets,* met daarin zeven interviews met filosofen in Nederland en Vlaanderen. Ine verhuist binnenkort naar Antwerpen en de opzet is dat ze van daaruit Vlaams correspondente wordt. Immers, praktische humanistiek houdt niet op bij de Nederlandse landsgrenzen.

Douwe van Houten

Veel geduld en échte koffie

Woorden aan het werk bij Justitie

Judith Leest

In dit artikel wil ik gehoor geven aan de oproep 'Geef woorden aan je werk'. Terugkijkend op mijn eerste kennismaking met de praktijk van het humanistisch geestelijk werk (HGW), probeer ik te omschrijven wat mijns inziens de kern is van het raadswerk binnen een gevangenis, en specifiek binnen een vrouwengevangenis. Via drie verschillende - maar ieder op hun eigen manier illustratieve - casussen, zoek ik een antwoord op de steeds terugkerende vraag wat het HGW volgens mij te bieden heeft.

Inleiding

Een koude en vroege maandagochtend in januari op het centraal station van Utrecht. Op weg naar de trein richting Breda, waar mijn stageplek is, klampt een jonge vrouw me aan voor wat kleingeld. Ze is begin twintig, heeft een bleek gezicht en kijkt onrustig uit haar ogen. Anderhalf uur later heb ik een gesprek met een van de vrouwen in de gevangenis, Evelien. [1]

Ze is begin twintig, acht jaar verslaafd en voor de vierde keer in Breda. Na drie maanden 'zitten' komt ze morgen weer vrij. Het wonderlijke gegeven dat, naarmate het leven buiten de gevangenis weer in zicht komt, veel verslaafden volledig in beslag genomen lijken te worden genomen door de *dope*, is ook bij Evelien duidelijk zichtbaar. Waar we het vorige week nog hadden over trouw blijven aan jezelf en je eigen waarden, overheerst nu de onrust. De ontmoeting van die ochtend confronteert me - mede door de uiterlijke gelijkenis tussen de twee vrouwen - weer eens met de vraag wat het raadswerk eigenlijk te bieden heeft. Een vraag die zich vooral aandient bij de verslaafden die keer op keer recidiveren en die het overgrote deel van de populatie in de vrouwengevangenis uitmaken.

Wat is het belang en de 'legitimatie' van het raadswerk als ook deze vrouw morgen - iets wat niet onwaarschijnlijk is - linea recta naar een dealer stapt? Hoe behoud je als geestelijk verzorger je motivatie en inspiratie als je cliënten steeds weer ziet recidiveren? Oftewel, wat is in het licht van die weerbarstige praktijk de functie en het belang van de - in mijn ogen vaak zeer zinnige - gespreksinhouden, als de opgedane inzichten tijdens de detentieperiode volledig lijken te verdwijnen zodra mensen weer op straat staan? In dit artikel tracht ik aan te geven waarom het raadswerk in de gevangenis, ondanks deze terugkerende en moeilijk te beantwoorden vraag, mijns inziens belangrijk is èn blijft.

De 'luxe'-positie van de HGW-er

De vraag over het belang en de legitimatie van het HGW stel ik me onder meer ook in het contact met Roos. Haar verhaal is in veel opzichten illustratief voor dat van vele van de, met name verslaafde, vrouwen in de gevangenis. Roos is een vrouw van ongeveer veertig jaar, waarvan een kleine twintig jaar verslaafd en dakloos; ze heeft naar eigen zeggen alle 'bajessen' van Nederland van binnen gezien. In haar dagelijks leven is ze 'gespecialiseerd' in leren jassen, wat haar vaste aandeel is op de zwarte markt in een van de grote steden in Nederland. Ze moet een paar maanden 'oude' straffen uitzitten, dat wil zeggen meerdere 'opgespaarde' winkeldiefstallen. In de vijftien gesprekken die ik met haar heb, komt steeds terug hoe vast ze in haar leven zit. Dat leven bestaat telkens weer uit maanden van detentie afgewisseld met het daarbuiten zorgen voor de nodige portie heroïne. Een ander doel of streven is er niet. En hoewel ze bijvoorbeeld met een zeker genoegen kan vertellen over de spanning van het kat-en-muis-spel met de bewaking van de V&D, wordt steeds duidelijker dat ze haar leven op deze manier moe is. Nooit eerder heeft ze een serieuze poging ondernomen om af te kicken, maar tijdens onze gesprekken krijgt dit idee wel steeds meer vorm.

Roos is geen vrouw die, zoals sommigen van de verslaafden, 'mooi kan lullen.' Ze is geen prater en heeft dat in de loop van haar leven in tehuizen, pleeggezinnen en op straat ook nooit geleerd. Ze komt een beetje hard en onverschillig over en ik vermoed dat haar gebrek aan grote woorden en enthousiasme een van de redenen is waarom ze telkens maar niet boven aan de (lange) wachtlijst van de verslavingszorg komt. Daarbij komt - zo realiseer ik me in de loop van onze gesprekken - dat ze zich daardoor ook maar moeilijk kan motiveren. Ze heeft simpelweg geen idee van het alternatief; een leven zonder drugs is voor haar onvoorstelbaar geworden.

Het resultaat is dat ze ook binnen de gevangenis steeds verder verzandt in een neerwaartse spiraal. Desalniettemin is ze 'bajesmoe' en wil ze iets anders met haar leven. Ze weet alleen niet wat en hoe. De medewerkers van de reclassering laten haar zitten en men geeft aan dat er geen tijd is zich om haar te bekommeren, waarop Roos de haar bekendste manier om frustratie het hoofd te bieden aangrijpt, en weer drugs gaat gebruiken. Voor de PIW-ers op de etage waar ze verblijft, alsook voor de reclassering, is dit een bevestiging van het 'feit' dat ze inderdaad niet gemotiveerd is. [2] Voor Roos is het echter een soort noodkreet 'want dit is nu juist mijn probleem, waar ik van af wil!' Ze doet bij mij veelvuldig haar beklag over 'al die hulpverleners die er voor je zijn, maar je gewoon laten zitten, net als de mensen buiten'. Haar schaarse vertrouwen in 'de mensheid' wordt zo wederom op de proef gesteld.
Deze situatie is in mijn ogen een belangrijke illustratie in het licht van de betekenis van het geestelijk werk binnen justitie. Roos - en met haar vele anderen - heeft de pech dat al zovelen vóór haar hun plannen om af te kicken niet waar hebben kunnen maken. Het gevolg van de hoge recidive-cijfers is dat de beeldvorming ten aanzien van deze vrouwen steeds cynischer en negatiever wordt. De reclassering wordt selectiever en stort zich vooral op verslaafden die nog maar kort verslaafd zijn en pas voor het eerst vastzitten. Vrouwen als Roos lijken een beetje te zijn opgegeven en het feit dat ze nog niet eerder een afkickpoging heeft gedaan, weegt blijkbaar niet op tegen het stigma dat vele jaren van verslaving met zich mee lijkt te brengen. De kans dat het doel in deze situatie zal slagen is dan ook - zo veronderstelt men - relatief klein.

Aanvankelijk vraag ik me nogal eens af of het contact met Roos nu een 'goed' raadswerktraject vormt, aangezien we vooral veel koffie drinken en meestal weinig te bepraten hebben. Roos zelf wil me het liefst twee keer in de week zien en steeds meer realiseer ik me wat mijn

functie als raadsvrouw voor haar kan betekenen. Omdat ze van mij, in tegenstelling tot de andere hulpverleners, niet afhankelijk is voor het regelen van praktische zaken, heb ik de 'luxe' dat ik haar serieus kan nemen. Immers, ík lijd geen gezichtsverlies (bijvoorbeeld bij een kliniek of arbeidsbureau) als haar afkickpoging mislukt. Daardoor kan ik, zonder terughoudendheid, met haar praten over de wens dit leven te veranderen. Ook al is dat in praktijk nog heel ver weg en zal ze dat misschien zelfs nooit bereiken. Roos hoeft bovendien naar míj toe niet te bewijzen dat ze voldoende motivatie en wilskracht heeft. Integendeel, mijn positie biedt de luxe om juist ook de twijfels en de uitzichtloosheid aan de orde te kunnen stellen.

Mijn streven als raadsvrouw is niet om per definitie te zoeken naar een weg uit die uitzichtloosheid, maar is veel meer gericht op het stilstaan bij het feit dat de gegeven situatie vol moedeloosheid en twijfel is. Ik zoek met de vrouwen dan ook vooral naar de betekenis van de verslaving of van het delict voor hun leven op dat moment. De luxe van mijn positie ligt daarmee in het feit dat ik in ons contact niet bij voorbaat een resultaat (afkicken) voor ogen heb. De reflectie op de huidige situatie en de zin(loosheid) van het leven, met alles wat daarbij hoort, is mijn 'doelgerichtheid'. En dat houdt bijvoorbeeld in dat we praten over een manier om te leren aanvaarden of accepteren 'dat er nu eenmaal ook ellende is', en dat dat ook bij het leven hoort. Omdat mijn taak in de gevangenis niet is me te richten op de verslavingsproblematiek of het criminele gedrag, kan ik met Roos die problemen even laten voor wat ze zijn, en met haar praten over haar moedeloosheid. Ik denk dat het onder ogen durven zien dat de situatie moedeloos en onzeker is, mogelijkheden biedt om tot op zekere hoogte tot aanvaarding en acceptatie te komen. Door de uitzichtloosheid er te laten zijn, krijgt het een plek en een betekenis in haar leven, en in ons contact. Acceptatie is mijns inziens voorwaarde om de kracht te vinden 'er weer aan te durven gaan staan'. Of dat laatste nu betekent afkicken of toch het 'kiezen' voor de drugs, is dan aan de cliënt.
In die zin 'mislukt' mijn werk dus ook niet als iemand weer terugvalt. Hoewel dit laatste mijn professionele overtuiging is, neemt het niet weg dat ik in praktijk toch vaak meer doelgerichtheid voel dan mijn functie wellicht toelaat. Mijn betrokkenheid en sympathie maakt dat ik het liefst zou zien dat mijn cliënten afkicken; al is het maar omdat drugsgebruik voor de meesten een prettig leven in de weg staat. Mijn eigen normativiteit speelt me hierin zeker parten. Uit het vervolg van het artikel zal blijken dat die het werk soms ook héél moeilijk maakt.

In de begeleiding van Roos betekent dit alles dat ik haar - in tegenstelling tot sommige andere hulpverleners - juist wèl ophaal van cel als ze weer eens op rapport zit. [3] Op die manier laat ik zien dat ik haar verslavingsprobleem erken, in plaats van dat ik haar verwijten maak. Het betekent ook dat ik achter de reclassering aanzit en waar mogelijk zelf dingen regel die Roos nodig heeft voor de kliniek, zoals een legitimatiebewijs en een uitkering. In het Gedetineerden Overleg doe ik - met toestemming van Roos - een goed woordje voor haar. [4] Vanuit mijn specifieke invalshoek kan ik hier de gelegenheid aangrijpen om aan te geven dat ze wel degelijk heel graag naar de kliniek wil en niet zonder meer hetzelfde 'geval' is als vele anderen. Natuurlijk besef ik me dat mijn manier van kijken niet alleen te maken heeft met de speciale positie van de geestelijke verzorging; ik ben ook nog niet zo 'gepokt en gemazeld' als de reclassering, die een groot aantal vrouwen keer op keer terug heeft zien komen. En toch ben ik ervan overtuigd dat in deze 'luxe-positie' en in de specifieke gerichtheid op zingeving juist de kracht schuilt van het raadswerk. Met name omdat je van daaruit kunt blijven vertrouwen in iemands mogelijkheden, in de bajes overigens een schaars goed, en omdat je dat ook kunt laten blijken. Al

is dat, zoals bij Roos, met weinig woorden, weinig diepgang en weinig gefilosofeer over normen en waarden.

Als het 'bestaansrecht' van het geestelijk werk wordt bepaald door de 'cliënt', dan is dat in deze context duidelijk. Of zoals Roos het bij ons afscheid formuleerde: 'Als jij er niet was geweest, was het helemaal een kloteboel geweest!' Uitgaande van haar door criminaliteit en verslaving gekleurde situatie, konden de andere hulpverleners niet zo veel (meer) doen. Vanuit mijn positie van niet iets hoeven oplossen (hetzij problemen uit haar verleden, hetzij de verslaving in de toekomst), kon ik er voor haar zijn èn haar laten zijn wie ze was: namelijk een vrouw met verdriet, wijsheid, twijfel, verlangen en frustratie. Dàt is wat ik herkende in haar, en dat is wat mij met haar op een bepaalde manier verbond. Als raadswerker kan je ruimte bieden aan deze herkenning en alle emotionele en existentiële aspecten die daarbij horen. En die ruimte is, hoe basaal en 'gewoon' ook, in de bajes nu eenmaal niet erg groot.

Daarnaast is, denk ik, juist ook gedacht vanuit de machteloosheid van het systeem - iedereen zit immers met de handen in het haar over de hopeloze verslavingsproblematiek - de luxe-positie van het geestelijk werk van wezenlijk belang. Afkicken is, zo heb ik inmiddels wel begrepen, ontzettend moeilijk. Om de kracht te vinden hieraan te durven beginnen, is het nodig dat iemand wéét dat ze niet in de steek gelaten zal worden, dat er hoe dan ook iemand zal zijn. Niet in de laatste plaats, omdat de meeste verslaafden deze basis van veiligheid en zorg in hun leven hebben moeten ontberen. En dat is vaak (een van) de reden(en) geweest waarom ze verslaafd zijn geraakt. Roos' leven werd steeds opnieuw getekend door het gegeven dat mensen haar in de kou lieten staan. Letterlijk en figuurlijk: haar - aan de alcohol verslaafde - moeder verliet haar als kind, 'de samenleving' laat haar letterlijk op straat staan en nu, in de gevangenis, wordt ze min of meer weer aan haar lot overgelaten.

Kracht hervinden

Vanuit het hierboven beschreven perspectief kun je als geestelijk verzorger mensen een (bescheiden) basis verschaffen om weer wat moed en vertrouwen te krijgen in het eigen leven. Ik wil dit illustreren aan de hand van het contact met Evelien, de vrouw die ik al eerder noemde in de inleiding.
Evelien komt naar eigen zeggen uit een 'net' milieu met een 'normale' opvoeding: haar ouders zitten beiden in het onderwijs, en zowel haar zus als haar broer hebben een goede baan. Ze heeft een verbale begaafdheid en een reflectieve manier van denken, die mij achteraf helpen woorden te geven aan de kern van het raadswerk in de vrouwengevangenis.
De gesprekken met Evelien gaan met name over de kloof tussen het gebruikerswereldje en de 'normale' wereld. Doordat ze zich dagelijks begeeft in de *drugsscene* maar tegelijkertijd de bagage van een 'ontwikkelde' omgeving heeft meegekregen, kan ze scherpe analyses maken over het verschil in normen en waarden tussen de werelden. In haar relatie met een 'echte jongen uit de *scene*', loopt ze steeds aan tegen zijn fundamentele wantrouwen en uitzichtloosheid ten aanzien van zijn eigen leven. Eveliens grootste angst is die onverschilligheid - die overigens velen in de gebruikerswereld delen - over te nemen. Aan de andere kant kan ze zich inmiddels ook niet meer handhaven in de normale wereld. Toen ze, in een periode waarin ze *clean* was, op een kantoor werkte, liep ze aan tegen de 'mooi-praterij' van veel mensen en schrokken mensen van haar directe manier om te 'zeggen waar het op stond'. Voor haar gevoel hoort Evelien nergens meer thuis. Haar belangrijkste zorg en - daardoor - terugkerend onderwerp van gesprek, is de moeilijkheid trouw te blijven aan zichzelf en te blijven geloven in zichzelf en haar eigen levenspad. Haar ouders hebben inmiddels, na de zoveelste afkickpoging, een cynische houding gekregen. En in 'de *scene*' kan ze niet te lang vertoeven omdat ze dan het

gevoel heeft 'af te glijden' en haar eigen waarden te verliezen. Iets wat ze absoluut niet wil. De kracht om in zichzelf te blijven geloven en op zichzelf trots te kunnen zijn ondanks haar 'mislukte' leven, is haar grootste wens en streven. Evelien weigert haar leven als opgegeven te zien. In tegenstelling tot haar ouders die dat wel doen en de vele mede-gebruikers die de hoop veelal wel hebben opgeven.

Als raadsvrouw zet ik met haar de verschillende opties - en hun verschillende zingevende betekenissen - op een rijtje. We praten over de redenen waarom het afkicken nog steeds niet is gelukt, maar vooral ook over haar idee van een zinvol leven. Terwijl anderen haar steeds wijzen op dat wat er fout gaat, zoek ik met haar naar datgene waarvoor zij 'warmloopt' en waar haar hart ligt, of zou kúnnen liggen. Ook onderzoeken we hoe reëel al die mogelijke levensinvullingen zijn. Niet zelden zijn onze gesprekken direct en confronterend. Voor Evelien is het moeilijk onder ogen te zien dat haar idee van een prettig en zinvol leven consequenties heeft. Namelijk dat het betekent dat ze de kracht moet vinden van de *dope* af te blijven. En het vergt veel moed om alle emoties, die ze met drugs niet hoeft te voelen, nu wel toe te laten. Het betekent bijvoorbeeld dat ze de jarenlang weggestopte schuldgevoelens ten opzichte van haar ouders onder ogen moet durven zien, evenals het enorme verdriet over een zeer ingrijpende gebeurtenis in haar leven. In het algemeen geldt dat de stap om af te kicken steeds groter en moeilijker wordt naarmate iemand langer verslaafd is. Het gebruikersleven is vaak een opeenstapeling van steeds meer situaties - zoals prostitutie, dakloos-zijn en criminaliteit -, die de behoefte om emoties te onderdrukken enkel groter maken.
Ook voor mij zijn de gesprekken confronterend, met name omdat Evelien steeds vraagt naar mijn leven. Of ík me geen vragen stel bij die 'normale' maatschappij? Of míjn leven wel is zoals ik het wil? Daarbij vind ik het bij haar heel moeilijk te zien dat zo'n bijzonder mens zo ongelukkig is met haar leven. De triestheid van de situatie doet me - juist in haar geval - erg veel, omdat ik me in allerlei opzichten in haar herken. Het contact met Evelien komt daardoor wel heel dichtbij. De eerdergenoemde problematiek dat mijn visie op de inhoud van het werk niet altijd strookt met mijn gevoel over de verschillende contacten, speelt in dit contact duidelijk een rol.

Eigenwaarde
Door mijn ontmoetingen met Evelien - evenals met vele andere vrouwen - heb ik het vermoeden gekregen dat het hervinden van kracht alles te maken heeft met eigenwaarde. De vicieuze cirkel van verslaving en afkicken maakt het steeds moeilijker om te vertrouwen in het idee iets te kunnen maken van het leven. Zoals gezegd is het mijn 'luxe' dat ik door de institutionele inbedding en de specifieke gerichtheid van het raadswerk de ruimte heb (en creëer) om te blijven geloven in het feit dat ieder mens dat kan, en dus ook deze vrouwen. Ik realiseer me dat ik me hier enigszins op glad ijs begeef. De formulering 'iets van het leven kunnen maken' roept de associatie op met een maakbaarheidsideaal. In de bajes ben ik veelvuldig op het feit gewezen dat mensen vaak en heel vergaand door omstandigheden worden bepaald waar ze zelf bitter weinig aan (hadden) kunnen veranderen. Dit geldt dan voor de geschiedenis voorafgaand aan een verslaving of een bepaald delict, maar ook voor de situatie van verslaving of detentie op zich.
Het lijkt in een context van incest, mishandeling en verslavingsproblematiek nogal ongepast te spreken van 'iets van je leven maken'. In dit verband wil ik nogmaals benadrukken dat het van wezenlijk belang is om ruimte te bieden aan een bestaanscontext van leed en (onvermijdelijke) ingrijpende gebeurtenissen. Het stil kunnen staan bij, en het in zijn waarde laten van een levensverhaal zie ik als een eerste en noodzakelijke stap in een raadswerkcontact.

Daarna en daarnaast denk ik echter ook dat - binnen zo'n context - het zoeken naar de kracht, de moed en het vertrouwen om enigszins het gevoel te krijgen weer zeggenschap te hebben over je eigen leven, een aspect van het raadswerk kan zijn. Ik ben ervan overtuigd dat dit gevoel van vertrouwen in de eigen mogelijkheden, juist in een weerbarstige realiteit, een basisbehoefte is van ieder mens. Al houdt dit dan 'slechts' in je anders te kunnen verhouden ten opzichte van de feiten.
Ik realiseer me terdege dat in veel levens ontzettend weinig (meer) concreet 'maakbaar' is. In praktijk betekent dit voor mij bijvoorbeeld niet te streven naar afkicken, maar naar een goed Methadon-programma, juist vanuit het besef van de realiteit. Acceptatie van de ernst van de verslaving, biedt de kracht te zoeken naar zo reëel mogelijke alternatieven voor een zinvoller leven. En soms gaat het dan over randvoorwaarden, bijvoorbeeld over een goed pleeggezin voor een kind of een goede bezoekregeling. Maar het blijven zoeken *naar* en contact maken *met* de eigen - zij het vaak summiere - mogelijkheden, vind ik een belangrijk aspect van het raadswerk. Iets dat ik overigens juist vooral heb geleerd van de vrouwen in de gevangenis.

Het contact met Evelien is in dit opzicht voor mij een welhaast 'voorbeeldig' raadswerktraject. Het gaat heel direct over de zin van het leven - of meer specifiek - van háár leven. In de gesprekken proberen we meer lijn of structuur te krijgen in wat daarbij - voor haar - belangrijke zaken zijn, welke betekenis ze geeft aan bepaalde dingen en hoe ze sommige zaken denkt te verwezenlijken. Het daarbij zoeken naar de kracht en de motivatie om haar leven zo vorm te geven dat het haar meer recht doet, is mijns inziens een belangrijke invulling van zowel het raadswerk, alsook van het humanistische karakter daarvan. Zoals ik al aangaf, heb ik in mijn stage gemerkt dat veel cliënten er behoefte aan hebben op zoek te gaan naar het gevoel weer zeggenschap te hebben over hun leven. Juist in een situatie van detentie, waarin mensen toch grotendeels geleefd wórden. Maar ook in hun (vrouwen-)levens waarin de ruimte voor zelfexpressie en autonomie vaak ontbreekt. Het merendeel van de levensverhalen die ik heb gehoord, is namelijk getekend door een vorm van onderdrukking. Vaak is dat in de letterlijke betekenis van mishandeling en seksueel misbruik. Daarnaast ontbreekt het ook niet zelden aan een (minimale) basis van zorg, voeding en scholing, waardoor aan zelfontplooiing nauwelijks kan worden toegekomen. Dit geldt niet alleen voor de verslaafde vrouwen, maar zeker ook voor de vrouwen die voor een gewelddelict zitten, veelal na jarenlange mishandeling.

Ik wil het bovenstaande samenvatten in het woord *empowerment*. Deze binnen de vrouwenhulpverlening veel gebruikte term verwijst naar het vergroten van het gevoel tot op zekere hoogte de architect(e) te zijn van de eigen werkelijkheid. Het gaat daarbij om een vorm van autonomie die niet zozeer ligt op het niveau van het handelen of het beïnvloeden van de feitelijke situatie, maar meer op het belevingsniveau. De werkelijkheid komt immers zelden overeen met een gewenste, ideale, zelf te construeren realiteit. Ik gebruik de term dus als het zoeken naar een innerlijke ruimte en een gevoel van kracht, alsook naar het (opnieuw) 'leren' zien van keuzemogelijkheden. Voor mij is deze vorm van *empowerment* een belangrijke bron van inspiratie en motivatie om het werk te doen. Tegelijk geeft het echter ook de kern weer van de vraag naar het belang en de legitimatie van het raadswerk, die ik in de inleiding stelde. Immers, wat doe je als geestelijke verzorger met de inspiratie van zoeken naar een zekere vorm van autonomie, als keer op keer blijkt dat het hervinden van de kracht tijdens de gesprekken, in de praktijk zo ontzettend weinig blijkt uit te maken. Het mag duidelijk zijn dat dit gegeven ook raakt aan het eigen (persoonlijke) functioneren als geestelijk werker. Het is immers gemakkelijk voorstelbaar dat je als raadsvrouw ook zélf de

moed kunt verliezen om de verbinding met mensen aan te gaan, als zij toch (telkens) weer terechtkomen in een leven dat ze eigenlijk niet willen.
Mijn praktijkervaring is nog zo gering, dat ik het moeilijk vind om in te schatten hoe dit na een aantal jaren werken voor mij zou zijn. Ik denk wel dat het een moeilijk punt is èn zal blijven in het raadswerk binnen justitie. Moeilijk wat betreft de legitimatie van het beroep, maar vooral ook voor de persoonlijke inspiratie van de geestelijk verzorger.

Bij Evelien was er mij persoonlijk veel aan gelegen dat het haar goed zou gaan. Door haar leeftijd en achtergrond raakte het contact mij diep: ze had mijn zus kunnen zijn. Haar overduidelijk aanwezige capaciteiten maakten dat ik een soort 'haast' kreeg haar leven weer op poten te krijgen. Ik moest mezelf regelmatig manen tot bescheidenheid. Het contact met Evelien heeft me ook heel duidelijk gemaakt dat het zoeken naar de eigen kracht en drijfveren geen enkele garantie biedt voor een drugsvrij en/of zinvol leven na de detentie. Evelien had oprechte plannen voor een opleiding en zou me zeker op de hoogte houden. Twee maanden later heb ik echter nog niets van haar gehoord. Een vrouw die nog vast zit, en waarmee Evelien in de detentieperiode bevriend was, zei me:

> 'Ach ja, mij zou ze ook schrijven. Maar ik had eigenlijk niet verwacht dat ze dat ook echt zou doen. Zo gaat dat! Die is nu buiten gewoon weer lekker aan de dope en denkt echt niet meer aan ons. Al die gebruikers gaan er daarbinnen (in de gevangenis J.L) zelf in geloven: in al die mooie beloftes en voornemens. Ik heb haar ook gezegd: Doe nu maar niet alsof dat niet zo is; beloof maar niets, want ik weet toch hoe dat buiten gaat!'

Nog steeds kom ik regelmatig de vrouw in Utrecht tegen die me, zoals ik in de inleiding beschreef, zo aan Evelien deed denken. Iedere keer als ik haar zie, denk ik even aan Evelien en vraag me af of zij ook weer op straat zwerft. Aan de ene kant maken dit soort vragen het werk moeilijk en bijzonder intensief. Aan de andere kant heeft het contact met Evelien mij geleerd dat ellende en terugval bij sommige levens hoort, en dat acceptatie daarvan een essentieel aspect is van het geestelijk werk. In de gevangenis hoort het omgaan hiermee er nu eenmaal bij. En ik denk dat het ertoe gedwongen worden dit onder ogen te zien, mij in staat stelt mensen beter te begeleiden. En dan heb ik het specifiek over cliënten die in hun leven in een situatie terechtkomen, waarin nog maar heel weinig speelruimte aanwezig is.
De frustratie van 'de wereld' niet te kunnen verbeteren, heeft me in dit opzicht ook een beetje wijzer gemaakt: soms moet je 'gewoon' erkennen en accepteren dat het is zoals het is.

Tenslotte wil ik een derde facet van het geestelijk werk binnen (vrouwen-)detentie belichten: het belang van erkenning als voorwaarde om te kunnen praten over het eigen aandeel.

Erkenning en eigen aandeel

Binnen justitie moeten gedetineerden door middel van zogeheten 'spreekbriefjes' zelf aangeven wie van de aanwezige hulpverleners ze willen spreken. Ook contact met de geestelijke verzorging ontstaat dus voor een groot deel op eigen aanvraag. Zo ligt er op een dag een nieuw spreekbriefje, en wel van iemand die Marieke heet. Marieke zit op de afdeling Bijzondere Zorg. Op deze afdeling verblijven vrouwen met specifieke psychische en/of psychiatrische problematiek, onder meer ook vrouwen in afwachting van een plaatsing in een TBS-kliniek. Ik ga naar de betreffende afdeling en meld de PIW-ers dat ik haar even meeneem naar een van de huiskamers voor een gesprek. Ik doe de celdeur open en tref een jonge vrouw aan, die - zodra ik me heb voorgesteld - meteen in heftig huilen

uitbarst en me om de nek vliegt. Op weg naar boven, waar we het gesprek zullen voeren, vertelt ze met luide stem waarom ze in Breda is: ze is overgeplaatst omdat ze is verkracht door een mede-gedetineerde vrouw in de vorige gevangenis. Maar niemand gelooft haar. Chaotisch en zeer emotioneel vertelt ze wat er is gebeurd. Marieke vindt zichzelf absoluut geen kandidaat voor de afdeling Bijzondere Zorg en wil graag gesprekken met mij omdat met die 'rare' vrouwen op haar afdeling niet te praten valt. Als ik halverwege het gesprek een troostend bedoelde hand op haar arm leg, staat ze op en klampt ze zich weer helemaal aan me vast. En ook als ik haar terugbreng, omhelst ze me ten overstaan van het, enigszins bedenkelijk kijkende, team van PIW-ers.

De tien gesprekken die hierna volgen blijken in eerste instantie allemaal nogal explosief en dramatisch. Marieke blijft terugkomen op de gebeurtenis uit de andere inrichting, en iedere week komt er een reeks van nieuwe verhalen bij over seksueel geweld, incest en mishandeling. Ze spreekt zichzelf daarbij regelmatig tegen. Haar tranenvloed lijkt ze ieder moment te kunnen oproepen dan wel te kunnen stoppen. Een aantal maal komt ze ofwel briesend uit haar cel, of uit de medische dienst. De PIW-ers, de arts en een aantal hulpverleners beschuldigen haar van het uitdelen van Ceresta's - binnen het Huis van Bewaring nogal veel gebruikte slaappillen. Ze geloven haar niet en nemen haar niet serieus, zo vertelt ze een aantal keer. Ik laat Marieke steeds maar even uitrazen en tracht vervolgens weer op een rijtje te krijgen waarover ze nu eigenlijk (weer) zo boos is. Het valt niet mee om die structuur (gezamenlijk) aan te brengen. Daarbij dreigt ze ieder gesprek met suïcide en zegt dat ze het touw daarvoor al op haar cel heeft liggen. Hoewel ik dit bij andere vrouwen ook al wel heb meegemaakt en me daarbij soms ernstige zorgen ben gaan maken, heb ik dat bij Marieke niet. Om een of andere reden geloof ik niet dat ze daadwerkelijk een einde zal maken aan haar leven. De gesprekken zijn ongelooflijk vermoeiend maar tegelijkertijd ook uitdagend. Ik weet absoluut nog niet wat ik er mee aan moet. In het Gedetineerden Overleg wordt gezegd dat ze 'grenzen moet krijgen' en dat niet op 'al haar drama' moet worden ingegaan. Tegelijk zegt Marieke tegen mij dat, van alle hulpverleners die ze inmiddels om zich heen heeft verzameld, ik de enige ben die ze vertrouwt.

In de loop van onze gesprekken krijg ik steeds meer moeite met de zuigende en claimende manier waarop ze me, zowel fysiek als psychisch, benadert. Daarbij vraag ik me ook steeds meer af wat mijn functie voor haar is. Ze stelt zich in het contact met mij telkens zeer tactiel op; behalve een enorme behoefte aan lichamelijke aandacht, 'ontdekt' ze in de tijd dat we contact hebben ook dat ze lesbisch is. Via omwegen, onder andere door een briefje van een medegedetineerde vrouw die een relatie met haar wil, krijg ik het vermoeden dat ze verliefd op me is. Ze geeft namelijk meerdere malen aan dat ze niet met die vrouw, maar met een 'stabiel iemand van buiten, iemand die ze vertrouwt', een verhouding wil.
Ik begin me steeds meer aan haar te irriteren en uiteindelijk stel ik ons contact ter discussie, omdat ik me realiseer dat ik iets met mijn irritatie moet. Na veel praten maakt Marieke me duidelijk dat ze nooit het gevoel heeft 'dat ze er mag zijn'. Lichamelijkheid speelt hierin een rol omdat, zoals ze zegt, haar moeder haar altijd veel geld gaf, maar nooit (lichamelijk/non-verbaal) kon laten merken dat ze van haar hield. Daarbij vermoed ik dat de situaties waarin ze wél een vorm van erkenning of liefde heeft gekregen, vooral werden getekend door seksueel misbruik. Een nogal triestmakend relaas, waarin extreme vormen van lichamelijke 'aandacht' de enige blijk van erkenning van haar bestaan bleken te zijn. Ze geeft aan dat als iemand haar nu aanraakt, ze het gevoel krijgt dat iemand haar accepteert zoals ze is. Erkenning en acceptatie worden dan het onderwerp van gesprek. Ik leg

haar uit waarom ik in de gevangenis werk en wat mijn functie is: juist om mensen te laten zijn zoals ze zijn, en ik benadruk dat dat ook voor haar geldt. Tegelijkertijd vertel ik haar wel dat ik dat niet steeds ga 'bewijzen' door haar vast te houden. Nog steeds omhelst ze me na ieder gesprek even, maar er lijkt wat meer rust te zijn gekomen.

Hoewel ons contact nu wellicht duidelijker is geworden voor Marieke, blijft - zo stelt ze - de rest van de wereld haar veel onrecht aandoen. Ze doet veelvuldig haar beklag over alle hulpverleners, PIW-ers en ook mede-gedetineerden die haar niet serieus nemen en haar onheus bejegenen. Ook haar familie laat haar in de steek. Ze blaast daarbij nogal hoog van de toren en ziet geenszins de mogelijke wisselwerking tussen haar eigen gedrag en de reacties daarop van anderen. Een aantal maal tracht ik haar in te laten zien dat zij ook zélf een rol speelt in die interacties. Mijn pogingen blijven echter zonder resultaat. Ik krijg weer het gevoel vast te lopen in het contact. Na afloop van ieder gesprek ben ik doodmoe en ik zie er steeds meer tegen op haar te zien. En dat terwijl Marieke het ene na het andere spreekbriefje blijft schrijven. Op een bepaald moment besluit ik ook dit aan de orde te stellen, al loop ik het risico dat ze dan ook het vertrouwen in mij opzegt. Ik zeg haar dat ik vind dat haar veel onrecht is aangedaan, dat ik dat allemaal heb gehoord, dat ik het erken en dat ik het zeker ook serieus neem. Vervolgens maak ik duidelijk dat ons contact blijft steken bij een punt waarop zij iets met die gegevenheden moet gaan doen. Ook maak ik Marieke duidelijk dat ik het nut er niet van inzie al die verhalen te blijven horen, als ze zelf niet wil proberen in te zien wat zijzelf doet en waarin haar verantwoordelijkheden en mogelijkheden liggen. Hierop zegt ze beduusd dat ze dát nou juist zo prettig vindt: dat ik haar écht serieus neem, de waarheid zeg als dat nodig is maar haar vervolgens niet in de steek laat. Pfff..!

Marieke stelt vervolgens na enige tijd zelf voor om een paar vragen op papier te zetten ten aanzien van haar eigen manier van reageren. Daarover wil ze dan in de loop van die week nadenken. Dat doet ze ook en de week daarop bespreken we samen de vragen. Ze heeft hard haar best gedaan om te onderzoeken waar haar eigen inbreng ligt. Hoe het bijvoorbeeld komt dat een terugkerend thema in haar leven is dat mensen haar niet serieus nemen, en haar zelfs gaan ontlopen. We praten over haar gevoel zo vaak miskend te worden in haar slachtoffer-zijn en over het gevolg daarvan, namelijk dat ze heel gevoelig en sterk reageert als mensen niet meteen volle aandacht voor haar hebben. Hoewel ons contact intens, zwaar en emotioneel blijft, lijkt Marieke in de gesprekken minder onrustig en kunnen we af en toe zelfs lachen om die 'rare bajeswereld'.

Het verhaal van Marieke is uiteraard niet vergelijkbaar met dat van anderen. Maar het geeft volgens mij wel een belangrijke functie van het raadswerk aan. Waarschijnlijk juist doordat het zo'n moeizaam contact was, en omdat ik steeds heel bewust na moest denken over wat er in de gesprekken gebeurde.
Veel gedetineerden hebben, vaak begrijpelijk en ook terecht in mijn ogen, de neiging te klagen over de maatschappij, 'de mensheid' en de bajes. In de twee- en groepsgesprekken is het mijns inziens steeds weer de kunst verder te komen dan deze verontwaardiging. Het gevoel slachtoffer te zijn - wat velen ook daadwerkelijk zijn - maakt het voor de meesten moeilijk naar zichzelf en hun eigen aandeel te kijken. De erkenning van hun slachtoffer-zijn, maar vooral van wie ze als persoon zijn, ontbreekt vaak structureel. Niet alleen in de gevangenis, maar zeker ook in het leven 'buiten'.
Om in een raadswerkcontact iets verder te komen dan schelden op de hele wereld - iets wat als uiting van een emotie heel belangrijk kan zijn - is het een noodzakelijke voorwaarde dat een raadswerker de (beleving van de) ellende erkent.

Praten over het eigen aandeel in het delict, het leven op dat moment of de detentieperiode, kan dan ruimte bieden de situatie iets anders te bezien. Immers, als iemand kan inzien dat zij niet enkel slachtoffer is, maar misschien ook zelf bepaalde keuzes heeft gemaakt, is ze niet langer helemaal aan de situatie (van detentie) overgeleverd. Het gevoel ook zèlf verantwoordelijkheid te dragen geeft daarmee tevens een mogelijkheid om het leven zinvol(ler) te kunnen maken en/of ervaren. En dat is voor de meeste vrouwen die ik heb ontmoet een meer constructief en hoopgevend uitgangspunt. Hoewel een en ander het voor een aantal cliënten daarmee niet altijd ook gemakkelijk maakt: het blijven geloven dat je enkel slachtoffer bent, ontslaat je immers ook van je eigen verantwoordelijkheid en geeft een legitimatie om letterlijk en figuurlijk te blijven 'zitten'.

Marieke was uiteindelijk in staat om, na een langdurig en moeizaam proces van veel erkenning zoeken, te onderkennen dat haar eigen handelen op dat moment in de bajes deels debet was aan hoe ze werd benaderd. Hoewel aan de feitelijke omstandigheden weinig te veranderen was, werd duidelijk dat ze zich iets sterker voelde en beter in staat de detentie te dragen. Tijdens een van onze laatste gesprekken zei ze vol trots en verbazing: 'Ik heb echt hard m'n best gedaan hier!'

Met andere woorden...

Op de laatste dag van mijn stage neem ik afscheid. Ook van de vrouwen in het woonhuis, de 'Zijkant'. [5] Gezeten in het 'tuintje' - als je het kunstgras, de hoge muren en de camera's rondom door de vingers ziet - keuvelen we nog wat na. Een journaliste, die een paar dagen de vrouwen komt interviewen, loopt op me af en geeft me een hand. 'Jou heb ik gisteren nog niet gezien, ben je net overgeplaatst?' vraagt ze me. Een beetje hilarisch wordt haar door de vrouwen duidelijk gemaakt dat ik hier 'niet hoor'. 'Ze is de humanist!' Hierop vraagt de journaliste, blozend om deze vergissing, wat dat precies inhoudt: 'humanist'? Nog voor ikzelf iets kan zeggen, klinkt het antwoord echter al: 'Ze heeft heel veel geduld.' 'En echte koffie!', vult iemand aan; 'Koffie die ook écht naar koffie smaakt'. Tja... zo kun je het natuurlijk óók uitleggen!

Judith Leest studeert aan de universiteit voor Humanistiek en liep stage in de Penitentiaire Inrichting voor Vrouwen in Breda.

Noten

1. Met de privacy van de betrokkenen is rekening gehouden. Zo zijn onder andere de namen veranderd, evenals duidelijk herkenbare biografische informatie.
2. PIW-ers betekent Penitentiaire Inrichtings Werkers, met andere woorden de 'cipiers' van vroeger.
3. 'Op rapport' is een sanctie die inhoudt: op cel blijven, niet werken, geen TV, geen 'recreatie' en geen contact met mede-gedetineerden. Rapporten worden gebruikt bij drugsinvoer en -gebruik, maar ook bij bijvoorbeeld agressief gedrag.
4. In dit wekelijkse overleg worden individuele gedetineerden besproken met het afdelingshoofd, een werkmeester, de reclassering, de psycholoog etc. Ook de geestelijke verzorging neemt hieraan deel, zij het veelal met een bescheiden inbreng.
5. De 'Zijkant' is een huis binnen het terrein van de PI-Breda, maar buiten het gebouw van de vrouwengevangenis. Er verblijven negen vrouwen die samen een keuken en woonkamer delen. 's Nachts gaat alleen de buitendeur van het huis op slot. De vrouwen hebben eigen verantwoordelijkheden in het zorgen voor het huishouden en het op tijd naar hun werk gaan.

Levenskunst en de moderne geestelijke gezondheidszorg

Toepassingen van klassieke zelfzorgpraktijken op de moderne psychotherapie - Interview met Jacques Graste

Joep Dohmen

Zowel in de filosofische literatuur als in het publieke debat stuiten we de laatste jaren telkens op de uitdrukking 'het goede leven'. Over de invulling daarvan wordt met name gedebatteerd tussen aanhangers van de rechtenethiek en de zorgethiek. In dat koor klinkt de laatste jaren de nieuwe stem van de bestaansethiek ofwel van de levenskunst. In dit artikel geef ik eerst een korte schets van de opmars van de levenskunst. Daarna volgt een korte beschrijving van een recente studie op dit gebied: Zorg voor de psyche *van Jacques Graste. Ter afsluiting volgt een interview met deze auteur over klassieke levenskunst en de samenhang met de actuele gezondheidszorg.*

De terugkeer van de levenskunst

'Het is intussen niet weinig interessant zich in dit verband af te vragen, waarom onze tijd het besef van *het leven als een kunst* verloren heeft. De moderne mens schijnt te geloven, dat men wel moet leren voor vaardigheden als lezen en schrijven, en dat het wel een aanzienlijke studie vergt om het tot architect, ingenieur of een goed vakman te brengen, maar dat *leven* zo iets eenvoudigs is dat men het zonder enige moeite zou kunnen leren. Juist omdat iedereen op de een of andere manier 'leeft' beschouwt men het leven als een zaak waarvoor iedereen de bevoegdheid van een expert bezit. Maar helaas heeft de mens zijn inzicht in de moeilijkheid van het leven *niet* verloren omdat hij de kunst van het leven zo volledig onder de knie zou hebben.

Het overheersend gebrek aan ware levensvreugde en geluk sluiten maar al te duidelijk een dergelijke argumentatie uit. Ondanks de wijze waarop de moderne samenleving alle klemtoon legt op geluk, individualiteit en zelfbelang, heeft zij de mens opgevoed in het besef dat niet zijn geluk (of om het theologisch te formuleren, zijn heil) het ware levensdoel is, maar de vervulling van zijn arbeidsplicht, of zijn succes in het bestaan. Geld, macht en aanzien zijn hem tot de prikkels en doeleinden van zijn leven geworden. En terwijl hij handelt in de illusie, dat zijn handelingen zijn eigen belangen dienen, dient hij juist alles*behalve* het belang van zijn 'waarlijk' zelf. Alles is voor hem even belangrijk, uitgezonderd zijn leven en zijn levenswijze. Hij bestaat voor alles, behalve voor zichzelf.' [1]

Dat schreef Erich Fromm in 1947, nu dus ruim vijftig jaar geleden, in een poging om een humanistische ethiek op basis van een individuele levenskunst te vestigen. Terwijl het meeste van Fromms gedachtegoed ruimschoots vergeten is, lijkt zijn aansporing tot levenskunst met enige vertraging en langs vele omzwervingen toch respons te krijgen. Zowel in de wetenschappelijke literatuur als in de feitelijke moraal maakt het idee van een eigen leven op basis van een levenskunst de afgelopen twee decennia een gestage opmars.

De ironie van het lot wil dat uitgerekend de anti-humanist Michel Foucault in zijn latere werk ertoe overgaat om de mens niet langer 'van buitenaf', als voorwerp van disciplinering en normalisering op te vatten, maar 'van binnenuit'. Sedert 1976 heeft Foucault een bestaansethiek ontwikkeld waarin hij de mens opvat als een vorm. En deze vorm is niet altijd en overal identiek aan zichzelf. De verhouding die je tot jezelf inneemt wanneer je je vormt tot politiek subject is anders dan wanneer je in een seksuele relatie je verlangen tracht te vervullen. Weliswaar zijn er verbanden en wisselwerkingen tussen zulke vormen van het subject, maar het is niet steeds hetzelfde type subject. In elke situatie richt men andere verhoudingen tot zichzelf in. Precies in het historische tot stand komen van deze verschillende vormen van het subject, en in hun verbanden met waarheidsspelen, ben ik geïnteresseerd.' [2] Zowel uit zijn geschriften *Het gebruik van de lust* en *De zorg voor zichzelf* (beide uit 1984) als uit zijn nagelaten werk uit die periode blijkt dat de late 'humanistische' Foucault het individuele vormingsproces, de subject-constituering opvat als het resultaat van zogenaamde zelfzorg.

In 1986 werd Martha Nussbaum in een klap beroemd met haar boek *The fragility of goodness*. Het is een uitgebreide studie over de Griekse ethiek, over de tegenstelling tussen de abstracte ethiek van Plato en de concrete van Aristoteles en vooral over de spanning in het Griekse denken tussen het kwetsbare, singuliere enerzijds en het uniforme, beheersbare anderzijds. Acht jaar later schreef zij ter completering het niet minder belangrijke en lijvige *Therapy of desire; theory and practice in Hellenistic ethics* (1994). Daarin geeft zij een diepgaande behandeling van de Hellenistische en Romeinse levenskunst.

In 1991 publiceerde Charles Taylor als aanvulling op zijn *Sources of the self (1989)* zijn geschrift *De malaise van de moderniteit* (oorspronkelijke titel *Ethics of Authenticity*). Daarin voert hij het romantische ideaal van authenticiteit van Rousseau en Herder op als 'het krachtige morele ideaal dat tot ons is gekomen.' Je eigen leven willen leiden, is volgens Taylor niet zomaar een narcistische gril; het is juist hét *morele* ideaal van onze laatmoderne tijd bij uitstek: 'Elke persoon bezit zijn of haar eigen maat. Deze gedachte is zeer diep doorgedrongen in het moderne bewustzijn. Hij is ook nieuw. Vóór het einde van de achttiende eeuw dacht niemand dat de verschillen tussen mensen dit soort morele betekenis hadden. Er is een bepaalde manier van menszijn die *de mijne* is. Ik ben geroepen mijn leven op deze manier te leven, en niet als nabootsing van dat van iemand anders. Maar dat verleent een nieuw belang aan de trouw aan mijzelf. Als ik dat niet ben, mis ik het doel van mijn leven, ik mis wat mens-zijn voor *mij* betekent.' [3]

Harry Kunneman spreekt in dit verband over 'de authenticiteit van het onafgestemde zelf'. In een kritische brief aan zijn leermeester Jürgen Habermas, opgenomen in zijn recente boek *Postmoderne moraliteit* (1998), schrijft Kunneman: '..ik ben geleidelijk tot de conclusie gekomen dat uw kruistocht tegen het postmoderne denken, met name tegen Nietzsche en Foucault, precies op dit punt de plank behoorlijk misslaat. Nietzsches hartstochtelijke pleidooien voor een oppositionele, een 'eigen' verhouding tot maatschappelijk voorgeschreven normen en waarden en Foucaults notie van zelfzorg hoeven niet noodzakelijk te worden opgevat als een nihilistische afwending van de communicatieve afstemming en het rationele gesprek.'

Ook Kunneman bepleit een individuele bestaansethiek waarvan de inzet is 'het steeds opnieuw doorvoelen en verhelderen van datgene wat *in mijn unieke en eindige leven* het belangrijkste is, datgene wat zin, kleur, beweging en diepgang geeft, respectievelijk datgene wat zich aan mijn begrip onttrekt, wat ik niet kan bevatten, wat onrechtvaardig is en absurd blijft.' [4]
In aansluiting op Nietzsche, Foucault en Taylor heb ikzelf in dit verband een bescheiden bijdrage geleverd: *Pleidooi voor een bestaansethiek in de late moderniteit. Over de noodzaak van de zorg voor zichzelf.* Daarin staat: 'Zonder spiritueel kapitaal in de vorm van een eigen waardenschaal houden we een problematische samenleving van 'lege' individuen. Daarom is zelfzorg noodzakelijk. De levenskunstenaar met zijn vernieuwende, scheppende potentieel en genoeg zelfkennis omtrent zijn eigen grenzen is in feite de meest mondige en dankbare burger die een samenleving zich maar wensen kan. Wat een postmoderne gefragmenteerde samenleving dus bij uitstek nodig heeft is een door auteurs als Seneca, Montaigne, Nietzsche en Foucault geïnspireerde persoonlijke ethiek waarin de creatieve scheppingskracht van het individu wordt benut, voor zichzelf en voor de maatschappij.' [5]
In het recent verschenen boek *Philosophie der Lebenskunst* (1998) noteert Wilhelm Schmid: 'Onder levenskunst wordt fundamenteel de mogelijkheid en de inspanning begrepen om op bereflecteerde wijze het eigen leven te voeren en het niet zomaar onbewust te laten verstrijken.' Geïnspireerd door Foucault bepleit ook Schmid de levenskunst juist en vooral in de postmoderne context waarin 'tradities, conventies en normen.. niet meer overtuigen en individuen voor zichzelf gaan zorgen.' [6]
Intussen verscheen in Nederland van de hand van Jacques Graste het boek *Zorg voor de psyche, een archeologie van psychotherapie* (1997). Het is een systematisch opgezette, gedegen studie over antieke zelfzorg, geestelijke gezondheid en psychotherapie. Daarmee is deze studie op meer dan één manier interessant: zij biedt een overzicht van de Grieks-Romeinse levenskunst; ze probeert een verband te leggen tussen het klassieke en het moderne denken over gezondheidszorg; en tenslotte biedt zij vele aanwijzingen en inzichten omtrent betekenis en waarde van levenskunst als een vorm van bestaansethiek. [7]

Antieke levenskunst

Jacques Graste heeft in zijn boek *Zorg voor de psyche* een historisch onderzoek verricht naar de aard van de zelfzorg in de antieke oudheid. Zijn studie betreft de inhoud van een aantal Grieks-Romeinse zorgpraktijken vanaf de vijfde eeuw voor Christus tot en met de eerste twee eeuwen daarna. In die zelfpraktijken heerste een bloeiende vorm van zelfzorg op niet-religieuze basis. Graste heeft zijn onderzoek verricht met als achterliggende vraag: 'is er in de Grieks-Romeinse tijd een zorgpraktijk voor geestelijke gezondheid te vinden, die als grondlaag voor de hedendaagse psychotherapie kan dienen?' (1998:30). Zijn boek bestaat uit twee delen, onderverdeeld in elk vijf hoofdstukken. In het eerste deel wordt de Griekse zelfzorg (5e en 4e eeuw v.Chr.) geanalyseerd, in het tweede de Hellenistisch-Romeinse zelfzorg (300 v.Chr.-300 n.Chr.). Zowel in een inleidend als in een afsluitend hoofdstuk worden bovendien een aantal beschouwingen gegeven over de relatie tussen de antieke zelfzorg en de hedendaagse gezondheidszorg, met name de psychotherapie. In zijn inleiding merkt Graste op dat in de huidige geestelijke gezondheidszorg de nadruk meer en meer komt te liggen op het niet-gezonde en het psychisch ziek zijn. 'De vraag hoe men geestelijk gezond moet leven of een optimale geestelijke gezondheid kan bereiken, lijkt niet meer aan de orde.' (1998:14). Een bloeiend geestelijke leven staat nu juist wel centraal in de antieke zelfzorg. Bij zijn onderzoek daarnaar heeft Graste zich door een zestal onderzoeksvragen laten leiden. Is er in de Grieks-Romeinse tijd sprake van een geestelijke zorgpraktijk en

waar komt die op neer? Hoe gaat men daarin met emoties om? Wat is de drijfveer voor de zelfzorg? Welke methoden en technieken gebruikt men om zichzelf te veranderen en verbeteren? Is er een ander die (mee)helpt? En tenslotte: welk doel staat centraal in de Grieks-Romeinse zelfzorg? (1998:23, 37-39).

Het is ondoenlijk om alle antwoorden die Graste op deze vragen gevonden heeft te behandelen. Ik beperk me hier tot de grote lijn. Het Griekse denken van Democritus, Gorgias, Plato, Aristoteles, Xenophon en Epicurus kende verschillende begrippen voor de aandacht voor het eigen leven: *epimeleia eautou* (zorg voor zichzelf), *technè tou biou* (levenskunst), *psuchès therapeia* (therapie van de ziel). Centrale gedachte is zichzelf te besturen en zich te kunnen beheersen. De zelfzorg betreft het hele leven: de dagelijkse behoeften, het werk, het huishouden, het lichaam, de gezondheid, de emoties, de omgang met anderen. De methoden lopen uiteen: oefening, zelfkennis, kennis van de concrete omstandigheden, filosofische wijsheid, (zelf)reiniging. De filosofie krijgt een analoge taak aan de geneeskunde: zoals de geneeskunde voor het lichaam zorgt, zo moet de filosofie voor de ziel zorgen. Er zijn grote onderlinge verschillen: bij Plato moet een individu zich zoveel mogelijk ontdoen van het specifiek eigene, individuele. Bij Aristoteles gaat het juist wel om déze persoon, hier en nu in zijn eigen concrete context. Bij Plato gaat het om de beheersing van de kwetsbaarheid, bij Aristoteles juist om de cultivering daarvan. Algemene inzet van de Griekse levenskunst is het bereiken van een bloeiend leven (*eudaimonia*), van een onafhankelijk (*autarkeia*) en ongestoord (*ataraxia*) leven. De Griekse levenskunst beoogt een leven waarin men leeft omwille van zichzelf, waarin men zichzelf accepteert en zich verheugt over zichzelf! (1998:43-115).

De Hellenistisch-Romeinse periode van Cicero, Seneca, Epictetus, Plutarchus en Lucretius betekent eerst en vooral een intensivering van de zelfzorgpraktijken. Nog meer dan voorheen geldt de moraal om het lot in eigen hand te nemen. Drie processen grijpen op elkaar in: een individualisering van de Hellenistisch-Romeinse samenleving; interiorisering, een steeds intensievere aandacht voor het eigen innerlijk; en een therapeutisering waarbij men zichzelf opvat als patiënt die door de filosofie kan worden genezen. In deze zelfzorg is het individu dus patiënt en arts tegelijk. Ook hier zijn weer specifieke begrippen ontwikkeld ter aanduiding van de levenskunst: *ars vitae* (levenskunst), *cura sui* (zelfzorg). Veelmeer dan bij de Grieken worden de emoties geproblematiseerd. Met name de cognitieve status van emoties en de tijdsdimensie, hun betrekking op verleden, heden en toekomst worden geanalyseerd. Er worden allerlei therapeutische methoden ontwikkeld om emoties onder controle te brengen, zoals meditatie; het opstellen van concrete leefregels, lijfspreuken en wijsheden; het analyseren van het achterliggende oordeel van de emotie; het creëren van uitstel; het associëren met een prettige ervaring; de voorbereiding op het ergste. Voortdurend zelfonderzoek en zelfinkeer zijn kenmerkend voor de zelfzorg waarbij het erom gaat dat je een lerende relatie met jezelf aangaat. Je kijkt naar jezelf, onderzoekt jezelf kritisch, je klaagt jezelf aan. Bovendien wordt er grote waarde gehecht aan een vriendschapscultuur waarin men elkaar niet alleen raad geeft maar ook en vooral om raad vraagt, want de ander kan ons regelmatig beter beoordelen dan wij onszelf. Therapie en educatie lopen door elkaar, de ander is helper, gids, redder, dokter en zelfs: deurwaarder. Intussen moet je je eigen levensdoelen opstellen en daarnaar leven. Een gelukkig leven (*vita beata*), harmonie en rust (*perpetua tranquilitas*) en vrijheid (*libertas*) zijn de achterliggende doelen van de Grieks-Romeinse levenskunst. (1998:117-180).

In algemene zin vallen twee aspecten van de antieke levenskunst in het oog: de persoonsgerichtheid en de positieve benadering van de geestelijke gezondheid. De klassieke bestaansethiek 'heeft een persoonsgericht karakter, waar-

in begrippen als zelfsufficiëntie, emoties, genieten en geluk een centrale plaats innemen. Opmerkelijk is het streven naar uitmuntendheid, voortreffelijkheid, naar een optimaal en bloeiend leven. Er wordt geen genoegen genomen met een middelmatig leven; ieder wordt geacht te streven naar een optimale realisering van zijn of haar ethische kwaliteiten.' (1998:204)
Als het gaat om een vergelijking met de hedendaagse gezondheidszorg is Graste erg terughoudend. Hij wijst nadrukkelijk op het verschil in maatschappelijke context tussen de antieke zelfzorg en de huidige gezondheidszorg. De inzet van zijn studie is eerst en vooral om ons een spiegel voor te houden over de inrichting van het eigen systeem van gezondheidszorg. Als er dan iets opvalt aan de actuele geestelijke gezondheidszorg is het wel het ontbreken van een duidelijk concept van geestelijke gezondheid: men is geestelijk gezond wanneer men niet ongezond is. In de spiegel van de klassieke levenskunst verschijnt minder het opheffen van lijden en ziekte als wel het streven naar een optimaal leven als inzet van de geestelijke gezondheid.

Levenskunst toen en nu: interview met Jacques Graste

Jij houdt je bezig met zelfzorg, levenskunst, bestaansethiek. Hoe ben je daarbij gekomen? Heb je je door bepaalde auteurs in het bijzonder laten inspireren?

Michel Foucault is de grote inspirator geweest van mijn eigen historisch onderzoek naar de zorg voor zichzelf in de klassieke oudheid. Wat mij aantrekt is de manier waarop hij op grond van een bepaald thema een bepaalde tijd onderzoekt. Zijn laatste driedelige werk *Geschiedenis van de Seksualiteit* is geschreven vanuit het bredere perspectief: hoe ga je om met jezelf? Op een gegeven moment heeft Foucault ontdekt dat je, met name als het gaat om het lichaam, macht niet alleen moet bezien in termen van regels en van ge- en verboden. Het gaat er ook om: wat doet iemand zélf om zich een bepaald gedrag eigen te maken. Naar eigen zeggen moest hij terug in de tijd om helder te krijgen hoe iemand *zichzelf* vormt, los van allerlei ge- en verboden. Pas vele eeuwen terug vond hij tenslotte die historische laag waarin een cultuur van het zelf heerste.

Hoe kwam je erbij om je voor de late Foucault te interesseren?

Ik was toen zelf als hulpverlener werkzaam in de kinder- en jeugdpsychiatrie en bezig met Ronald Laing's *Self and Others* uit 1969. Laing probeerde los te komen van de traditionele psychopathologie en vroeg zich af: wat is nu geestelijk gezond en ongezond? Michel Foucault kwam op een heel andere manier op datzelfde thema uit toen hij het begrip *rapport à soi* introduceerde. En verder was daar natuurlijk een persoonlijke drijfveer. Ik was een van de velen die worstelden met de vraag hoe je je eigen leven vorm kunt geven.

Via Foucault ontdekte je dus de klassieke zelfzorg. Wat kwam je in eerste aanzet tegen bij de Grieken en bij de Romeinen?

Foucault schreef in *De zorg voor zichzelf* (1984), het derde deel van zijn *Geschiedenis van de seksualiteit*, een compact maar heel boeiend hoofdstuk *De cultuur van het zelf*. Toen ik dat las, vroeg ik me af: hoe is die cultuur van het zelf geweest, wat voor praktijken zijn daar te vinden? In mijn achterhoofd zat de vraag wat we daarvan in ons huidige denken over geestelijke gezondheid zouden kunnen gebruiken. Meer nog dan Foucault heb ik geprobeerd om de zelfpraktijken uit die cultuur bloot te leggen, als een archeoloog. Dan tref je bij een beperkte bovenlaag in het Athene van de 5e en 4e eeuw voor Christus en in het Rome van de 1e eeuw na Christus de inzet aan om na te denken over de vraag: 'Wat

is er nu belangrijk in het leven?' Socrates' vraag 'hoe moet je leven?' staat centraal. In die cultuur zijn bepaalde begrippen ontwikkeld, zoals het begrip *arète*, dat in het Nederlands meestal vertaald wordt met 'deugd' maar dat eerder zoiets betekent als: 'optimaal functioneren', zowel in het persoonlijk leven als in de sociale context. Blijkbaar wilde men met het leven zelf bezig zijn, en niet met allerlei andere zaken.
De uitwerking van dat begrip *arète* blijft opmerkelijk dicht bij het persoonlijke leven. Hoe ga je om met emoties? Hoe ga je om met woede, met liefde, met angst? Die concrete vragen, daar ging het om, niet om de grote idealen zoals die later in het Christendom geformuleerd worden. Het meest uitgewerkt vind je dat terug bij Aristoteles, en natuurlijk ook bij Plato maar dan op een heel andere manier. Plato laat Socrates tegen zijn medeburgers zeggen: waar maken jullie je allemaal toch druk over? Jullie proberen alleen maar zoveel mogelijk rijkdom binnen te halen maar je moet voor je ziel zorgen. Dáárom wordt hij ook aangeklaagd door de Atheense rechtbank. Socrates zegt: je moet zorgen dat je ziel in een optimale conditie is!
Maar pas op, die socratische zorg voor de ziel is heel verraderlijk. Je mag het begrip ziel hier namelijk niet te eng opvatten. Bij Plato's zorg voor de ziel gaat het niet om het leven van alledag, maar om het 'werkelijke' leven dat je verkrijgt via het schouwen van de Ideeën. Bij Plato ontstaat naar mijn mening een beweging wég van het dagelijks leven. Dat vindt ook een beroemd classica als Martha Nussbaum. Gelukkig is toen Aristoteles gekomen. Hij vond de *Ideeënleer* van Plato veel te abstract. Hij wilde veel dichter bij het hier en nu blijven en zei: luister goed naar wat mensen vinden van bepaalde dingen. Kijk hoe de dingen werken en vorm daar dan een bepaalde mening over. Aristoteles is toch de man van de waarneming, van de empirie en van het praktische denken. Hij is een onder*zoeker,* met het accent op zoeken. Zijn *Ethikè* staat voor de kunst 'hoe te leven', zijn ethiek is bestaanskunde, levenskunst. Hij vult die in door uitgebreid te schrijven over emoties. Hoe ga je om met gevoelens? Wat is het belangrijkste in het leven? En dan komt hij met het bekende begrip *eudaimonia*, geluk. De meeste mensen vinden geluk het belangrijkste in hun leven.

Vind je in Aristoteles' analyse van geluk ook concrete aanbevelingen: hoe kun je gelukkig worden?

Aristoteles is er de man niet naar om concrete richtlijnen te geven. Hij stelt een bepaalde wijze van denken voor. Centraal in zijn psychologie staat het zoeken naar een evenwicht, bijvoorbeeld tussen té bang zijn en overmoedig zijn. Neem een zeer centrale emotie als angst. Voor sommige mensen hoeft er maar iets te gebeuren of ze trekken zich terug. Ze maken meteen dat ze weg komen. Maar er zijn ook overmoedige mensen. Die denken dat ze alles kunnen.
Of neem woede, ook een zeer geliefd onderwerp bij antieke schrijvers, zie Seneca's *De Ira.* Aristoteles vindt dat het in sommige situaties heel goed is om kwaad te worden. Hij vindt woede als zodanig helemaal niet verwerpelijk. Als iemand van wie je houdt gekwetst wordt door een ander, is het goed om kwaad te worden op die ander. Dat is prima. Het zou eerder niet goed zijn om niet kwaad te worden!
Voor Aristoteles is de maatschappelijke context van groot belang. Daar zie je de sociale inbedding van zijn deugdenleer, van zijn hele psychologie. Stel je wordt geraakt door iemand die eigenlijk tamelijk onbelangrijk voor je is. Dat kun je iedere dag meemaken. Dan moet je proberen een vinger achter die emotie te krijgen. Je moet proberen wat afstand te nemen, en niet alleen achteraf. Blijf niet gevangen in je eigen emotie wanneer je geraakt wordt door een opmerking van een ander. Bezie ter plekke al of jouw emotie op zijn plaats is of niet, zodat je er op die manier van kunt loskomen.
Verliefdheid is in dat verband natuurlijk een belangrijke emotie. Verliefdheid is een populair

onderwerp zowel bij de Grieken als bij de Romeinen, denk aan Lucretius. Ook daar zie je dat we niet elke vorm van verliefdheid hoeven af te schrijven, hoewel Plato daar wel toe neigt.

Hoe werkt dat dan? Mag je helemaal niet verliefd worden of alleen op de juiste manier?

Ja, het gaat om verliefd zijn op de juiste manier. In verliefdheid zit altijd een teveel meegenomen worden door een bepaalde behoefte. En daar zijn al die Griekse schrijvers erg beducht voor, dat je je teveel laat meeslepen door emoties. Verliefdheid is bij uitstek een emotie die hartstochtelijk is. Aristoteles' levenskunst is gericht op de juiste omgang met emoties. Ik denk wel eens dat Aristoteles teveel als filosoof wordt beschouwd en te weinig als een therapeut. Het gaat er niet zozeer om dat ik moet weten hoe die emotie in elkaar zit. De kennis is alleen maar praktisch gericht, met het oog op het handelen. Later in de geschiedenis zal die kennis een eigen leven gaan leiden. Dan zal het *scientia*, wetenschap worden. Dat was dus bij Aristoteles niet het geval.
En óók gaat het niet om de vraag: waar komt die emotie vandaan, wie zit daar achter? Welke geest probeert mij te verleiden? Aristoteles kent geen duistere krachten. Je denkt 'wat een mooie vrouw' en dat zou dan komen omdat er 's nachts een duivel op de loer ligt die jou dat heeft ingeblazen. Dat kom je in geen enkele Griekse tekst tegen. De oorsprong van de emotie is niet van belang.

Hij is dus niet bezig met een écht zelf?

Nee, helemaal niet. Dat is typisch iets van onze eigen tijd, het zoeken naar het ware zelf. Aristoteles zoekt daar niet naar. Dat idee is wel bij Plato te vinden en Plato heeft natuurlijk enorme invloed gehad op de christelijke cultuur waardoor wij weer gevormd zijn. Wij zitten nu met die christelijke erfenis in onze maag. Iemand als Nietzsche heeft zich er behoorlijk tegen afgezet. Nietzsche zegt: je moet niet zoeken naar je eigen 'ware' authenticiteit, je moet eerder op zoek gaan naar je eigen creativiteit!

De juiste omgang met emoties is één kant van de zaak. De kwestie van de waarden en doelen in het leven is een andere. Welke waarden staan bij hem centraal?

In de ethiek van Aristoteles is rechtvaardigheid enorm belangrijk. Vriendschap ook, zowel de vriendschap met jezelf als de vriendschap voor een ander. *Arète*, goed functioneren en *eudaimonia*, een gelukkig leven, dat zijn de belangrijkste waarden voor Aristoteles.

Wanneer functioneert iemand optimaal volgens Aristoteles?

Wanneer men een eigen evenwicht heeft gevonden in het omgaan met zichzelf, met zijn emoties en in zijn verhouding tot de ander. Dat is een wisselwerking. Zeker bij Aristoteles staat die zorg voor zichzelf altijd in nauwe samenhang met anderen. Dat is vitaal: op de juiste wijze omgaan met jezelf en anderen! Het gaat dus niet om de innerlijke kern van jouw zelf, het gaat om het zelf in relatie tot anderen, dat is fundamenteel. Het gevaar bestaat dat wij die Griekse zorg voor zichzelf als een vorm van narcisme opvatten, maar dat zou een anachronisme zijn. De hele Griekse ethiek is een sociaal-politieke ethiek. Het ging altijd om de juiste wijze van *samen*leven.
Maar wat ze níet kenden - een gemeenschap als Athene kende geen zorg voor de ziel van de ander! Dat is opmerkelijk want ze hielden zich met onvoorstelbaar veel kwesties bezig. Ga maar na: iedere maand waren er in Athene een soort volksvergaderingen die voor alle vrije burgers openstonden. Daar kwamen tussen de zes- en tienduizend burgers drie à vier keer per maand bijeen, en die hadden het over allerlei zaken zoals de hoogte van de belasting en wel of geen

kraampjes op het dorpsplein. Ze hielden zich niet bezig met het zielenheil van de burger, terwijl dat wel, heel opmerkelijk, helemaal opgenomen was in het dagelijks leven. Als je bijvoorbeeld een bepaalde functie wilde hebben, opzichter, ambtenaar of generaal, dan werd je getoetst op je sociaal-psychische kwaliteiten. Dus op de wijze waarop je omging met je eigen behoeftes en emoties.

Die aandacht voor de ander en het thema van de zelfverloochening, zijn die dan pas typerend voor het christendom?

Bij de opkomst van de vroeg-christelijke kerk verschijnen de eerste geestelijken die zeggen: wij moeten gaan zorgen voor het zielenheil van onze gelovigen! Socrates zei natuurlijk wel: luister eens hier burgers, zorg goed voor je ziel. Daarbij laat hij zien dat veel mensen denken dat ze weten wat het belangrijkste is in het leven, namelijk bezit, rijkdom en macht, terwijl dat helemaal niet het geval is. Toch is hij meer een ondervrager dan dat hij een bepaalde geloofswaarheid aanreikt. Hij zegt niet: medeburgers, jullie moeten hierin geloven, dít is voor jullie zielenheil de beste waarheid. De verkondiging van de waarheid vind je natuurlijk veel sterker in het christelijk geloof. Daar komt het er meer op aan iets te geloven dan om zelf te weten. Dat is een heel groot verschil in benadering. De zorg voor de ander - dat is het grootste verschil in de overgang van de Grieks-Romeinse cultuur van het zelf naar het vroege christendom. De zorg voor het zielenheil van de gemeenschap kenden de Grieken niet, dat hadden ze niet geregeld. Daar hadden ze geen instituut voor, zoals later de Kerk.

Foucault noemt de keizertijd de 'Gouden Eeuw' van de zelfzorg. Ben je het daarmee eens?

Inderdaad zie je in de eerste twee eeuwen na Christus, in de Keizertijd, een bloeiende cultuur van schrijvers over levenskunst: de *ars vitae*, het *vita beata*, de *cura sui*. Dat is veel prominenter aanwezig, intensiever. Als je de brieven van Seneca aan Lucilius leest, dan wordt je diep getroffen door de intensiteit waarmee hij zijn eigen zieleroerselen onder de loep neemt. Dat is een heel aansprekend boek. Hij beschrijft hoe hijzelf daarmee omging en hoe hij vond dat Lucilius dat ook moest doen. Hoe hou je de juiste koers: laat je je teveel leiden door allerlei weelde en welvaart of niet? Alles hangt af van wat wij zelf ervan vinden, zegt Seneca.

Wat is het verschil met Aristoteles?

De stoïcijn Seneca is veel drastischer dan de Griek Aristoteles. Aristoteles dacht dat je een midden kon vinden in de omgang met je emoties. Maar Seneca vond dat je emoties absoluut buiten de deur moest houden. Letterlijk zegt hij: 'Het is toch gemakkelijker iets buiten de deur te houden dan het de baas te worden als het eenmaal binnen is. Tijgers en leeuwen verliezen hun wilde aard nooit.. en op het moment dat je er het minst op bedacht bent, breekt hun wildheid uit.' Dus zodra je een emotie ook maar een beetje toelaat en die is eenmaal binnen, dan kun je haar veel moeilijker bevechten dan wanneer je er ervoor zorgt dat die emotie buiten je ziel blijft. Dus luidt de strategie of therapie van Seneca: zorg dat die emoties niet binnen komen. Laat je niet raken door allerlei onzin. Dat is les één van de stocijnse therapie.

In je boek maak je onderscheid tussen de Griekse zelfzorg en de Hellenistisch-Romeinse zelfzorg. Wat zijn volgens jou de belangrijkste verschillen?

Al bij de oude stoïcijnen als Chrysippus en Zeno uit de derde eeuw voor Christus vind je de opvatting dat emoties *oordelen* zijn. Dat is een heel opmerkelijke en interessante visie, die pas sinds enkele decennia in de huidige psychologie hoogst actueel is. Emoties hebben een *cognitie-*

ve kant. Martha Nussbaum heeft daarover een prachtig boek geschreven: *Therapy of Desire* (1994). Bij Aristoteles is die gedachte ook wel te vinden maar zeker niet op de manier en in die mate als bij de Stoïcijnen die daar bijna hun hele levenswijze op hebben ingericht. Voor elke emotie moet je nagaan: wat voor opvatting of denkbeeld ligt daarin opgeslagen? De stoïcijnen verwierpen emoties niet omdat ze per definitie slecht zouden zijn. Nee, in elke emotie zit een bepaald oordeel verstopt en daar moet je de vinger achter zien te krijgen om te kijken of het oordeel een misvatting bevat. Dat vind je zowel bij Cicero en Seneca goed beschreven.
Naar huidige begrippen is dat heel extreem: stel dat het zoontje van een goede vriend van je is overleden en je bent daar heel treurig en rouwend over. Dan moet je nagaan: ten eerste, waarom ben je daar treurig over? Is het iets wat jou direct aangaat? Nee, zeggen een aantal stoïcijnen. En ten tweede: kun jij - door daar verdrietig over te zijn - daar iets aan doen? Als het niet in jouw vermogen ligt om daar iets aan te veranderen, heb je geen reden om treurig te zijn. De stoïcijnse aanpak is dat je de 'verkeerde' emotie bij de wortel moet uitroeien.
Dat geldt ook voor de waarde die je hecht aan rijkdom of de mate waarin je je laat meeslepen door rijkdom, bezit of macht. En natuurlijk waren zowel Seneca als Cicero zelf rijkaards waarvan je kunt zeggen, die hebben makkelijk praten. Maar dat doet aan hun analyses niets af. Het meest waardevol van de stoïcijnen is hun emotieleer en het cognitieve aspect daarin. Hun aanpak is de verkeerde emotie bij de wortel uitroeien. Daar gaan ze heel ver in, te ver naar mijn persoonlijke mening.

Jij noemt die klassieke zelfzorg een vorm van ethiek. Maar het is toch niet vanzelfsprekend om levenskunst op te vatten als een vorm van ethiek?

In de gangbare ethiek kun je een onderscheid maken tussen een smalle moraal, de regel-ethiek, en een brede moraal, de zorgethiek. De regelethiek houdt zich vooral bezig met hoe je bepaalde goederen in de maatschappij moet verdelen. Hoe moet je de samenleving inrichten, hoe ben je solidair met de verschillen tussen bepaalde inkomensgroepen? Hoe kunnen we bepaalde waarden beschermen en vastleggen in regels, wetten en beroepscodes. Dat is één kant van de ethiek die in onze tijd behoorlijk dominant is en die zich minder bezighoudt met de vraag: hoe richt iemand zijn eigen leven in? Bij een regel-ethiek hoort: hoe kan ik het zo regelen dat het voor *iedereen* geldt. De inzet is universaliseerbaarheid, denk aan universele, voor iedereen geldige rechten. Men spreekt ook wel van de tegenstelling tussen de rechtenethiek en de zorgethiek.
De bestaansethiek gaat uit van de vraag: hoe moet ik goed leven? In die vraag zit tegelijk het belang van een *persoonlijke* levenswijze als het belang van de *goede* levenswijze. Met de teloorgang van het christelijk geloof, de teruggang van de invloed van de kerk in onze maatschappij en het wegvallen van de verzuiling zie je in de laatste jaren toenemende aandacht voor het ethisch denken. En dan stuit je op die twee stromingen waarbij die bestaansethiek per definitie moeilijk te vatten is omdat zij zo'n breed spectrum beslaat. Bij bestaansethiek gaat het niet zozeer om *wat* je doet, maar *hoe* je iets doet. Met name in het sociale verkeer, in relaties gaat het om de juiste toon en de juiste wijze van met elkaar omgaan. Daarmee wordt die bestaansethiek juist geen egocentrische aangelegenheid, want het gaat om de juiste manier van met jezelf omgaan ín de omgang met anderen!
Misschien is die koppeling tussen het zelf en de ander in het werk van Nietzsche en bij Foucault te weinig gelegd. Bij hen lijkt die zorg voor zichzelf toch te weinig gelegen in het betrokken zijn op anderen. Nu vind ik ook niet dat we naar de andere kant moeten doorslaan. Als we het hebben over het begrip zorgethiek zitten daar wat mij betreft beide aspecten aan. Centraal staat noch het zelf noch de ander, maar *zorg*. Dat

blijkt dus al een heel oud thema, en het is stellig de verdienste van Michel Foucault dat hij niet alleen de zorg voor jezelf, maar het begrip *zorg* eruit heeft gehaald. Zorg stond in de antieke cultuur centraal, zowel zorg in de zin van het juiste moment van oogsten, als op de juiste manier vriendschap sluiten.

Nu probeer jij die levenskunst of klassieke zorg voor zichzelf als vorm van brede moraal een actuele toepassing te geven. Je kiest daarvoor de context van de geestelijke volksgezondheid, meer specifiek de psychotherapie. Lukt dat?

Wat onmiddellijk opvalt is dat de hedendaagse psychologie en psychiatrie voortdurend moeite doen om te laten zien dat ze waardevrij zijn. Daar stuit je al op een enorm contrast met het Griekse denken over ethiek en psychologie. Het eerste verschil tussen het Griekse denken over gezondheid en het hedendaagse denken over geestelijke gezondheidszorg betreft de vraag: hoe betrekken we in die zorg voor het geestelijk welzijn van de ander bepaalde opvattingen over wat belangrijk is in het leven. Mogen die een rol spelen, ja of nee? Hoe doe je dat in een relatie met een cliënt, in hoeverre speelt dat mee in je eigen professionele houding? Je kunt natuurlijk moeilijk een hele nieuwe methodiek gaan uitvinden. Ik denk dat het daar ook niet om gaat, maar wel dat je die ethische dimensie als het ware weer opnieuw zou moeten inbrengen. Het minste dat je kunt zeggen is dat die er in de antieke tijd wel was!

Maak het eens concreet!

De geestelijke gezondheidszorg verkeert de laatste decennia in een soort toegenomen organisatiegraad. Men vond op een gegeven moment dat die zorg voor de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) in goede instituten moest plaatsvinden. De oprichting van de Riagg's in de jaren tachtig en de huidige fusiegolf tussen de Riagg's en de psychiatrische ziekenhuizen waarmee de Riagg's weer verdwijnen, laten in feite één grote organisatiegolf zien, een institutionalisering. Die organisatiegolf heeft natuurlijk alles te maken met efficiënt werken, met prijsbewustzijn, met rationeel calculerend management. Het grote gevaar van die institutionalisering is dat de relatie met de cliënt in het geding komt. Dat het therapeutische werk teveel beïnvloed wordt door dit soort economische motieven. De regelethiek met haar roep om beroepscodes is daar een antwoord op.

Wat zou in deze omstandigheden dan de rol van de bestaansethiek kunnen zijn?

Ik denk dat die in eerste instantie ligt in de plek die de professional zélf krijgt en mag innemen in zo'n institutie. De GGZ moet natuurlijk niet terug naar af en weer helemaal in particuliere praktijken plaatsvinden. Maar de kwaliteit van de hulpverlening hangt in hoge mate af van de beroepsmatige kwaliteit die een hulpverlener ín zo'n organisatie kan inbrengen. Het onderzoek van Marjolijn Gelauff *Op basis van Betrokkenheid* (1995) heeft dat voor het algemeen maatschappelijk werk prachtig laten zien. Zij heeft geconstateerd dat de maatschappelijke hulpverleners ín dat directe proces van hulpverlening als het ware last hebben van de economische motieven. Mijn pleidooi is: laat die professional maar professional blijven, maar dan een betere. Geef haar/hem meer bewegingsruimte in de organisatie.

Daarmee kom je in feite op een ethisch aspect dat tot dusverre onderbelicht is gebleven. De bestaansethiek krijgt immers voor een deel vorm in het leven bínnen organisaties. Een groot deel van je leven breng je door in instituties. Dat is onomkeerbaar. En dan gaat het er niet om je daar tegen af te zetten maar om de vraag: hoe kun je in die instituties een goede werksfeer creëren met goede omgangsvormen? Op welke wijze voltrekt zich in een organisatie wederzijds vertrouwen en kan een eigen kijk op de zaak

ontwikkeld worden? Het bekende probleem van een professionele organisatie, zeker in de GGZ, is dat de professional anders tegen de organisatie aankijkt dan de manager. Om nu een gewaagde parallel te trekken met de Atheense polis: daar zie je een optimale participatie van de deelnemers aan het bestuur. Dat is verbazingwekkend. Daar had je niet de kloof tussen de managers als bewakers van de geldstroom tegenover de professionals als de behartigers van de belangen van de cliënt. Dat loopt bijna door elkaar. In de organisatiecultuur van een hulpverlenende organisatie kunnen meer elementen van een bestaansethiek worden opgenomen. Respect moet niet alleen gelden voor de cliënt maar ook voor de plek en de ruimte van de professional. Die staat namelijk onder druk.

Jij ziet dus een mogelijke toepassing van de bestaansethiek op het niveau van de organisatiecultuur zelf. Zie je ook een toepassingsmogelijkheid in de psychotherapie zelf?

Als je kijkt naar het therapeutisch gebeuren zie je verschillende stromingen. De meer cliënt- of persoonsgerichte psychotherapie heeft meer elementen van de bestaansethiek dan de rationele gedragstherapie. In mijn boek heb ik die twee stromingen beschreven. De ene stroming wil meer het medisch model: we hebben een klacht en we bekijken lós van de persoon hoe die klacht zo effectief mogelijk kan worden opgelost. De andere stroming zegt: die klacht is wel belangrijk, dat is het verhaal waarmee de cliënt binnenkomt, maar je moet ook kijken naar de context van het verhaal en de historische achtergrond. Binnen de gevestigde geestelijke gezondheidszorg krijgt de klachtgerichte therapie meer plaats dan de persoonsgerichte methode.

Hoe probeer jij nu die tweede stroming meer te bevorderen?

Ik probeer te laten zien dat ook binnen de dominante gedragstherapie een andere kant bestaat en dat die op een bepaalde manier meer opgenomen zou moeten worden. Ik wil tegenwicht bieden tegen die dominante stroming, tegen het streven om de hulpverlening in hapklare brokken aan te leveren: je hebt een depressie en daar hoort, ongeacht wie je bent, die en die geprotocolleerde behandeling bij. Die aanpak moet stevig worden gerelativeerd.

Zou jij dan op een depressief iemand bijvoorbeeld Seneca's emotietheorie toepassen? Zo iemand krijgt een gedragstherapie, daar ontbreekt iets aan en daarom voegen we een stoïsch element van levenskunst toe?

Nee, zeker niet. Zo werkt het ook weer niet. Ik ben daar heel voorzichtig mee. Ik wil de antieke methoden niet zomaar transformeren naar het heden.

Waarom eigenlijk niet?

Omdat de context volstrekt anders is, en dan kom je snel met een verkeerd gebruik van antieke methoden. Maar ik denk wel dat je je kunt laten inspireren door de antieken. Dat propageer ik in mijn boek en in mijn artikelen. Ik heb laten zien hoe dat kan werken. Het is verleidelijk om in het geval van een geprotocolleerde behandeling van een depressief iemand er een klassieke methode tegenover te zetten. Maar ik denk dat daar niet de crux zit van het antieke verhaal. Die ligt op een ander niveau. Ethiek is voor een belangrijk deel de juiste manier van omgaan met. Je kunt best gedragstherapeutisch met een cliënt bezig zijn, als je dat maar op de juiste wijze doet! Wat is de juiste wijze? Het gaat om de houding, om een professionele attitude. De bestaansethiek geldt wat de professionals betreft op het niveau van de attitude en wat de organisatie betreft op het niveau van de cultuur. Dat is het!

Joep Dohmen is universitair docent Filosofie en Humanisme aan de Universiteit voor Humanistiek.

Noten

1. Erich Fromm, (1947) *De zelfstandige mens*, Bijleveld, Utrecht, 27ff.
2. R.Fornet-Betancourt, Helmut Becker & A. Gomez-Müller, (1995) 'De ethiek van de zorg voor zichzelf als vrijheidspraktijk. Een interview met M. Foucault', in: L. ten Kate en H. Manschot, *Breekbare Vrijheid. De politieke ethiek van de zorg voor zichzelf*, Krisis, Amsterdam 1995, p. 95.
3. Charles Taylor, (1998) *De malaise van de moderniteit*, Kok Agora, Kampen, pp. 40-41.
4. Harry Kunneman, (1998) *Postmoderne moraliteit*, Boom, Amsterdam, pp. 31-32.
5. Marian Verkerk (red.), (1997) *Denken over zorg. Concepten en praktijken*, Elsevier/de Tijdstroom, Utrecht, p.82.
6. Wilhelm Schmid, (1998) *Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung*, Suhrkampf, Frankfurt, pp. 9-10.
7. Jacques Graste, van oorsprong andragoog, is coördinator psychotherapie-opleiding bij de Centrale RINO Groep te Utrecht. *Zorg voor de psyche* is zijn dissertatie uit 1997. Recentelijk verscheen van hem 'Ethiek als kritische reflectie: de Ethica van Aristoteles', in: *Maandblad voor Geestelijke Volksgezondheid*, 1998\nr. 5, pp. 474-489.

(advertentie)

Zorgethiek: ruimte binnen regels

Onder redactie van Th.N.M. Schuyt en M. Steketee

ISBN 90-6665-288-8

176 pag. / ƒ 39,50 / Bfr 790

In Westeuropese verzorgingsstaten is hulp grotendeels een zaak geworden van overheidsbeleid en programma's, uitgevoerd door instellingen en beroepskrachten. Echter, met het terugtreden van de overheid komen verantwoordelijkheden anders te liggen. Aan de markt en aan het particulier initiatief wordt een grotere rol toebedacht.

Van overheidszijde wordt ter vergroting van de doelmatigheid de hulp aan stringentere regels gebonden. Ook wordt hulp in toenemende mate geconfronteerd met de markt en de regels die daar gelden. Binnen de maatschappelijke hulpverlening en de gezondheidszorg zijn de laatste tijd steeds meer richtlijnen, standaarden en protocollen ontwikkeld.

Hulpverleners dienen de morele keuzen te legitimeren die binnen een hulpverleningssituatie gemaakt worden. Door de toenemende regelgeving hebben zij de neiging voor deze verantwoording vooral een juridisch begrippenkader te hanteren. De rechtsethiek is in opmars. Daarmee lijkt een belangrijk element van zorg, namelijk de persoonlijke en maatschappelijke betrokkenheid, naar de achtergrond te verdwijnen. Welke ruimte blijft er binnen de regels voor het dynamisch proces van hulpverlenen? Welke ruimte blijft er voor een zorgethiek?

Deze bundel is samengesteld door auteurs die reflecteren op het concept 'zorgethiek' vanuit een breed terrein van de hulpverlening: de kinderbescherming, de jeugdhulpverlening, de vrouwenhulpverlening, de slachtofferhulp, de hulp door politie maar ook vanuit de patiënten- en cliëntenbeweging.

Het boek is bestemd voor hulpverleners en voor opleidingen voor hulpverleners, zowel op universitair als op hbo-niveau.

Boeken van de SWP zijn verkrijgbaar in de boekhandel in Nederland en België.

Uitgeverij SWP
Postbus 578
3500 AN Utrecht
Telefoon (030) 2368060

Geestelijk werk en horizontaal kwaliteitsbeleid

Een voorbeeld van synergie binnen de humanistische beweging

Harry Kunneman

De inmiddels beruchte tegenstelling tussen expliciet en impliciet humanisme wordt veelal als een onoverbrugbare kloof voorgesteld. In dit betoog pleit Harry Kunneman ervoor de verschillen tussen beide vormen van humanisme niet te benadrukken, maar om vanuit de verschillen tot nieuwe vormen van samenwerking en wederzijdse inspiratie te komen. In zijn visie hebben de bestaande, expliciet humanistische beroepspraktijken en nieuw te ontwikkelen of verder vorm te geven humanistisch geïnspireerde vormen van dienstverlening en ondersteuning, elkaar veel te bieden. In het onderstaande wordt betoogd dat nieuwe vormen van samenwerking zowel aansluiten bij recente ontwikkelingen in de humanistische beweging als in de zorgsector. Als casus beschrijft hij daartoe onder meer de implicaties van - en de positieve ervaringen met - de implementatie van de door de Universiteit voor Humanistiek en het Centrum voor Praktische Humanistiek (i.o.) ontwikkelde horizontale kwaliteitsbenadering in drie humanistische verzorgingshuizen.

Nieuw elan

Binnen de humanistische beweging tekent zich momenteel een interessante ontwikkeling af, die naar ik hoop bij kan dragen aan het ontstaan van een nieuw elan binnen de beweging. In eerdere publikaties heb ik gepleit voor een koersverandering van het Humanistisch Verbond (HV) van expliciet naar impliciet humanisme. In dat verband heb ik tevens een lans gebroken voor de ontwikkeling van nieuwe vormen van ongebonden humanistisch raadswerk, die niet alleen op het begeleiden en verhelderen van individuele zingevingsvragen gericht zijn, maar op het in verbinding brengen van dergelijke vragen met organisatie- en managementvragen enerzijds en vragen rond de missie en de maatschappelijke verantwoordelijkheid van organisaties anderzijds. De tegenstelling tussen expliciet en impliciet humanisme die daarmee in het spel is gekomen, dreigt zich in de discussies te verdiepen tot een onoverbrugbare kloof, tot twee alternatieve sporen of toekomstscenario's voor het raadswerk en voor het HV. Daar is niemand mee gediend.
In plaats van het construeren van een onoverbrugbare kloof gaat het juist om het tot stand

brengen van vruchtbare verbindingen tussen twee complementaire manieren om heden ten dage praktisch gestalte te geven aan humanistische visies en inspiratiebronnen. Des te verheugender is het dan ook dat zich momenteel een weg aftekent waarlangs een dergelijke complementariteit organisatorisch gestalte zou kunnen krijgen.

Al langere tijd zijn er besprekingen gaande over de totstandkoming van een Humanistische Alliantie, waarbinnen het HV, Humanitas, Hivos en de Universiteit voor Humanistiek (UvH) samenwerken bij het gemeenschappelijk articuleren en uitdragen van humanistisch geïnspireerde standpunten over actuele maatschappelijke vragen. Daarnaast worden momenteel besprekingen gevoerd over de oprichting van een Humanistisch Kennis- en Dienstencentrum (HKDC). Dit centrum is bedoeld als een samenwerkingsverband van alle humanistische organisaties die zich richten op het verwerven en verbreiden van kennis en op het verrichten van diensten in aansluiting daarop. Het betreft dan met name de Stichting Socrates en haar bijzonder hoogleraren, de UvH en het daaraan verbonden Centrum voor Praktische Humanistiek (CPH), het Pedagogisch Studiecentrum Humanistisch Vormings Onderwijs, het Humanistisch Archief, het Humanistisch Studiecentrum Nederland en tenslotte de tijdschriften *Rekenschap* en *Praktische Humanistiek*.

Een dergelijk Humanistisch Kennis- en Diensten Centrum zou een tweede inhoudelijk zwaartepunt binnen de humanistische beweging kunnen gaan vormen, naast het HV en de Humanistische Alliantie.

Waar de laatsten vooral verantwoordelijk zouden zijn voor de inhoudelijke profilering van het humanisme als levensbeschouwing, zou het kennis- en dienstencentrum zich vooral als expertise-centrum kunnen ontwikkelen. Als zodanig zou dit centrum niet zozeer gericht zijn op het ontwikkelen en uitdragen van expliciet humanistisch gedachtegoed, als wel op het verlenen van *diensten* aan overheden, instellingen en profit en non-profit-organisaties, op basis van een impliciet, praktisch gericht humanisme. Daarbij gaat het met name om ondersteuning, training, onderzoek en advies ten behoeve van het omgaan met de steeds complexere *inhoudelijke* oriëntatievragen waarmee overheden, instellingen en organisaties aan het einde van de twintigste eeuw geconfronteerd worden.

In de eerste plaats kan hier gedacht worden aan de ethische, morele en maatschappelijke vragen die verbonden zijn met de missie van organisaties en met hun maatschappelijke positionering, maar ook aan vragen rond de ontwikkeling van de organisatiecultuur, de omgang met klanten en cliënten en de training en de begeleiding van medewerkers. Een simpel voorbeeld daarvan biedt een psycho-geriatrisch verpleeghuis dat een nieuwe zorgvisie wil ontwikkelen, waarin autonomie en betrokken zorg centraal staan. Of een gemeente die ambtenaren van een sociale dienst wil trainen in een meer klantgerichte en sociaal bewogen werkwijze. Of een bedrijf dat zich maatschappelijk langs meer ethische lijnen wil gaan profileren. Of een directie van een scholengemeenschap die aan *teambuilding* wil doen vanuit een eigen inhoudelijke missie. Of een cliëntenvereniging die onderzoek wil doen naar factoren die van invloed zijn op menswaardige bejegening in de zorg.

Het Humanistisch Kennis- en Dienstencentrum zou zich met andere woorden kunnen profileren als een kennis- en expertise-centrum waar humanistisch geïnspireerde vormen van omgang met dit type inhoudelijke oriëntatievragen aangeboden worden, in de vorm van een breed scala aan concrete diensten in directe relatie met de specifieke situatie van de betrokken organisatie.

Door het combineren van deskundigheden die momenteel in een aantal humanistische organisaties beschikbaar zijn, maar daar vaak binnen een beperkt domein toegepast worden, zou het Humanistisch Kennis- en Diensten Centrum synergetische processen kunnen bevorderen en vernieuwingen in het dienstenaanbod van

humanistische organisaties kunnen stimuleren. Bijvoorbeeld een combinatie van HVO-inzichten met betrekking tot groeps- en vormingswerk, expertise rond kwalitatief onderzoek en HOS-deskundigheid op audio-visueel gebied, om een *teambuilding*traject te begeleiden. Voorstelbaar is dan bijvoorbeeld dat een aantal mensen uit het team het achterste van hun tong (of ten minste een deel daarvan) laten zien tijdens - geregistreerde en (gezamenlijk) geanalyseerde - diepte-interviews.
Een andere mogelijkheid vormt de inhoudelijke deskundigheid van Socrates- en UvH-zijde als basis voor een ethiek-programma in de thuiszorg. Of bijvoorbeeld de deskundigheid vanuit Humanitas in het werken met vrijwilligers en HVO-methodieken in combinatie met kennis rond communicatief management en zorgethiek vanuit de UvH voor een scholingsprogramma ten behoeve van coördinatoren van vrijwilligersorganisaties.
Het lijkt niet verstandig om een zware organisatie te maken van het HKDC. Eerder dient het als verzamelpunt en doorgeefluik te functioneren voor de vragen van potentiële opdrachtgevers. Afhankelijk van de inhoud zouden dan projectteams samengesteld kunnen worden, bestaande uit inhoudsdeskundigen uit verschillende organisaties, die in samenwerking met de opdrachtgever aan de slag gaan met de vraag of opdracht in kwestie. Een belangrijk steunpunt voor het HKDC zou daarbij het nieuw opgerichte Centrum voor Praktische Humanistiek (CPH) kunnen zijn. In de onlangs verschenen folder van het CPH wordt de inzet daarvan als volgt omschreven:

> 'Het Centrum voor Praktische Humanistiek (CPH) maakt onderdeel uit van de Universiteit voor Humanistiek. Het CPH is gespecialiseerd in advies, begeleiding, training en evaluatie-onderzoek binnen de zorgsector en het welzijnswerk.
> Tevens richt het CPH zich op begeleiding bij de omgang met ethische dilemma's en zingevingsvragen in de dienstverlening en in commerciële organisaties.
> Tenslotte wordt via het CPH een aantal cursussen aangeboden, in het verlengde van het onderwijsprogramma van de UvH. Tegen de achtergrond van een hedendaags, open humanisme wil het CPH bijdragen aan het tot stand komen van nieuwe verhoudingen tussen cliënten, professionals en managers. Centraal staan voor ons de kwaliteit van relaties, aandacht voor een kwalitatieve bejegening, ruimte voor persoonlijke zingeving en de zoektocht naar nieuwe manieren om inhoud te geven aan de inhoudelijke missie van instellingen en organisaties. Belangrijke oriënterende begrippen zijn daarbij de cliënt als burger, ruimte voor het individuele verhaal, normatieve professionaliteit en communicatief management.'

Uit deze omschrijving wordt duidelijk dat het gebied dat door het CPH bestreken wordt, een duidelijke overlap vertoont met de vragen waarop het Humanistisch Kennis- en Diensten Centrum zich hopelijk zal gaan richten. Dit betekent dat het Centrum voor Praktische Humanistiek binnen het HDKC een belangrijke rol zou kunnen gaan spelen.
Anderzijds is het gebied dat door het Kennis- en Diensten Centrum bestreken wordt veel breder dan het gebied dat het CPH bestrijkt, terwijl het bovendien een belangrijke inzet van het HKDC vormt om een veel bredere samenwerking tussen humanistische professionals te faciliteren, alsook om synergetische processen tussen humanistische organisaties tot stand te brengen.
Een interessant voorbeeld daarvan wordt gevormd door de raakvlakken tussen het werk van humanistisch raadslieden in verpleeg- en verzorgingshuizen enerzijds en de horizontale kwaliteitsbenadering binnen de ouderenzorg, die de afgelopen jaren vanuit het Centrum voor Praktische Humanistiek-in-oprichting ontwikkeld is, anderzijds.
Deze raakvlakken en de wederzijdse voordelen die uit het uitwerken van deze mogelijkheden

voort kunnen komen, wil ik in het vervolg van dit artikel wat verder uitwerken, om zodoende aan de hand van een voorbeeld de synergetische effecten te concretiseren tussen expliciet en impliciet humanistische benaderingswijzen, die via de oprichting en het uitbouwen van een Humanistisch Kennis- en Diensten Centrum bevorderd kunnen worden.

Kwaliteitsbeleid in de ouderenzorg

Het kwaliteitsbeleid dat allerwegen in de zorgsector in ontwikkeling is, vormt om verschillende redenen een goede ingang daartoe. In de eerste plaats is kwaliteitsbeleid praktisch gericht. Er ligt weliswaar altijd een bepaalde visie aan ten grondslag, maar een centraal principe van kwaliteitsbeleid is het systematisch nagaan of gestelde doelen al dan niet feitelijk gerealiseerd worden. Wanneer met andere woorden humanistische inspiratiebronnen geconcretiseerd moeten worden in termen van kwaliteitsbeleid, kan niet volstaan worden met algemene uitgangspunten en visies, maar dient concreet aangegeven te worden hoe die uitgangspunten in de feitelijke zorgpraktijk gerealiseerd moeten worden. De noodzaak om in het kader van kwaliteitsbeleid tot operationalisering te komen van de vastgelegde doelstellingen en kwaliteitsniveaus, heeft echter veelal tot gevolg dat vooral die onderdelen van de zorg- en dienstverlening in het kwaliteitsbeleid centraal komen te staan die zich goed lenen voor operationalisering. Dat betekent in veel gevallen dat de relationele aspecten van de zorgverlening, alles wat te maken heeft met de kwaliteit van communicatieve processen, met bejegening, met betrokkenheid van medewerkers en met de cultuur van de instelling in het algemeen, er doorgaans in het kader van kwaliteitsbeleid bekaaid van afkomen. Simpelweg omdat het hier om zaken gaat die zich niet eenvoudig laten formaliseren, operationaliseren en protocolleren.

Humanistische inspiratiebronnen kunnen nu zowel expliciet als impliciet in het spel gebracht worden om de eenzijdige gerichtheid op alles wat meetbaar, planbaar en regelbaar is te verbreden in de richting van een meer open, communicatieve en mensgerichte benadering van de zorgbehoeften en de omgang daarmee op het niveau van kwaliteitsbeleid.

In algemene zin gaat het daarbij om een inzet die niet alleen binnen het klassieke humanisme en het verlichtings-denken een belangrijke rol speelt, maar ook binnen hedendaagse, postmoderne varianten van humanisme, namelijk de betrokkenheid op dialoog, op gelijkwaardige, open communicatie en *last but not least* de betrokkenheid op het bevorderen en respecteren van individuele eigenheid. Dit is zeker geen exclusieve gerichtheid van humanisten, maar vast staat wel dat humanistische tradities een rijk arsenaal aan begrippen, inzichten en visies bieden met behulp waarvan deze betrokkenheid op *individuerende omgang* tussen mensen, op inspirerende wijze gearticuleerd kan worden. Humanistische tradities in brede zin hebben in dit opzicht iets belangrijks te bieden, zowel op het niveau van individuele zingeving als op het niveau van instituties en instellingen, die in toenemende mate onder de druk van marktinvloeden en efficiency-overwegingen moeten opereren en zich daarbij steeds minder kunnen verlaten op de grote verhalen van weleer.

Deze stelling kan nader toegelicht worden aan de hand van het onderscheid tussen twee dominerende scenario's in de positionering *van* en de zorg *voor* ouderen in ons land, namelijk enerzijds die ten aanzien van 'de stralende senior' en anderzijds die met betrekking tot 'het zorgelijke levenseinde.'

In de openbare meningsvorming en in de marketing van produkten voor de lucratieve ouderenmarkt domineert het beeld van de stralende senior, het nog steeds levenslustige, zelfstandige, financieel niet onbemiddelde echtpaar, dat interessante hobby's heeft, regelmatig korte vakan-

ties houdt, zeer goed voor zijn gezondheid zorgt, een levendig sociaal netwerk in stand houdt en - van een afstand bezien - de tijd van zijn leven doormaakt. Het complement van de stralende senior wordt gevormd door 'het zorgelijke levenseinde.' In dit scenario verschijnt oud worden vooral als verlies van gezondheid, zelfstandigheid en competentie, hetgeen gepaard gaat met toenemende afhankelijkheid van professionele zorg en deskundologische ondersteuning.

In het eerste scenario verschijnen ouderen met andere woorden vooral als zelfstandige consumenten, in het tweede scenario worden zij gepositioneerd als afhankelijke zorgobjecten. Aan beide scenario's kleven grote nadelen. Wanneer ouderen als zelfstandige consumenten benaderd worden, heeft dat weliswaar als voordeel dat hun onafhankelijkheid gerespecteerd wordt en dat zij niet betutteld worden. Maar daar staat tegenover dat slechts een beperkt deel van de ouderen economisch in staat is om de rol van de stralende senior te spelen. Met name de grote groep oudere vrouwen die geen pensioenrechten hebben opgebouwd en na een leven van zorgen voor anderen hun netwerk grotendeels verliezen, staan in dit scenario zwaar in de kou. Zij belanden dan als vanzelf in het tweede scenario, waarin zij benaderd worden als object van een beperkte - soms tot op de minuut afgemeten - hoeveelheid professionele zorg en sterk somatisch gerichte, deskundologische begeleiding; en zodoende krijgen ze in veel gevallen met grote eenzaamheid en acute zingevingsvragen te kampen.

Tegen de achtergrond van de humanistische betrokkenheid op dialoog en op het respecteren en bevorderen van individuele eigenheid, kan mijns inziens een alternatief geformuleerd worden voor beide scenario's. Humanistisch geïnspireerde zorg voor ouderen zou mijns inziens gericht moeten zijn op het creëren en in stand houden van de voorwaarden waaronder ouderen zich gezien en gewaardeerd weten in hun *narratieve individualiteit*, dat wil zeggen in hun behoefte en in hun vermogen om hun eigen ervaringen, emoties en opvattingen tegenover anderen tot uitdrukking te brengen en daarin serieus genomen te worden. Het honoreren van anderen in hun narratieve individualiteit sluit respect voor hun autonomie en zorg voor hun lichamelijke behoeften in, maar houdt daar niet bij op.

Werkelijke aandacht hebben voor iemands verhaal, voor diens ervaringen, emoties en ideeën, betekent dat je op bestaansniveau een verbinding aangaat met de ander, hoe kort ook. En het is precies in die verbinding dat de ander zich als bijzonder persoon kan ervaren en haar eigen ervaringen en emoties voor zichzelf als betekenisvol kan beleven en zo nodig kan verhelderen. Erkenning van narratieve individualiteit is in elke levensfase onontbeerlijk. Maar voor ouderen geldt in veel gevallen dat zij het nodige existentiële ordeningswerk te doen hebben, dat zij zonder het visioen van een hiernamaals te willen koesteren met hun levensverhaal en de daarmee verbonden emoties in het reine moeten zien te komen. Daarbij hebben ze anderen nodig die hen serieus nemen, die hun verhalen willen horen en die hen niet alleen laten. Kernachtig samengevat: zingeving vereist narratieve individuering en narratieve individuering vereist hoogwaardige communicatieve relaties.

Op dit punt ligt voor mij de belangrijkste beperking van de twee geschetste scenario's: zowel in de positionering van ouderen als autonome consument als in hun positionering als afhankelijke zorgobjecten, verdwijnt de bestaansdimensie en het belang van communicatieve inbedding doorgaans uit beeld. Precies op dit punt zie ik dan ook duidelijke mogelijkheden voor humanistisch geïnspireerde vormen van zorg waarin mensen niet alleen als klant serieus genomen worden en goede technisch-professionele zorg ontvangen, maar ook als gesprekspartner in hun narratieve individualiteit tot hun recht kunnen komen.

Lerende organisaties en horizontaal kwaliteitsbeleid

Om voor dit alles ruimte te scheppen binnen zorginstellingen, dienen twee centrale onderdelen van hedendaags kwaliteitsbeleid met elkaar verbonden te worden. Het gaat daarbij enerzijds om de gerichtheid op systematische controle, en anderzijds om het ontwikkelen van een lerende organisatie met permanente aandacht voor de communicatieve kwaliteit van relaties en voor zingevingsvragen, zowel op individueel niveau als op het niveau van de organisatie.
Vanuit het Centrum voor Praktische Humanistiek (i.o.) is de afgelopen jaren een kwaliteitsbenadering ontwikkeld die deze elementen bewust met elkaar verbindt. Deze *horizontale kwaliteitsbenadering* is bedoeld als aanvulling op de bestaande, sterk systeem-gerichte kwaliteitsbenaderingen binnen de zorg, zoals het kwaliteitsysteem van de Woon Zorg Federatie (WZF) of het Model Interne Kwaliteitszorg Verpleeghuizen van de Nederlandse Vereniging voor Verpleeghuis Zorg (NVVZ).
In deze systeembenaderingen gaat de meeste aandacht uit naar het doorzichtig en controleerbaar maken van alle zorgprocessen volgens de zogenaamde 'cirkel van Demming': definiëren wat je wilt bereiken, uitvoeren, controleren en tenslotte terugkoppelen en bijstellen. Als gevolg daarvan komen de relationele dimensie en de zingevingscomponent van goede zorg er bij deze kwaliteitsbenaderingen doorgaans bekaaid van af. Hoogstwaarschijnlijk omdat het hier om processen gaat die ten principale niet controleerbaar zijn, ook al zijn er wel degelijk randvoorwaarden te scheppen waaronder ze kunnen floreren.
Dat kan nader toegelicht worden aan het bekende onderscheid tussen drie soorten leerprocessen binnen taakgerichte organisaties. Vanuit cybernetisch gezichtspunt gezien kunnen die in drie vormen worden onderverdeeld: [enkel-lus] leren, [dubbel-lus] leren en tenslotte [driedubbel-lus] leren.

Enkel-lus leren houdt in dat de uitvoering van vastgestelde doelen gecontroleerd wordt, met het oog op het corrigeren van afwijkingen van vastgelegde kwaliteitsnormen. Een kamerthermostaat in de huiskamer of een protocol in de zorg zijn goede voorbeelden van enkel-lus leren. Kenmerkend is dat de ervaringen van de uitvoerders niet van invloed zijn op de kwaliteitsnormen en de achterliggende definitie van de doelen die bereikt moeten worden. Veel kwaliteitsbeleid in de zorgsector staat in het teken van dergelijke enkel-lus leerprocessen, die van bovenaf gestuurd worden en die de uitvoerenden nauwelijks ruimte geven voor eigen initiatief. Met alle voordelen, maar vooral ook nadelen van dien.

In *dubbel-lus* leerprocessen wordt nu aan de eerste terugkoppelingslus een tweede toegevoegd: de ervaringen op uitvoeringsniveau worden hier niet alleen gebruikt om na te gaan of de gestelde doelen volgens de vastgelegde kwaliteitsnormen gerealiseerd worden (bijvoorbeeld het twee maal in de week schoonmaken van een kamer inclusief het sanitair, of de temperatuur van de aardappelen bij het opdienen), maar ook om de gestelde kwaliteitsnormen en de achterliggende doelen zonodig zelf bij te stellen. Het voordeel van dubbel-lus leerprocessen is niet alleen dat de ervaringen en leervermogens van de uitvoerenden maximaal benut worden, maar ook dat zij zodoende meer betrokken worden bij het inrichten van hun eigen werk en gestimuleerd worden hun eigen kwaliteitsbewustzijn te volgen en verder te ontwikkelen.

Van *driedubbel-lus* leren is tenslotte sprake wanneer binnen de organisatie ook ruimte wordt gemaakt voor leerprocessen ten aanzien van de kwaliteit en de vormgeving van de dubbel-lus leerprocessen. Wanneer met andere woorden de manier waarop doeleinden van de organisatie gedefinieerd worden en in de praktijk worden gebracht zèlf toegankelijk wordt gemaakt voor systematische reflectie en voor gemeenschappe-

lijke leerprocessen. Dit kan dan vorm krijgen door cliënten en medewerkers stelselmatig te betrekken bij het formuleren en bijstellen van het beleid en de vertaling daarvan in concrete plannen en projecten binnen de organisatie. Met andere woorden: door cliënten en medewerkers serieus te nemen in hun narratieve individualiteit. Wanneer een organisatie deze drie vormen van leren bewust combineert en op elkaar afstemt, kan gesproken worden van een lerende organisatie.

De horizontale kwaliteitsbenadering

Kenmerkend voor de horizontale kwaliteitsbenadering is nu dat het opbouwen van een lerende organisatie als ingang genomen wordt voor het ontwikkelen en systematisch implementeren van kwaliteitsbeleid, met als focus de kwaliteit van de communicatie tussen de betrokkenen. In plaats van verticale communicatie, gebaseerd op centrale sturing, één-richtingsverkeer en hiërarchie, staat in de horizontale kwaliteitsbenadering gelijkwaardige communicatie centraal, gebaseerd op aandacht voor individuele verhalen, alsook op ruimte voor verschil en betrokkenheid op gemeenschappelijke leerprocessen.

Meer concreet berust de horizontale kwaliteitsbenadering op drie pijlers.

a) *Systematische zorg voor horizontale communicatie* met bewoners of cliënten via geëigende kanalen, zoals eigen kwaliteitskringen voor bewoners, regelmatige forumdiscussies en open-interviews met bewoners, zodat bewust contact gemaakt kan worden met hun individuele verhalen, waardoor het kwaliteitsbeleid inhoudelijk gevoed kan worden vanuit de belevingen van de eerstbetrokkenen.

b) *Normatieve professionaliteit en zorgethiek* als horizon van het professionele handelen. Een centraal uitgangspunt voor het verbeteren van de kwaliteit van het professionele handelen binnen de horizontale kwaliteitsbenadering, is de betrokkenheid van de zorgverleners op het individuele verhaal en de behoeften van bewoners of cliënten. De professionaliteit wordt met andere woorden primair in ethische termen en in termen van zingeving aan het eigen werk gedefinieerd. Technische competentie dient daartoe ingebed te worden in normatieve professionaliteit.

   Zodoende kan ruimte gecreëerd worden om te reflecteren op eigen ervaringen en emoties in de feitelijke zorgverlening en kunnen de consequenties die het eigen handelen heeft voor de kwaliteit van leven van bewoners, als basis dienen voor het kwaliteitsbeleid.

c) *Communicatief management*, dat wil zeggen een vorm en stijl van leidinggeven waarin de spanning die binnen organisaties en instellingen onvermijdelijk optreedt tussen de eisen van efficiënt systeembeheer en ruimte voor individuele verhalen en emoties, zoveel mogelijk langs communicatieve weg en vanuit emotionele betrokkenheid aan de kant van het management tegemoet getreden wordt en tot thema wordt gemaakt voor gemeenschappelijke leerprocessen.

Samenvattend berust de horizontale kwaliteitsbenadering dus op het ontwikkelen van een communicatieve infrastructuur waarbinnen leerprocessen gestimuleerd worden op basis van persoonlijke betrokkenheid en ruimte voor narratieve individualiteit.

Synergie tussen het HGW en horizontaal kwaliteitsbeleid

Uit deze summiere aanduiding van enkele elementen van de horizontale kwaliteitsbenadering, kunnen enkele belangrijke raakvlakken gedestilleerd worden tussen het humanistisch geestelijk werk (HGW) in de ouderenzorg en de

inzet van de horizontale kwaliteitsbenadering.[1] Het scharnier tussen beide invalshoeken wordt gevormd door de gemeenschappelijke betrokkenheid op narratieve individuering, op ruimte voor mensen om woorden te geven aan hun eigen ervaringen en emoties, en daarvoor bij anderen gehoor te krijgen. In het humanistisch geestelijk werk krijgt deze betrokkenheid vooral gestalte in de vorm van individuele gesprekken en groepsbijeenkomsten met bewoners, ook al zijn raadslieden in veel gevallen ook actief in ethische commissies en via andere vormen van beleidsgericht werk.

In de horizontale kwaliteitsbenadering staat het beleidsgerichte in het centrum van de aandacht. Het gaat hier om het verhelderen en realiseren van de voorwaarden waaronder de organisatie zich als geheel tot een lerende organisatie kan ontwikkelen. Hierbinnen worden communicatief management en normatieve professionaliteit als vanzelfsprekend verbonden met systematische aandacht voor de stem van de bewoner.

In de drie humanistische verzorgingshuizen waarbinnen tot nu toe ervaring is opgedaan met horizontale kwaliteitszorg, bleken als vanzelf synergetische effecten met het humanistisch raadswerk te ontstaan. Hiervoor zijn twee verklaringen te geven.

In de eerste plaats biedt het begrippenkader dat met de horizontale kwaliteitsbenadering verbonden is, aan de instellingen in kwestie de gelegenheid om hun humanistische identiteit meer handen en voeten te geven. Dit is voorstelbaar door de humanistische identiteit actief te verbinden met de inhoudelijke kwaliteit van het zorgproces en de communicatieve uitgangspunten die daarin tot uitdrukking komen. Voor wat betreft het laatste doel ik dan met name op betrokkenheid ten aanzien van narratieve eigenheid. Daarmee ontstaat voor het humanistisch raadswerk een instellingsklimaat, waarbinnen zingevingsvragen en ethische dilemma's niet het exclusieve domein van de HGW-er vormen (en waarbij deze niet door het management naar hen afgeschoven kunnen worden). Ethische reflectie en inhoudelijk beraad over zingeving en kwaliteit van leven kunnen op die manier in het hele kwaliteitsbeleid van de instelling verankerd worden.

In de tweede plaats gingen de HGW-ers als vanzelfsprekend participeren in de kwaliteitskringen en forumdiscussies die binnen het horizontale kwaliteitsbeleid een belangrijke plaats innemen. In het verlengde daarvan wordt overigens momenteel binnen een van de betrokken instellingen de mogelijkheid onderzocht om de humanistisch raadsvrouw (met een uitbreiding van haar aanstelling) ook als part-time kwaliteitsfunctionaris in te schakelen.

Ook in zorginstellingen met een andere, of in het geheel geen levensbeschouwelijke signatuur, kan een dergelijke wederzijdse voeding en versterking van het humanistisch raadswerk en van horizontaal kwaliteitsbeleid optreden. De horizontale kwaliteitsbenadering put weliswaar onmiskenbaar uit humanistische inspiratiebronnen, maar de toepassing ervan is niet gebonden aan een expliciete levensbeschouwelijke positiekeuze van de instelling. De horizontale kwaliteitsbenadering kan ook toegepast worden als een concrete uitwerking en organisatorische verankering van de betrokkenheid op menswaardige zorg. En als zodanig kan die in vele vormen - en gearticuleerd in uiteenlopende taalspelen - binnen de zorgsector aangetroffen worden. Anders gezegd: ook in levensbeschouwelijk neutrale instellingen of organisaties met een andere levensbeschouwelijke signatuur, kunnen humanistisch geestelijk werkers met goed fatsoen pogingen ondernemen om de principes van de horizontale kwaliteitsbenadering in hun instelling ingang te doen vinden, alsook om hun eigen professionele aanwezigheid en zichtbaarheid binnen de instelling (waar dat mogelijk en wenselijk is), in voorgenoemde richting uit te bouwen.

Conclusie

Zo bezien is er inderdaad weinig reden om de tegenstelling tussen expliciet en impliciet humanisme als een onoverbrugbare kloof voor te stellen. Integendeel, mijns inziens kunnen er nieuwe vormen van synergie ontwikkeld worden tussen bestaande, expliciet humanistische beroepspraktijken en nieuw te ontwikkelen humanistisch geïnspireerde vormen van dienstverlening en ondersteuning in een breed scala van maatschappelijke sectoren en probleemvelden. Het nieuwe elan dat door dergelijke vormen van synergie mogelijk kan worden, is niet alleen voor de humanistische beweging van belang, maar kan ook tegemoet komen aan de onmiskenbare behoefte aan inhoudelijke inspiratie en aan nieuwe beddingen voor persoonlijke betrokkenheid en solidariteit binnen de postmoderne, multi-culturele risico-maatschappij.

Harry Kunneman is hoogleraar Praktische humanistiek, in het bijzonder theorie en praktijk van het humanistisch geestelijk werk, aan de Universiteit voor Humanistiek

Noten

1. Voor meer informatie over de horizontale kwaliteitsbenadering zie: Mariëtte Leentvaar-Braakman & Harry Kunneman (1998), *Handreiking Horizontale Kwaliteitszorg*, Universiteit voor Humanistiek, Utrecht.

(advertentie)

Geestelijke verzorging
De exisentiële begeleiding in de psychiatrische hulpverlening
Yvonne M.C. Lang
ISBN 90-6665-283-7
96 pag. / ƒ 26,50 / Bfr 530

De mens heeft door de eeuwen heen gezocht naar de betekenis en de zin van het leven. Hij ontkomt er niet aan zijn bestaan zin te geven, bepaalde dingen wel of niet te waarderen, betekenis toe te kennen en ordening aan te brengen. Zinvragen komen vooral voor daar waar de confrontatie met de kwetsbaarheid van het bestaan groot is. In crisissituaties staan mensen stil bij de vraag wat ze nog aan het leven hebben. Ze worden op zichzelf teruggeworpen en moeten zich opnieuw oriënteren. Vaak hebben ze daar hulp bij nodig van anderen.
In dit boek is getracht de hulpverlening, in het bijzonder toegespitst op de psychiatrisch patiënt, te verhelderen. Tot de onderwerpen behoren onder meer de existentiële dimensie en het mysterie van het bestaan, zinvragen en zingevingskaders, geestelijke stromingen, spiritualiteit, religie, mystiek en meditatie, de psychiatrische patiënt en zijn bestaansproblemen. Dit boek is een gids voor hulpverleners en begeleiders die werken met mensen in nood. Het is in het bijzonder geschreven voor hulpverleners in de geestelijke gezondheidszorg (psychiaters, psychologen, geestelijk verzorgers, maatschappelijk werkers, verpleegkundigen, sociotherapeuten). Ook huisartsen, gezinsverzorgers, wijkverpleegkundigen, pastores en predikanten, zullen thema's vinden die aansluiten bij hun dagelijkse praktijk. Tevens is het geschikt voor docenten en studenten in opleiding voor de psychiatrische hulpverlening en het welzijnswerk.

Boeken van de SWP zijn verkrijgbaar in de boekhandel in Nederland en België.

Uitgeverij SWP
Postbus 578
3500 AN Utrecht
Telefoon (030) 2368060

Interview met Peter Samwel

Het 'halve' humanisme van het Humanistisch Verbond

Gerard Snels

Peter Samwel was tot voor enige tijd werkzaam als humanistisch geestelijk raadsman bij het Ministerie van Defensie. Uit eigen beweging heeft hij hiervan afscheid genomen. Zijn zelfgekozen vertrek blijkt in hoge mate verband te houden met de spanning tussen een persoonlijk doorleefd humanisme en het humanisme van het Humanistisch Verbond (HV). Het officiële humanisme van het HV laat volgens Samwel tè weinig ruimte voor de innerlijke autoriteit van de mens en is onvoldoende uitgediept. Dat leidt in zijn optiek tot een zogenaamd 'half' humanisme: een humanisme dat weinig inspireert en geen aandacht besteedt aan de spirituele ervaringskant van mensen. Het onderstaande is een verslag van een gesprek dat Gerard Snels met Peter Samwel voerde.

Je hebt afscheid genomen van de Dienst Humanistisch Geestelijke Verzorging bij Defensie. Heb je daarmee ook afscheid genomen van het humanisme? Zie je jezelf nog als humanist?

Humanist is hij die verbonden is met zijn innerlijk wezen en vanuit eigen autoriteit leeft, spreekt en werkt. Dat betekent niet dat je geen enkel uiterlijke autoriteit behoeft te erkennen, maar je wankelt daar niet onder en je geeft je autonomie daar niet voor op. Dus iemand die vanuit innerlijke autoriteit een Weten ontwikkelt dat met zijn eigen wezen, zijn eigen ziel verbonden is, dat voortkomt uit een door het Zelf ontwikkeld besef, dat is voor mij een humanist. Deze humanist kan dus een eigen innerlijk weten ontwikkelen dat lijkt op een weten dat is gebaseerd op aanname en geloof in relatie tot de uiterlijke autoriteit, echter met dat verschil dat de humanist zijn overtuiging van binnenuit leeft en beleeft, terwijl de niet-humanist gelooft in gezag, charisma, invloed, positie en macht van de ander.

Wat ik een humanist noem is dus een mens die een innerlijke waarheid kan ontwikkelen over thema's die behoren tot zowel het kenbare als het onkenbare in het bestaan. Deze innerlijke waarheid kan dus zowel een zekerheidsgevoel voortbrengen over een thema als bijvoorbeeld 'vertrouwen' maar evenzo over bijvoorbeeld 'het voortbestaan' of 'de wedergeboorte van de ziel'. Dat zekerheidsgevoel mag echter niet zomaar verward worden met een leven zonder twijfel. Openstaan voor andere invloeden, meningen en mogelijkheden tot verandering, vind ik voor een humanist essentieel, maar dan wel op elk gebied. Een humanist die dus bijvoorbeeld een begrip als 'reïncarnatie' leeft, is voor mij net zo goed humanist als iemand die het begrip 'vertrouwen' of 'loslaten' van binnenuit leeft en beleeft. En geen van beiden zijn

humanist te noemen als ze dogmatische stellingnames verkondigen, of het nu 'vertrouwen', 'loslaten' of 'leven-overstijgende thema's' betreft.

Maar geloven in reïncarnatie, zeker het daarvoor uitkomen als humanistisch raadsman, ligt wel gevoelig binnen het Humanistisch Verbond.

Sterker nog, het HV-humanisme accepteert deze zienswijze niet. Wanneer ik een begrip als bijvoorbeeld 'vertrouwen' inbreng, dan stoot ik daar binnen het Verbond niemand mee voor het hoofd, maar wanneer ik de meer ongrijpbare thema's zoals bijvoorbeeld 'reïncarnatie' of 'spiritualiteit' in het algemeen in mijn persoon geïntegreerd en ontwikkeld heb, en vanuit een van binnenuit ontdekt weten een innerlijke autoriteit als levensgevoel uitdraag, dan blijkt daar binnen de visie van het HV-humanisme geen plaats of ruimte voor te bestaan en krijg ik als raadsman echt grote problemen.
Ik noem het HV-humanisme dan ook wel een 'half' humanisme, een onvoldoende uitgediept humanisme, een gedeeltelijk humanisme waar overigens in zichzelf, en laat ook dat bovenal duidelijk zijn, niets mee mis is. Ik vind het alleen maar onvolledig!

En voor jou is dat te weinig?

Ja, persoonlijk kan ik niet verder met een humanisme dat in mijn beleving niet volledig is, en dat niet over bepaalde grenzen durft te gaan om de innerlijke autoriteit van mensen werkelijk recht te doen en om mensen in dat opzicht aan het woord te laten. Naar mijn mening blijft het Humanistisch Verbond wat dat betreft hangen in angst. In de dertien jaar dat ik bij het HV was aangesloten, heb ik dan ook vooral veel angst ervaren om maar niet terug te vallen in een levensbeschouwelijk denken dat de patriarchaal-masculiene trekken vertoont die ons allemaal nog vers in het geheugen liggen, en die ons in het verleden met name door het dogmatisch christendom als De Waarheid is voorgehouden. Ik vind dus dat het HV-humanisme in deze zin te zeer door angst wordt gedreven en dat is toch de tegenpool van liefde, nietwaar? Noch vanuit het christendom, noch vanuit het humanisme wordt de mens een werkelijke innerlijke vrijheid gegund van waaruit een persoonlijke visie op mens en wereld kan worden ontwikkeld. Ik denk dat mensen in deze tijd juist hieraan behoefte hebben en dat mede daarom de positie van de levensbeschouwelijke zuilen in Nederland zo is verzwakt. Ik vind echt dat het HV beter voor een andere koers kan kiezen; ik denk zelfs dat het daar de hoogste tijd voor is.
Ik moet je daarnaast ook eerlijk bekennen dat ik na mijn opleiding op het HOI, nauwelijks nog inspirerende, vernieuwende of spirituele ideeën en literatuur binnen de humanistische levensovertuiging ben tegengekomen, een enkele keer uitgezonderd. Het blijft wat vlak en plat, het humanisme verdiept zich niet echt en prikkelt niet in die mate dat mijn ziel ervan gaat tintelen. Mijn probleem met de humanistische levensovertuiging is juist daarin gelegen dat het onvoldoende in staat is mijn ziel te kunnen bereiken of in vervoering te brengen.

Wat was er dan nodig geweest om jouw geest te prikkelen, en heeft dat ook betrekking op opleidingsniveau?

De Universiteit voor Humanistiek zou - wat mij betreft - naast scholing in levensbeschouwelijke en sociaal-wetenschappelijke theorieën en 'methodieken', een vak dienen te ontwikkelen als *De praktijk van de geestelijke weg*. Ik vind namelijk dat aankomende geestelijk werkers een verkenning gemaakt dienen te hebben van het eigen innerlijk. Er is zoveel te zeggen en te ervaren vanuit de esoterie van ons bestaan. Ik bedoel hier niet een nieuw studievak met boeken en theorieën, kennis en andere wetenschappelijke toevoegingen! Wat ik bedoel is dat geestelijk werkers zich wezenlijk en praktisch leren ver-

diepen in zichzelf. Hierdoor ontstaat een innerlijk weten over de eigen ziel, over het Zelf, de Geest en over de weg die door de mens kan worden afgelegd om contact te leren maken met diepere, innerlijke niveaus van het leven en jezelf. Meditatie behoort daar natuurlijk ook toe, immers de verstilling en het daarvoor open leren staan, is wereldwijd in de meeste levensbeschouwelijke organisaties een alom geprezen weg om het innerlijk te leren ontdekken en verkennen! Wat weten humanisten bijvoorbeeld over de stilte? Hoe beleven zij dat? Wat zegt het hen? In het humanisme lijkt het vooral eerder om het praten te gaan dan om de stilte. Ik zeg wel eens: 'Als je m'n stilte niet begrijpt, zul je nooit begrijpen wat ik te zeggen heb!' En verder kan hierbij ook worden gedacht aan vormen van yoga, het leren ontwikkelen van de eigen intuïtie, kennis over het energetisch veld (aura en chakra's) van de mens, het contact maken met ons onderbewustzijn - waar alle herinnering naar verleden en toekomst, en daarmee ons eigen Weten, ligt opgeslagen, en het verder ontdekken van onze onuitputtelijke innerlijke mogelijkheden. Hierdoor worden we gevoelsmatige mensen voor onszelf, voor anderen alsook voor het leven dat wij leiden. Ik verwacht van iemand die mij raad geeft dat hij innerlijke processen heeft doorgemaakt en voltooid, en dat hij mij vanuit deze kwaliteit weet te ondersteunen.

Binnen het hedendaags humanisme is voor dit alles geen erkenning en geen plaats. Hierdoor blijft het dus in mijn beleving een onvolledig humanisme, dat zich te veel langs lijnen van de rede en de rationaliteit ontwikkelt. In de gnostiek wordt gesproken over het leven vanuit 'hoofd en hart', het gaat dan om een juist evenwicht tussen beide. In het humanisme tref ik heel veel 'hoofd' aan: veel boekenwijsheid, wetenschappelijk onderzoek, de kennis via anderen; en tegelijkertijd weinig 'hart', in de zin van: weinig ervaringskennis van binnenuit, weinig spirituele onderbouwing en potentie in de benaderingswijze van de levensbeschouwelijke hulpverlening van de humanistisch geestelijk verzorging. Ik heb het steeds over deze situatie van onbalans. De eenzijdige dominantie van rede en rationaliteit onderdrukte mij op de lange duur, en ik ervaar daarbij dezelfde patriarchale trekken als dogmatische gelovigen ons altijd al hebben voorgehouden en waar ook het Humanistisch Verbond zich notabene tegen verzet.

Ik wil pleiten voor een humanisme dat werkelijk vrij is en open en waar bovenal plaats (en erkenning) is voor de mens om weer in verbinding te komen met zichzelf, met zijn eigen wezen, zijn eigen ziel en geest. Ik zou in Nederland graag een humanisme willen zien van waaruit de mens een stimulans voelt om zichzelf te willen leren kennen; ik zou graag zien dat mensen het humanisme als een levensbeschouwelijke inspiratiebron gaan ervaren omdat deze levensovertuiging ons aanzet tot 'Mens, ken uzelve', te beginnen bij de persoonlijke innerlijke ervaring en onderbouwd vanuit de bestaande humanistisch georiënteerde filosofie. Ik pleit voor een humanisme dat een spirituele grond krijgt en waar de mens van de eenentwintigste eeuw zich aan wil en kan spiegelen omdat deze zich erin herkent, en zich in zijn zoektocht erkend kan weten. Een humanisme waar ook plaats is voor studie, wetenschappelijk onderzoek en ratio, maar waar om te beginnen ruimte en aandacht is voor de meditatieve weg, de spirituele ervaringskant van ons menszijn en het innerlijk weten dat in eigen autonomie en vanuit de eigen autoriteit wordt geleerd en vorm gegeven.

En een dergelijk, compleet humanisme leek je op dit moment binnen het Humanistisch Verbond niet haalbaar?

Nee, op dit moment absoluut niet! Ik ben erop stuk gelopen en het HV-humanisme tegelijkertijd ontgroeid, of zoals mijn Hoofd van Dienst het formuleerde: 'De humanistische jas is je te krap geworden, Peter.' Ik ben tegen muren opgelopen, dikke muren van angst, waarachter

slechts een half humanisme schuilde, dat zoals gezegd voornamelijk op de rede, het denken en de rationaliteit is gegrondvest.
Ik neem afscheid aangezien ik dit niet langer kan aanzien en verdragen. Door de eenzijdigheid waarover ik zojuist sprak, voel ik me in de kou staan en mis ik de warmte en de mogelijkheid tot een verdiepende, innerlijke ontplooiing.
Ik ben onmachtig gebleken om de muren van dominante zakelijkheid en geleerde woorden te slechten. Dat spijt me echt. Ik blijk niet in staat de macht en het masculiene van de alles overheersende rede met haar logica binnen de humanistische levensovertuiging op haar plaats te wijzen. In die zin heb ik gefaald.
Anderzijds voel ik mijzelf sterk door uit te breken, ondanks salaris en rechtszekerheid. Ik voel mij krachtig en authentiek door te blijven staan voor mijn eigen ideologie. En ook al staat mijn inkomen nu op de tocht en vind ik dat moeilijk onder ogen te zien, ik ga mijn eigen weg, gevoed vanuit een innerlijk weten dat dit het enig juiste is dat me op dit moment te doen staat.

Elders heb je aangegeven, dat je jezelf liever 'geestelijk raadsman' noemt, niet langer gebonden door beperkingen.

Ja, ik sta voor de professionaliteit van de geestelijk raadsman. Wat ik bedoel, onderscheidt zich nogal van een zuilsgebonden professionele identiteit. Ik ben geboeid door het geestelijk leven van mensen en dat laat zich in deze tijd niet meer kaderen of begrenzen. De tijd van de zuilen is voorbij, denk ik. Als geestelijk raadsman wil ik gebruik kunnen maken van álle kwaliteiten die ik als mens (geestelijk, spiritueel en rationeel) in mijn vermogen heb. Ik denk bijvoorbeeld aan het werken met energie of het opleggen van mijn handen. Ik heb, overigens iedereen die dit zou willen zou het ook kunnen leren, de mogelijkheid om mensen ook energetisch te ondersteunen bij levensvragen. Natuurlijk alleen als het past en gewenst is om mijn handen op te leggen. Ik heb de ervaring dat mensen dit als helend kunnen ervaren. Binnen geen enkele bestaande levensbeschouwelijke zuil is het overigens geoorloofd deze specifieke kwaliteit, die aan de mens toevertrouwd is, ten dienste van anderen te stellen. Eigenlijk onbegrijpelijk natuurlijk, maar ook hier speelt angst een grote rol!
Hetzelfde geldt voor eventuele ontwikkelde intuïtieve vermogens van de mens. Wanneer daarmee gericht gewerkt wordt, dan bevind je je dus in een krachtenveld dat - vanuit de levensbeschouwelijke zuilen gezien - buiten de toegestane paden valt. Voor mij is het daarom onmogelijk om als *humanistisch* geestelijk raadsman te blijven werken. Ik voel me er in die functie te onvrij voor omdat ik er niet geoorloofd ben de mens in vrijheid, notabene vanuit mijn eigen menselijke mogelijkheden, te ondersteunen en te geven. Ik noem mijzelf daarom nu *geestelijk* raadsman, waarbij het geestelijke mijn identiteit is en niet meer het humanistische.
Als mensen zich werkelijk met het onkenbare, het onzichtbare, het geestelijke van het leven verbinden, dan geven de levensbeschouwelijke zuilen niet thuis. Als humanistisch raadsman mocht ik niet alles geven wat ik aan talenten aan de ander te geven had. Het is gewoon verboden en dat is de reden waarom het functioneren als raadsman namens het HV voor mij wel moest ophouden te bestaan. Ik wil vanuit mijn liefde voor de ander en het geestelijk werk mijn professie zo goed als mogelijk uitvoeren. Ik heb ervaren dat de drijfveer van angst die binnen de humanistische zuil om diverse redenen leeft, me dit juist niet toestond.

Angst om je met het essentieel-geestelijke van het leven te verbinden, zie je dat als drijfveer van de afzonderlijke zuilen?

Ja, dat hebben alle zuilen met elkaar gemeen. De verschillende levensovertuigingen laten zich bij voorkeur niet in met menselijke mogelijkheden, die gevoed worden door en ontspringen vanuit de geestelijke, ongeziene en voor de mens

rationeel-onkenbare realiteit. Veel humanisten ontkennen deze universele grondgedachte of ervaren het levensgevoel er niet van. Het móet wetenschappelijk zijn, anders telt het niet. De mens krijgt eigenlijk geen permissie van 'de zuilen' zich met deze spirituele kanten van het leven in te laten, er vanuit te werken of zich er wezenlijk mee te verbinden. De kerken (maar ook het HV) zouden daar immers wel eens hun macht door kunnen verliezen.

Elke geestelijk raadsman past een open grondhouding, van waaruit elke (persoonlijke) vorm van levensovertuiging bespreekbaar is. Bij de christelijke zuilen bespeur ik al zoiets, al missen zij uiteraard de humanistische kijk op het bestaan. Institutioneel-gebonden christenen zullen dat waarschijnlijk nooit erkennen, maar geloof me, ook zij zitten vast en gevangen in het netwerk van hun eigen levensbeschouwelijke, vaak opgelegde denkkaders. De verzuilde levensbeschouwelijke instituties hebben gemeen dat zij kwaliteiten hebben, maar ook begrenzingen, en juist daarom worden ze in deze tijd als tè beperkt ervaren. Ik geloof echt dat het tijdperk van de levensbeschouwelijke zuilen, althans in hun huidige vorm, opzet en bedoeling, voorbij is. In ruim acht jaar humanistisch geestelijk werk in de praktijk, kan ik bijvoorbeeld het aantal mensen dat zichzelf humanist noemde - en mij op die grond benaderde - werkelijk op twee handen tellen! Mensen hebben behoefte aan persoonsgerichte en persoonsgeoriënteerde geestelijke verzorging en dat laat zich eenvoudig niet meer vangen binnen drie of vier levensbeschouwelijke zuilen. Geestelijk raadsman is een professie vanuit een zo breed mogelijke oriëntatie, waarbij mijn doel is de ander sterker te maken van binnenuit, vanuit de eigen innerlijke staat van zijn van die ander. Ik probeer precies datgene aan te reiken wat nodig is, zodat de ander zich in zijn eigen kracht voelt groeien en het leven weer kan dragen.

Ben je als er als geestelijk raadsman voor iedereen, ongeacht cultuur of levensovertuiging?

Ja, als geestelijk raadsman mag van mij verwacht worden dat ik standpunten of vragen vanuit een specifieke levensovertuiging of cultuur weet te 'vertalen' naar een universeel geestelijk leven. Ik bedoel daarmee te zeggen dat er maar één geestelijk leven is, waarmee elke mens op zijn eigen wijze (qua cultuur, opvoeding en achtergrond) verbonden is. De manier waarop dat in de wereld gestalte krijgt, hangt samen cultureel-maatschappelijke invloeden en grootheden. Ik wil niet slechts een cultuur- en daarmee zuilsgebonden geestelijk verzorger zijn. Ik ben een *geestelijk* raadsman, een kenner van het geestelijk leven, die vanuit zijn professionaliteit beschikt over het vermogen de vertaalslag te maken vanuit maatschappelijke en culturele gegevenheden naar het universeel geestelijke van het leven. Al het andere schiet voor mij te kort en vind ik tè beperkt in geestelijke visie. En ik pas ervoor - als levensbeschouwelijk mens van deze tijd - daarop in te leveren.

Gerard Snels is humanistisch geestelijk raadsman bij de dienst Humanistisch Geestelijke Verzorging van het Ministerie van Defensie.

Stem krijgen

Leren zingen, een lijfelijk onderzoek

Herman Coenen

Tijdens een van die zanglessen hoorde ik opeens hoe er uit mezelf een stem kwam die ik van lang geleden kende. Het was mijn jongensstem. De stem uit een tijd dat de zwaarte van alles wat met de volwassen wereld, haar haast, haar druk, haar lasten te maken had, nog niet op mij rustte. Een stem zo jong en helder. Het ontroerde me. En het bracht zo veel terug dat verdwenen, verloren en onbereikbaar had geschenen. Ik wist nu dat er iets ingrijpends met me gebeurde.

En daarbij is het niet gebleven. Mijn stem is intussen voller, krachtiger en dieper geworden. Het proces is doorgegaan. En het houdt niet meer op. Niet alleen de klank blijft veranderen, ook het gebruik en het besef van mijn lijf; en in de soms overstelpende ervaringen van wat ik in mij hoor zingen verander ik zelf, als geheel, als persoon. Ik kom in een ander bewustzijn: meer hier, nu, aards. En tegelijk, op bijzondere momenten, lichter, gelukkiger, met vurige vonken die je hemels mag noemen.

In dit artikel wil ik nagaan hoe het proces van leren zingen tot nog toe is verlopen. Daarbij richt ik de aandacht vooral op het lijf. Hoe kan de ontwikkeling in lijfelijke zin, waarom het hier gaat, worden beschreven? Tot welke veranderingen, verworvenheden en inzichten heeft het zingen me gebracht? En wat leert dit alles me over de stem als bijzondere 'plaats' in mijn lijf en over mijn lijf als geheel?
Ik richt de aandacht op mijn persoonlijke proces, omdat een leerproces als dit zich niet anders dan aan het eigen lijf voltrekt en op de eerste plaats als een persoonlijke ontwikkelingsgang wordt ervaren. Ons lijf is echter tegelijk persoonlijk en gemeenschappelijk. [1] Intensieve concentratie op het hier en nu van mijn eigen lijf geeft daarom steeds ook toegang tot een werkelijkheid die door anderen gedeeld wordt. Ook al is tussen twee en meer mensen niets letterlijk hetzelfde, toch schept onze wederzijdse lijfelijkheid [2] kruispunten, herkenbaarheden en verwantschappen die dat wat wij over onszelf zeggen tegelijk voor elkaar verstaanbaar en beantwoordbaar [3] maken. In die zin mag de lezer het hier volgende ook opvatten als een uitnodiging tot onderzoek bij zichzelf.
Dit artikel is een voorbeeld van fenomenologisch-lijfelijk onderzoek, waarin ik ernst maak met de aandacht voor het eigen lijf (het *corps propre* uit de fenomenologie van Merleau Ponty) en de ervaringen die het ons geeft. Evidenties ontstaan hier in het gevoel. Ze leiden naar de diepte van een innerlijk waarin we het Andere in onszelf kunnen ontmoeten, dat de cirkel van het ik-bewustzijn en van de rationele kennis doet oplossen (vgl. Levinas)

Hoe ik ertoe kwam

Vroeger had ik wel gezongen. Gewoon, voor mezelf. En op school natuurlijk. Een paar keer zelfs in een koor. Met een heus optreden voor een ziekenhuisradio. De klap van de nerveuze dirigent-pater voel ik nog, toen ik wat hard stond te fluisteren met mijn 'mede-sterren'.
Maar buiten de beschutting van een groep of het me-alleen-en-onbeluisterd-weten was er altijd een schaamte, een beklemming, die me de keel snoerde. Zozeer, dat ik langzamerhand minder zong. Af en toe nog wel eens, met carnaval, als het allemaal niet uitmaakte; verder bleef het steeds meer stil in mij.
Toch wist ik, al verborg ik die wetenschap steeds dieper, dat ik een mooie stem had. Ooit, op een avond in een Joegoslavisch hotel, aangestoken door de Slavische melodieën en klanken om me heen, en aangespoord door Poolse vrienden die de warmte van mijn moeders land in me losmaakten, had ik hem gehoord, gevoeld. En eigenlijk sindsdien nooit meer vergeten.
Ik leerde van lieverlee spreken in het openbaar. Door de ervaring van het lesgeven wende ik eraan mijn stem te horen klinken, alleen in een ruimte, tussen veel mensen die mij konden horen, ja zelfs zaten te luisteren. Een oude verlegenheid week, maakte plaats voor een zeker plezier. Maar daarbij bleef mijn stem als zodanig bijzaak: het ging me vooral om wat ik wilde vertellen, doceren, betogen. Anderen overtuigen, daarvoor praatte ik. En steeds meer, ondanks de spanning die het allemaal bleef kosten. Wat mijn stem daarin deed, en hoe ik haar gebruikte, ik was me er niet of nauwelijks van bewust.
In de loop van de jaren vond ik echter, naast de wetenschap, een oude liefde terug: de poëzie. Ik begon weer te weven aan een draad die er in mijn jongelingsjaren was geweest maar het om vele redenen had begeven. Er vonden in mijn persoonlijk leven breuken en verschuivingen plaats die ik niet had voorzien. Mijn perspectieven veranderden. Door veel pijnlijks heen ontdekte ik de behoefte, mijn gevoel in gedichten vorm te geven en te uiten. En ik kreeg de smaak van het voorlezen te pakken; ik ervoer hoezeer poëzie ook gezegd, eigenlijk gezongen wilde worden.
Poëzie ontstaat uit iets dat in je begint te klinken en krijgt als compositie haar eigen muzikaliteit, haar melodie, haar ritme. En deze muzikaliteit is pas rond als ze ook in anderen doorklinkt. Ik merkte hoeveel plezier het me deed, mezelf als sonoor instrument in te zetten. Het gevoel dat het bij mezelf en de toehoorders losmaakte, was een geschenk. Daarin ontstond een contact dat weldadig was, over en weer.
Ik begon samen te werken met een percussionist, Steve Clover. Het voorlezen werd nu reciteren, in samenspel met een instrumentalist. Steve is een oude rot in het muziekvak. Als jazzmusicus beheerst hij de kunst van het samen improviseren tot in de vingertoppen. [4]
Dankzij hem leerde ik samenspelen zonder programmatische afspraken: luisteren naar het moment, de sfeer, de eigen stemming en die van de ander, en daar onmiddellijk op reageren. Mijn stem werd in zekere zin een instrument, zoals de bekkens en cymbalen die Steve bespeelde. En langzamerhand ging ik merken - vooral door de bandopnames die we regelmatig maakten - hoeveel er aan mijn 'instrument' en mijn omgang ermee te verbeteren viel.
Ik deed voordrachtoefeningen met een actrice, volgde een cursus in verhalen vertellen, leerde het een en ander. Daarbij merkte ik hoezeer mijn hele lijf bij het voordragen betrokken is en hoe plezierig het voelde daadwerkelijk - en als geheel - in beweging te zijn. Zo ontdekte ik de *mime corporel* als bewegingskunst [5] en stapte in een spoor van workshops en cursussen dat een jarenlange ontdekkingstocht zou worden naar een ander besef van mijn eigen lijf en de lijfelijkheid die ik met anderen deelde. Wat ik vroeger theoretisch - via het onderzoek naar de fenomenologie van de lichamelijkheid, met name bij Maurice Merleau-Ponty [6] - en later ook empirisch, via kwalitatieve veldstudies, had uitgespeld, [7] zou ik in dit proces pas werkelijk

gaan aanvoelen. En vooral zou ik gaan ontdekken hoe weinig ik er eigenlijk nog van wist, in de zin van een weten-aan-den-lijve en van een kennis die op geleefde ervaring steunt.

Het duurde nog een poos voor ik rechtstreeks met mijn stem aan de slag ging. Gezien de ervaringen die ik erbij heb opgedaan, vraag ik me nu af waarom het zo lang geduurd heeft voor het er van kwam. Maar hoe dan ook, ik vond een jonge zangeres die bereid was les te geven: Esthelle Linssen, toen officieel nog studente zang aan het conservatorium, die echter met haar prachtige indringende stem al op diverse plaatsen optrad, en die inmiddels met recht als volwaardig zangeres en zangpedagoge mag worden betiteld.

We begonnen. Op de grillige, intuïtieve manier die in de loop van de tijd haar grote kracht zou blijken te zijn, liet Esthelle me van alles doen: lopen met gewichten aan de enkels, liggend op de grond ademhalen, zittend een gedicht voorlezen, de gevoelsbetekenis onderzoeken van wat ik las; het gedicht tot een mimisch verhaal maken, waarin het hele lijf én de stem samenspeelden.
We probeerden uit hoe het was de tekst als een Gregoriaanse zang te reciteren. Meer en meer ging ik ervaren hoe stem, emotie en beweging één geheel vormden. En als vanzelf naderde ik de drempel van het zingen. Met een zachte onopvallende hand hielp Esthelle me er over heen te stappen. En na twee maanden voelde het niet meer als een ongelooflijke daad, te zeggen dat ik eigenlijk wel eens zou willen proberen te zingen. Ja hoor, zij vond het niet raar. 'Wat vind je mooi? Schubert. Goed, doen we Schubert.' En we begonnen met het lied dat me in mijn studententijd, na een zomercursus in Wenen, zo was gaan ontroeren. *Frühlingsglaube*, met die passage waar het altijd weer gebeurde: *Nun armes Herze, sei nicht bang; nun musz sich alles, alles wenden...*

Het leerproces als interactie

Esthelle was precies de lerares die ik nodig had: Onvoorspelbaar, werkend op haar gevoel en op invallen van het moment, zich zeer bewust van het lijfelijke en het emotionele, zowel bij haarzelf als bij haar leerling. Ze nam me bij de hand en zorgde ervoor dat ik me liet leiden, zonder vooraf te weten waarheen. Vooral in de beginperiode, die wel een jaar of twee heeft geduurd, was dit van belang. Om te kunnen leren moest er een wending in mij plaatsvinden in de richting van overgeven, overlaten, vertrouwen. Uit een brief die ik na een jaar zangles schreef:

> '...Enerzijds voel je dat ze weet - met haar hoofd én haar hele lijf - waar ze het over heeft, anderzijds kan ze zodanig inspelen op het moment, dat je nooit de kans krijgt te denken dat er een schema is waarvan je je ook zelf meester zou kunnen maken. Ze geeft me het vertrouwen dat nodig is om mijn censuur en mijn controles los te laten en me over te geven aan de tempo's, ritmes en klanken van mijn zingende lichaam. Als ik weer eens de neiging krijg te denken dat ik het allemaal weet, weet zij me volkomen pardoes op het verkeerde been te zetten. Juist dan kom ik in de goede stand. Heb ik flink op een lied gestudeerd - laat zij me ademen. Heb ik de hele week geademd - zegt zij: Kom, lekker even zingen.' (april-mei 1994)

Zo trad Esthelle aanvankelijk voor mij op als een soort Don Juan in de verhalen van Carlos Castaneda: een gids, ondoorgrondelijk en verrassend, die mij binnenleidde in een onbekende wereld en mij aan de eigenzinnige controle van mijn denken wist te ontfutselen. [8]
In zekere zin is deze verhouding er altijd gebleven. Maar naarmate haar gidswerk slaagde, werd het duister waarin ik me voelde binnengeleid, minder absoluut: het was immers de wereld van mijn eigen lijf. Niet dat het ooit klaarheldere, volkomen doorzichtige dag zou worden - dat

verwacht ik ook nu nog steeds niet: het lijfelijke blijft iets onbeheersbaars en ontsnappends houden - maar het gebied waar ik binnenkwam, werd me vertrouwder. Ik werd meer ziende, meer wakker voor de ruimte waarin ik terecht kwam. Ik kon meer en meer eigen waarnemingen doen, vanuit mijn gevoel mee-maken wat er met me gebeurde. Langzamerhand ging ik de weg herkennen waarop zij me bracht. En daarmee werd het geleid-worden geleidelijk aan samen-zoeken, samen-werken.

Een oefening die het leerproces een flinke impuls heeft gegeven was 'de oefening van Jim'. Jim was een oudere Amerikaanse tenor die zich de fundamenten van de Italiaanse zangtraditie had eigen gemaakt en deze nu aan jongere zangers en zangeressen doorgaf. Esthelle kwam in contact met hem en kreeg een poos les. Ze was enthousiast over de bijzondere uitwerking op haar stem en begon Jim's oefening al spoedig ook in haar lessen aan mij en anderen toe te passen.
Kort gezegd bestond ze uit het zingen van korte toonladders (drie halve noten omhoog en omlaag) op enkele basisklanken ('loe' en 'lie'), over het hele stemregister omhoog klimmend en hetzelfde vervolgens in falset.
Vanaf het moment waarop de oefening van Jim zijn intrede deed, kregen de lessen een duidelijker focus. Eenzelfde opdracht, in enkele varianten, kwam steeds weer terug. De lijfelijke aandacht raakte meer geconcentreerd op het gebied van keel en mond, met van daaruit verbindingen naar boven en beneden. Alles wat van belang is kwam nu in organische samenhang aan de orde: het ademen, de manier van staan - vanaf de voeten tot de kruin, het resoneren van diep in de onderbuik tot boven in het hoofd, het openen van de keel, de stand van de tong, de onderkaak, de lippen, het gevoel in schouders, armen, handen, vingers.
Hierdoor kreeg ik een duidelijker gevoel van continuïteit en groei in het leren: voor het zingen belangrijke plekken en bewegingen werden herkenbaar, herkenbaar werd ook waar het haperde of blokkeerde, en duidelijk voelbaar werden daarnaast de momenten van doorbraak. Ik kreeg nu ook zelf een beeld van mijn ontwikkeling, mijn tekorten en mijn vooruitgang.

Door de toegespitste activiteit rond deze oefening is de samenwerking in de lessen concreter geworden. Het is nu een voortdurende uitwisseling: zij achter de piano en ik ervóór vormen als het ware één lijfelijk circuit. Zij geeft een instructie, slaat een noot aan op de piano, ik zing het laddertje, zij slaat een volgende noot aan, ik zing weer, enzovoort. Intussen luistert zij intens; ik zie haar luisteren, het hoofd scheef, licht voorovergebogen. Af en toe veert ze op, een stralende blik, hand en duim omhoog, en ik weet: hier gebeurt iets goeds! Ze hoort dan hoe mijn stem een gradatie verder opengaat, hoe ik dichter bij de kern ervan kom. De visuele (soms luid geroepen) bevestiging die zij geeft, onderstreept het gevoel dat ik op het juiste spoor zit en moedigt me aan zo verder te gaan, zodat wat ik leer, stevig verankerd raakt in de vanzelfsprekendheid van mijn lijf.
Het omgekeerde komt natuurlijk ook voor: ik zie aan haar hele expressie waar het mis gaat, mijn stem dichtslaat of vlak wordt. Op dergelijke momenten stoppen we om, al pratend, uit te zoeken waar het aan ligt. Vaak ook doet zijzelf al zingend voor wat ze bedoelt, waardoor ik het zintuiglijk ('hier voel mijn keel, voel mijn buik, hoor hoe de klank tolt, zie hoe ik sta') kan waarnemen. En wat soms nóg beter werkt: we zingen samen. Ik kom dan op heel natuurlijke wijze in hetzelfde gevoel als zij: mijn stem voegt zich naar de hare.

De woorden vormen een belangrijk intermediair bij dit werken aan afstemming. We praten veel, maar tegelijk wel gedoseerd. Steeds is het een uitdiepen en benaderen van datgene wat je tijdens het zingen voelt.
Door de intense afwisseling van praten en doen en door haar onmiddellijke uitingen van her-

kenning, bevestiging of teleurstelling tijdens mijn zingen ben ik de termen die zij bij haar instructies en uitleg gebruikt, lijfelijk gaan begrijpen; ik ben haar taal - een vaktaal vol metaforen: 'als een geeuwende ruiter te paard', 'achter langs zingen', 'om je stem heen zingen' - in mijn eigen lijf gaan herkennen. Daardoor kan zij in de loop van de tijd steeds directer overbrengen wat ze bedoelt en mij sneller bijsturen. Omgekeerd ben ik steeds beter in staat zelf aan te voelen wat ik moet doen en wanneer de inzet lukt. Daardoor worden de woorden ook weer minder belangrijk. Ik krijg mijn eigen, interne kompas, een onmiddellijk weten: nú ben ik in het goede gevoel, hierbij nu blijven, het niet verstoren!

Zo groeit mijn eigen lijfelijke weten en wordt deel - een soort interne 'radar' met onmiddellijke 'bijsturing'- van mijn zingen. Tegelijk kan ik dankzij dit weten beter rapporteren vanuit mijn gevoel van wat er in mijn lijf gebeurt. Dat geeft Esthelle duidelijker aanwijzing over mijn leerproces en maakt haar zelfs ook attent op haar eigen ontwikkeling. Onze samenwerking wordt daarmee volledíger en gelijkwaardiger. Het wordt samen zoeken, een gemeenschappelijk onderzoek, waarin docente en leerling beide leren en zich ontwikkelen in de materie waarom het gaat: de stem die zingt, of beter: wij, die zingen.

Hoe meer mijn lijfelijk weten rond het zingen zich vormt, hoe meer ik ook ga leren van anderen die ik hoor en zie zingen. Het bijwonen van concerten wordt nu onderdeel van mijn proces. Zo was het concert van Thomas Quasthoff die met Maria Joan Pires aan de piano *Die Winterreise* van Schubert zong (Concertgebouw, Amsterdam, zaterdag 15 februari 1997), een intense ervaring. Ik hoorde, zag, voelde wat hij deed, en deed daarbij weer enkele ontdekkingen, begreep opeens ten volle hoezeer liederen zingen is: zich inleven, het drama van de tekst zijn, liefdevol de woorden en klanken proeven, strelen en tegelijk ook in de diepte kracht voelen. Veel van wat Esthelle me al vaker had uitgelegd drong nu opeens in mij door. Zo vormen niet alleen docent en leerling maar ook zanger(es) en publiek één lijfelijk circuit: we voltrekken de zang mét elkaar, wederzijds.

Zingen, techniek en meer

Zoals mime-spelen, poëzie schrijven, voordragen en andere artistieke vormen van expressie is ook zingen een techniek. Hoe moeilijk ook exact te definiëren, het is een bepaalde - bewust gerichte - wijze van hanteren, dragen, spannen en bewegen van mijn lijf. Daarbij vraagt elk gebied (de voeten, het bekken, de rug, de flanken, buik, borst, keel, mond, hoofd, schouders, armen, handen) een eigen specifieke aandacht, een eigen wijze van bespelen. Het centrum van dat alles is echter de stem. Door de oefeningen leer ik me te concentreren op de kern van mijn stem, en alle andere inspanningen van mijn lijf daar omheen te organiseren zo dat ze één samenhangende activiteit vormen. Elke beweging in mijn lijf wordt afgestemd op dat centrale gebeuren: ik zing.
Aanvankelijk - een periode die wel twee jaar in beslag heeft genomen - was de aandacht vooral gericht op het openen van de keel en van de stembanden. Het ging erom, bij een bepaalde stand van de mond (onderkaak omlaag, lippen in een nauwe ronding), en bewust steunend op de adem (kracht geven vanuit onderbuik en middenrif), de holte achter de tong bewust te vergroten en daarin te zingen, langs steeds stijgende toonladders.
Het was een intensief, inspannend en soms eindeloos lijkend werk, door de steeds herhaalde oefeningen - wekelijks drie kwartier tot een uur - deze techniek te leren aanvoelen, de stembanden en alle weefsels daaromheen te versterken, daarbij de noodzakelijke ontspannenheid aan te leren, de subtiele bewegingen van het strottehoofd te gaan herkennen en bewust in te zetten,

en dit alles (en al het andere dat meespeelt, zoals de stand van het hele lijf) tot gewoonte te laten worden.
Oefenen, oefenen en nog eens oefenen. Het was en is een proces waarin je nooit klaar bent, nooit uitgeleerd. Het kunnen is hier nooit definitief. Je maakt de meest overrompelende en verblijdende doorbraken en stroomversnellingen door, en toch blijken ze steeds weer slechts een moment te zijn op een lange weg die geen eindpunt heeft.
Anderzijds kan ik echter ook zeggen, dat de hardnekkig volgehouden 'training' zijn vruchten afwerpt. Er is in de loop van deze jaren een zekere vertrouwdheid met de techniek gegroeid, waardoor ik als vanzelf de goede stand, de vereiste ontspanning, de diepe ademhaling en alle bewegingen in mond en keel vind, zodra ik begin te zingen. En na een paar laddertjes is mijn stem al open. Ik steun dus onderhand op een lijfelijk, onmiddellijk weten dat in mijn weefsels klaarstaat zodra de situatie 'zingen' er is.

Het typische van de techniek van het zingen is, dat het een bewust kennen en inzetten van alle betrokken lijfelijke gebieden veronderstelt, zonder dat het daarmee tot een bedacht, overlegd en afstandelijk handelen wordt. Het bewustzijn waarom het hier gaat is een gevoelsweten. Door het voortdurend oefenen leer ik de belangrijke streken van mijn lijf van binnen uit aanvoelen en op het gevoel hanteren. Terwijl ik zing ben ik op intieme wijze verbonden met mijn lijf en alle delen van mijn lijf. Deze verhouding is er dus niet een van bestuurder en voertuig of speler en instrument (een associatie die door het woord 'techniek' gemakkelijk wordt opgeroepen), maar veeleer gaat het om een soort kameraadschap. En daarin blijkt mijn lijf wel een heel eigenzinnige kameraad, op wie ik zo goed mogelijk moet zijn afgestemd.

In de loop van mijn leerproces ben ik gaan ervaren hoezeer de eigenzinnigheid van mijn lijf een persoonlijke betekenis heeft. Of ze zich nu laat merken in de gedaante van obstakels in het zingen (een vlakke toon, tekort aan adem, het ontbreken of plotseling wegvallen van intensiteit), dan wel in de typische rijkdom (kleur, warmte en andere 'sprekende' karaktertrekken) van mijn stem, steeds kom ik daarin mijzelf, mijn levensgeschiedenis en mijn daarin gegroeide en verworven gewoontes, houdingen en hoedanigheden tegen. Het slechten van een barrière op weg naar een voluit ontplooide, resonerende, geconcentreerde en geaarde stem, dan wel het accepteren van haar typische eigenheid, is daarom ook steeds een moment van persoonlijke groei. Ik word vrijer, krachtiger en zelfbewuster, gevoeliger naar mijzelf en daardoor naar anderen.
Mijn stem blijkt dus een kruispunt te zijn van het fysieke, organische en het persoonlijke, psychisch-emotionele leven dat zich in mijn lijf verenigt. En zingen is meer, veel meer dan alleen techniek. Het is een uiterst verfijnde manier, het lijf zelf te laten klinken, en daarmee de emotionaliteit, het levensgevoel tot uiting te brengen dat mij als persoon eigen is. De mogelijkheden van mijn stem, evenals haar (tijdelijke of blijvende) tekorten, kortom al haar hoedanigheden, zijn een uitdrukking van de wijze waarop ik besta en aan het leven deelheb.

Ook in een ander opzicht ontmoet ik in het zingen mijn lijf als een kameraad. Hij is een medespeler, een betrouwbare compagnon. Weliswaar moet ik via een actieve intentie het zingen 'doen', op gang brengen en aan de gang houden, maar tegelijk merk ik dat 'hij' vervolgens in beweging komt en mij laat voelen: 'laat het maar aan mij over, je kunt me vertrouwen, ik doe het voor je'. In het zingen leer ik loslaten, overlaten, vertrouwen op het lijfelijke proces. Ik maak een sprong, vanuit het bewust denkende en willende 'gewone praktische leven' van alle dag, in een ruimte waar een andere sfeer heerst, essentiëler, dichter bij het hart van het leven. Het is de sfeer van het gevoel, van onmiddellijke, onuitspreekbare waarheden, van pure

energie en van een werkelijkheid waarin ik me opgenomen weet.
Door de groeiende vertrouwdheid met mijn lijf en het vermogen me eraan over te geven, word ik in een ander bewustzijn binnengeleid. Ik ga meer en meer beseffen dat er een diepere intentie of gerichtheid is van waaruit mijn zingen zich voltrekt. Door mijn lijf kom ik er mee in contact en kan ik er een beroep op doen. Dit ander bewustzijn ligt voorbij, is groter, wijder dan het psychologische 'gewone' ik-bewustzijn. Het is niet vastgelegd en laat zich niet vastleggen. Maar als ik me ervoor openstel voel ik hoe het me zuivert, kracht geeft en richt.

Mijn leerproces is nu in een nieuwe fase gekomen. Er is een lijfelijk verankerde vloer van kunnen en van gevoelsweten gegroeid waarop ik me beweeg als ik zing. Dat en het besef van het contact met de bewustzijnsdiepte in mijn lijf, maken het nu mogelijk aan grotere verfijning te werken: een nog nauwgezetter 'beheersing' van mijn zingende lijf, een nog verdere zuiverheid van mijn stem. Wat gebeurt er, als je vanuit een diep gevoelde energie en een ingetogen besef van je waarde, rustig en ontspannen de klank laat vloeien, laat stromen? Het is niet meer 'trainen', maar experimenteren, aandachtig en met liefde. Het is subtiel leren spelen met de verworven mogelijkheden, de techniek leren inzetten in het 'verhaal' dat ik heb te vertellen en ten dienste te stellen van al datgene dat in mij stem wil krijgen.

Hoe alles verandert

Zingen is ademen. Zingen is resoneren. Zingen is geloven. Zingen is het vitale plezier van je bestaan in volle intensiteit beleven en doorgeven. Zingen is er volledig en in overgave zijn, levend, bezield. Het is je in dienst stellen van het gevoel dat via de muziek de wereld doortrekt.
Dit mag lyrisch klinken, als een hooggestemde litanie. Maar het is de ervaring die ik in de loop van vele lessen en thuisrepetities heb vergaard en die zich in mijn lijf heeft gevestigd. Ze heeft mijn leven, ook in het gewone dagelijkse doen en laten, veranderd. Transformatie is het woord dat er het best bij past. Met de ontplooiing van mijn stem, het aangaan van de moeite en het diepingrijpende persoonlijke proces van het leren zingen, word ik een ander mens: blijer, meer geaard, in contact met mijn lijf en mijn diepte, zekerder van wat ik vanuit deze diepte heb door te geven, en meer bewust van de valstrikken die mijn gegroeide persoon me zet en hoe ik me er toch steeds meer vrij van kan houden.

Zoals ook al duidelijk werd toen ik hiervóór sprak over zingen als meer-dan-techniek, geldt dus hier evenzeer dat de veranderingen die ik ervaar, zowel te maken hebben met de onmiddellijke, letterlijke activiteit van het zingen als met mijn persoonlijke bestaan als geheel.
Leren zingen is voor mij daarmee, ook als persoon, 'stem krijgen'. Ik win aan vermogen, mijzelf en wat in me is uit te drukken. De bereidheid, het vertrouwen, de durf, maar ook de kracht en de kunstige beheersing, om aan mijn persoonlijke levensgevoel en mijn gevoelsmatige interpretatie van melodieën en teksten - en daarin gekristaliseerde leefsituaties - hoorbare, waarneembare vorm te geven, nemen toe. Te kunnen doorklinken: het is deze 'zachte macht' die gelukkig maakt, mijn leven mede betekenis geeft, mij het gevoel geeft in effectieve verbinding te staan met de anderen om mij heen.
Medium zijn, doorgeefplaats: in staat zijn iets van waarde te bemiddelen, te vertolken. Anderen te kunnen ontroeren, troosten, aanmoedigen. Het gevoelscircuit dat ik, jaren geleden bij het eerste voorlezen van mijn gedichten, tussen mij en de toehoorders voelde ontstaan, wordt door het leren zingen verdiept en versterkt. Ik kan mij daarin nu beter bewegen, ik kan het beter hanteren en richten op wat er over te dragen is, op het gevoel, het bewustzijn waar het om gaat.

Tegelijk hiermee merk ik dat mijn afstemming, mijn gehoor, naar binnen én naar buiten toe zuiverder wordt. En dat natuurlijk vooral in gevoelsmatige zin. Ik word me op verfijndere manier bewust van de ondertonen in velerlei situaties, bij anderen met wie ik te maken heb, evenzeer als bij mezelf. En ik leer de impulsen die ik geef, te doseren, soms geduld te hebben, af te wachten, soms op het juiste moment in te zetten.

Bij dit alles merk ik, hoe beslissend mijn *presentie* is. Er zijn, wakker, geaard, vol aandacht, alert, bereid tot doen wat nodig is. Ik ervaar het meer en meer als de grondkwaliteit, vereist voor al mijn handelen. Bij het theaterwerk vanuit de mime, in het poëzie-voordragen en in het improviseren met poëzie en muziek werd het me al duidelijk, maar door de zangoefeningen is het me ten volle bewust geworden. Alles, zowel het putten uit je diepte als het 'binnenkomen' bij anderen, valt of staat met dat ene: presentie, volledige aanwezigheid. Het bepaalt de energie die je kunt mobiliseren, de gevoelsintensiteit en inspiratie die zich in je bewegingen belichamen, de aandacht waartoe je je omgeving weet uit te nodigen.

Presentie is niet iets dat zich louter in mijn denken afspeelt: het is door en door lijfelijk. Aanwezigheid in de zin die ik hier bedoel, is volledig en voorbehoudsloos *in* mijn lijf zijn. Het vereist een contact met, een kunnen hanteren en een weten van mijn lijf, die ik alleen door onophoudelijk oefenen en uitproberen kan verwerven. En die ik ook voortdurend moet blijven onderhouden, aanscherpen en verfijnen.
Voor mij persoonlijk betekent dit dan ook een eind aan een vorm van theoretisch bestaan, waartoe ik wel was aangelegd. De neiging, me te verschuilen in mijn denken. Het zingen heeft me geleerd dat er niets tot stand komt als het niet *gedaan* wordt, geoefend, met het eigen lijf beproefd, aangeleerd en verwerkelijkt. Ik kan nog zoveel groots willen verrichten, als het niet in simpele handelingen, concrete lijfelijke daden wordt omgezet, op zijn waarde en kracht wordt getest, in de verhoudingen van de reële menselijke werkelijkheid wordt geplaatst, dan wordt het niets. Mijn lijf is de plaats waar ik mij moet verwerkelijken. Daar is de plek waar mijn inhouden open komen te liggen en beschikbaar worden.
Nu had ik, vooral in beginperiode van de 'oefeningen van Jim', het gevoel mijn lijf in te moeten zetten met het soort spierkracht dat nodig is als je kasten versjouwt. Langzamerhand, gesteund door de training van al mijn weefsels en door de aanwijzingen van mijn lerares, ben ik gaan ervaren dat het om een ander soort kracht gaat: de kracht namelijk, die vrijkomt met het ademen en met de ontspannen zachtheid die tot resonantie leidt. In het zingen laat het lijf vooral haar zachte vermogens, haar subtiele macht kennen. Deze macht laat zich vooral met liefdevolle aandacht kweken. En dat heeft me over de hele linie van mijn activiteiten tot een ander bewustzijn van mijn lijf gebracht, en daarmee een andere lijfelijke omgang met de werkelijkheid. Juist door af te zien van druk en van grote energievolumes merk ik dat de effectiviteit van wat ik doe, toeneemt.
Door zingend vooral de zachtheid in mijn lijfelijke inspanningen te cultiveren en te ervaren hoe sterk de uitwerking daarvan is, heb ik een groter vertrouwen in mijn lijf gekregen. Ik hoef niet alles zelf wilsmatig en bedacht te produceren en te controleren. Ik voel me meer gedragen en kan dingen doen door ze over te laten: mijn lijf heeft haar eigen wijsheid en haar eigen subtiele werking. Souplesse, vloeiendheid, rust en concentratie in de bewegingen vermogen uiteindelijk meer te bewerkstelligen dan harde kracht.

Dit te ervaren heeft me ook een besef gegeven van wat bezieling is. Onder in de bodem van het lijfelijke begin ik langzamerhand een energie te herkennen die niet tastbaar is, een aanwezigheid die zich aan al het zintuiglijk waarneembare lijkt

te onttrekken. Ze onttrekt zich ook aan het directe uitspreken, laat zich niet vangen in begrip of in uitbeelding. En toch is ze herkenbaar, herkenbaar uit vroegere ervaringen en herkenbaar in de uitingen en woorden van anderen, of vooral door het gevoel dat daarin wordt bemiddeld. Ik word me meer bewust van een grotere, wijdere ruimte die zich 'in' en 'om mij heen' opent. Een gevoel van verbinding - van iets ondefinieerbaar goeds en liefdevols dat vertrouwen geeft en richting, al is die niet concreet benoembaar - breekt af en toe door, als zonlicht vanachter een dichte wolkenhemel.
Hier te veel en in te 'massieve' termen over spreken is niet goed, het overstemt en verbreekt deze ervaring. Maar erover zwijgen doet er ook aan af. Misschien is juist het zingen, samen met de andere lijfelijke expressies, zoals poëzie, bewegingstheater, dans, een eerbetoon aan dit onzichtbare licht, deze onhoorbare klank. Misschien is de schijnbare indirectheid van ons lijf de meest directe toegang die wij hiertoe hebben.

Het zingen, met de ontroeringen die het brengt, versterkt een geestelijke dorst die er altijd was, maar jarenlang bedekt bleef onder intellectuele twijfels en onder een argwaan, gewekt door negatieve ervaringen met de uitingen van een sektarisme dat zich in onze tijd nogal heeft verspreid.
Ik luister naar wat anderen om mij heen te zeggen hebben over de wereld van het spirituele en word attent, vooral daar waar ik zuivere klanken meen te horen. Ik lees, oudere en nieuwere literatuur, uit vele geestelijke tradities. Vroeger las ik al, maar ik proef nu opnieuw. En ik proef allerlei gewone en buitengewone ervaringen: ontmoetingen, voorstellingen, gebeurtenissen. Mediteren is een dagelijks moment van trouw geworden. Het is alsof de wereld een nieuw soort doorschijnendheid krijgt, een nieuwe doorlaatbaarheid. Nieuw, en toch ook oud. Vertrouwd uit mijn kindertijd, toen alles nog van mysterie ademende en resoneerde.

Dat ik juist via de intensieve lijfelijke ervaringen tijdens het zingen toegang krijg tot iets zo immaterieels, lijkt in tegenspraak met de wijze waarop vaak over spiritualiteit wordt gesproken. Maar in deze toegang toont zich het eigene van onze lijfelijkheid: levend, tot in het diepst van onze weefsels doortrokken van zin, van bewustzijn. Veel van wat onontkoombaar tot de *condition humaine* behoort, lijkt dit te ontkennen. Ons organisme is gebonden aan alles wat in het biologische proces geldt, het leven is in ieder van ons verdicht tot deze beperkte, gebrekkige, sterfelijke individuele massa die ik in mijn alledaagsheid ben. En toch, hoe wonderlijk zijn de uitwendige en innerlijke bewegingen die zich in en aan deze 'individuele massa' voltrekken. En hoe sterk is de uitstraling die wij in volle lijfelijke activiteit kunnen hebben. Het grootste mysterie is juist dat het lichte van de geest in de zwaarte van het lichamelijk bestaan wordt gevonden, dat spiritualiteit hier en nu begint.

Leren zingen als lijfelijk onderzoek

Leren zingen is op de eerste plaats: leren zingen. Of liever nog, het is *zingen*, van meet af aan. Iedereen zingt, ik zing, altijd al. In elke stembeweging - brommen, zoemen, spreken, schreeuwen, fluisteren - ligt iets melodisch en ritmisch. Zingen is een versterking van dit laatste - maar houdt op haar beurt ook altijd iets van het spreken, zoemen, enzovoort. Er is geen radicaal onderscheid. Wat je bij zingen in specifieke zin vooral leert is het bewust gebruiken van de mogelijkheden van je stem als persoonlijk en muzikaal medium. In het leerproces haal je het abstracte 'zingen' naar je toe, lijft het in en maakt het tot je persoonlijke expressie, waarin je op muzikale wijze gevoelens hoorbaar gestalte geeft, 'vertoont', uitbeeldt. Daarmee wordt het zingen vooral een exploratie van je eigen stem, en wel als deel van je lijf in haar geheel, als persoonlijk veld van zijn, van gevoel, en van expressie.

En daarmee is leren zingen ook in sterke mate persoonlijke ontwikkeling. Het is in de meest praktische, lijfelijke zin, uitproberen, onderzoeken, van je mogelijkheden. En daarmee is onmiddellijk een onderzoek van jezelf verbonden: namelijk van hoe, wat en wie je bent, als gegroeid, zó-geworden geheel.

Als *leer*proces is het dus ook een *onderzoeks*proces, van het eigen lijf als persoonlijke wereld, en tegelijk van het lijfelijke als gemeenschappelijke menselijke wereld: al zingend ontmoet ik in mijn lijf ook dat van anderen en al wat wij door ons lijf en onze lijfelijkheid met elkaar delen.
Leren zingen is lijfelijk onderzoek: via mijn eigen lijf onderzoek ik wie ik als lijfelijk (en dus ook geestelijk) wezen ben en wat ik kan - en daar doorheen wie *wij* als lijfelijke wezens zijn en wat *wij* als zodanig kunnen.
Op een bepaald moment in deze ontwikkeling besefte ik de uitzichten die dit ook theoretisch zou kunnen opleveren. Mijn al oudere onderzoekslijn naar de menselijke lichamelijkheid - puur theoretisch begonnen, later via kwalitatief onderzoek met behulp van participerende observatie meer in de zintuiglijke werkelijkheid geplaatst - zou een heel eind versterkt, verdiept kunnen worden door mijn aandacht op dit zelf ervaren lijfelijk proces te richten. Door op deze wijze de 'buiten-oriëntatie' die het onderzoek tot nog toe had, nu tot een 'binnen-oriëntatie' te laten worden, zou een andere vorm van kwalitatief onderzoek ontstaan, gebaseerd op gevoelsmatig lijfelijk (zelf)onderzoek. [9]
Het beschrijven en doorgronden van mijn eigen leerproces zou een loopplank kunnen leggen tussen de wetenschappelijke wereld en die van de artistieke en, naar ik nu meer en meer besef, spirituele ervaring. [10] Een loopplank, geen wijdse brugconstructie: want persoonlijk, individueel - zoals dit soort zoektochten altijd onontkoombaar persoonlijk, individueel zijn.

Natuurlijk ontstaat daarmee iets dat aan de wetenschappelijk gevormde blik als vreemd, ongewoon of zelfs onbetrouwbaar verschijnt. Eeuwenlange nadruk op objectiviteit, [11] algemeenheid, uitwendige controleerbaarheid hebben hun werk gedaan. Persoonlijke verslagen vanuit eigen ervaring, hoe nauwgezet en langdurig volgehouden ook, vallen nog steeds onder het negentiende-eeuwse introspectie-verbod. De wereld van het subjectieve, zeker wanneer ze van binnenuit en met alle daarbij horende gevoelsverbindingen wordt benaderd, wekt wantrouwen en huiver.
En toch, hoe weinig vertrouwen weet de wetenschappelijke blik zelf te wekken. Ze verdeelt en versplintert, zowel de dragers van deze blik onderling, als de wereld die ze wil begrijpen. En zoals Edmund Husserl al voor de tweede wereldoorlog opmerkte, en zoals Levinas sindsdien nog radicaler heeft herhaald, deze blik heeft in moreel-menselijk opzicht geleid tot uitzichtloosheid. [12]
Wantrouwen en huiver: misschien wijzen deze 'wetenschappelijke' gevoelens juist ook op de diep-ingrijpende betekenis van de werkelijkheid die we in het lijfelijk-artistieke en -spirituele zoeken kunnen ontmoeten. Reden temeer om deze gevoelens serieus te nemen, niet als bevestiging van de aloude wetenschapsdogma's, maar als signalen in de persoonlijke ervaring van de wetenschapsbeoefenaren, dat zich hier iets aankondigt waarvoor de wetenschap zich dient open te stellen.

Voor mijzelf betekent dit onderzoek een wending. Eerdere pogingen die ik in het voetspoor van de fenomenologie [13] en het sociologisch kwalitatief onderzoek, [14] meer en meer geholpen door poëtische aanzetten, [15] ondernam om de wereld van onze lijfelijke ervaring tegemoet te treden, worden hier geradicaliseerd. Beslissend daarvoor is de stap die gelegen is in het aanvaarden van het - mijn - eigen lijfelijke groeiproces als focus in het proces van onderzoek. Hierbij gaat het uiteindelijk niet om het ego van

mijzelf als onderzoeker. Zoals bij het leerproces beschreven, treedt dit ego, juist door de volle persoonlijke inzet die hier vereist is, terug, om ruimte te maken voor iets anders: het lijf als toegang tot een wijder verband dat ons aller leven betreft, zowel ons concrete dagelijkse leven als een andere, vreemd-vertrouwde dimensie van leven die in het alledaagse steeds weer haar schaduwen weet te werpen.
Lijfelijk onderzoek - onderzoek van de menselijke lijfelijkheid via processen in en aan het eigen lijf en dat van anderen - opent poorten, niet alleen voor de intellectuele blik, maar voor ons hele doen en laten: persoonlijk, met elkaar en in de wijdere samenleving. Het draagt bij tot antwoorden op de eeuwenlang steeds opnieuw gestelde vraag 'Hoe kan ik (kunnen wij) leven?' Het leidt tot wetenschap, maar in de verruimde zin van *levenswetenschap*, een wetenschap die er uiteindelijk niet om zichzelf is, maar ten dienste staat van onze weg als menselijke wezens.

Zingen, stem en de creatieve vermogens van ons lijf

Het proces van leren zingen als ontwikkeling en als onderzoek vindt, zoals ik al aangaf, plaats in een ruimer verband: mijn werken aan een grotere en meer totale lijfelijke expressiviteit en tegelijk daarmee de verdere ontplooiing van mijn oudere theoretische interesse in het lijf als 'geboorteplaats van zin en betekenis.' [16] Op verschillende manieren ben ik hiermee bezig: het schrijven van poëzie, het reciteren in samenspel met muziek, het spelen van bewegingstheater in de traditie van de *mime corporel*. In toenemende mate ben ik de verbanden tussen deze aspecten gaan ervaren: wat ik in de ene context leerde kon ik in de andere gebruiken en omgekeerd. En in al deze situaties onderging ik de eenheid van mijn lijf als veld van gevoel, fantasie en expressieve creatie. In de toekomst wil ik nader beschrijven wat ik op de verschillende fronten (poëzie-maken, reciteren, mime) heb geleerd en hoe ze als kunst- en expressievormen in elkaar grijpen.
Hoofdthema is daarbij is de andere verhouding tot mijn lijf en daarmee tot de hele werkelijkheid, die ze bij mij teweeg hebben gebracht. Een andere verhouding, dat wil zeggen in de fundamentele zin van: *geleefd*, *existentieel* - en daarbij organisch aansluitend, in de zin van: *opvatting*, *visie*, *levensbeschouwing* en *denken*. Ze hebben ervoor gezorgd - samen met andere ingrijpende gebeurtenissen op het 'relationele' vlak - dat ik anders in het leven sta dan voorheen.
Ik ben meer 'los' gekomen, heb geleerd meer te vertrouwen op wat mijn lijf me doet, zegt, geeft, en sta daardoor directer in verbinding met mijn gevoel en ga meer open naar 'binnen' èn naar 'buiten'. Ik durf me meer over te geven aan het hier en nu en aan de manier waarop ik lijfelijk in het bestaan ben verworteld. En tegelijk ervaar ik meer hoezeer alles openligt, juist door 'bij mezelf' te blijven. Vanuit het diepst van mijn lijf voel ik een beweeglijkheid, een scheppende kracht die het gegroeide, het vastgelegde, het verstarde steeds opnieuw kan doen verschrompelen en losweken: een vernieuwende hoopgevende kracht, niet fysiek, niet grijpbaar en toch in mijn levende lijf gevestigd; in mij gegrond en toch heenreikend naar de omgevende wereld.

De stemontwikkeling, vooral in het zingen, heeft deze groei geconcentreerd en versterkt. Het werken in dit gebied heeft het persoonlijke proces bewuster gemaakt en gevoelsmatig verdiept. Het heeft mij een groter besef gegeven van mijn lijf als een mysterieus medium, waarin meerdere dimensies met elkaar verkeren: het organisme als fysiek weefsel dat naar zin luistert maar dat tegelijk als een eigenzinnig wezen zijn ondoorgrondelijke gang gaat; mijn ik als degene die ik in betrekkelijke vertrouwdheid ken en richt; het vreemde, andere, - ik en niet-ik - dat zich door alle bewegingen en roeringen heen steeds weer laat voelen of vermoeden.

In de intensieve, alles vergende activiteit van het zingen ontmoet ik mijn lijf verhevigd in al zijn hoedanigheden, als mijn eigenlijke zelf en mijn meest onbekende ander. Het is mijn persoonlijke wereld op zijn intiemst: hoe meer mijn stem 'opengaat', hoe meer dit voelbaar en hoorbaar wordt. In die zin staat de zingende stem op één hoogte met de erotiek op haar meest liefdevolle momenten. En zoals op die momenten, ben ik in het zingen tegelijk het meest bij mezelf én het meest bij de ander, en ontspint zich tussen ons iets dat boven het persoonlijke uitgaat: een onderdompeling in de geheimen van het leven en het levend-zijn. [17] Samen bewegen en samen bewogen zijn: uiteindelijk komen we hier aan de buiten- of binnengrenzen van het lijfelijke, waar klanken doortrillen die ons gehoor te boven gaan. [18]

Herman Coenen is hoogleraar Cultuur, zingeving en dagelijks leven aan de Universiteit voor Humanistiek. Hij treedt op als dichter en acteur, en geeft praktische workshops rond lijfelijk bewustzijn, en expressie.

Noten

1. Voor een uitwerking hiervan op basis van de fenomenologie van Merleau-Ponty, zie Coenen (1985).
2. Zie Coenen (1985), waar hiervoor de term *Zwischenleiblichkeit* wordt gebruikt, ontleend aan Merleau-Ponty's *intercorporéité* (1945) en mede geïnspireerd door Bubers *Zwischenmenschliche* (1962).
3. Over de verwevenheden van vraag en antwoord, en de rol van de lijfelijkheid hierin, zie Waldenfels (1994), p.463 e.v.
4. Via Steve kreeg ik het boek van Steven Nachmanovitch (1990) in handen, een goede gids in de kunst van het improviseren, zoals in de jazz-traditie is ontwikkeld. Een kunst met haar eigen voorwaarden, grenzen en regels, die ertoe leiden dat een bijzondere ruimte wordt geopend waarin unieke prestaties mogelijk zijn.
5. Belangrijke impulsen tot de *mime corporel* zijn sinds het midden van de jaren twintig gegeven door de Franse acteur en docent Étienne Decroux. Zijn vernieuwend werk liet internationaal sporen na. Zie Decroux (1985) en De Haas en Vogels (1994).
6. Zie Coenen (1985).
7. Zie Coenen (1986), (1991b), (1992).
8. Zie o.m. Castaneda (1981).
9. Hoewel ook in het kwalitatief onderzoek de 'buitenoriëntatie' overheerst, zijn er wel enkele voorbeelden bekend waar de onderzoeker zijn eigen leerproces als onderwerp neemt. Het dichtst in de buurt bij wat ik hier doe komt David Sudnow (1978) met zijn studie van de manier waarop hij leerde piano spelen. Het blijft in mijn ogen echter nogal technisch. Aandacht geven aan wat er in je eigen lijfelijke gevoel gebeurt, heb ik juist buiten de wetenschap geleerd (door praktisch te *doen*), en niet zozeer door literatuur te lezen. In artistieke, therapeutische en meditatieve tradities zijn, ook op schrift, veel handreikingen en ervaringen te vinden. Maar pas door zelf aan den lijve te ervaren waarom het gaat, kan men deze leren lezen en begrijpen. Overigens springt de vreugde van herkenning ook telkens weer op als ik Montaigne lees, van wie Merleau-Ponty met instemming schreef: 'Montaigne bestudeert zichzelf; dat is zijn 'metafysica' en zijn 'fysica.' (1960)
10. Zie ook Coenen (1991a), (1997)
11. Men kan het begrip 'objectiviteit', anders dan gebruikelijk, opvatten als een metafoor voor de geheimzinnigheid van de werkelijkheid waarin wij leven. Een absolute, subjectloze afbeelding van die werkelijkheid als doel van de wetenschap wordt dan tot een onzinnig streven. Zie Coenen (1990), p. 137 e.v.
12. Zie hierover Coenen (1996).
13. Coenen (1985).
14. Coenen (1986), (1991b).
15. Coenen (1991a), (1992), (1996), (1997).
16. Deze term stamt van Merleau-Ponty. Zie Coenen (1985).
17. Zie in dit verband wat Octavio Paz (1994), pp. 10-13, 215-216, en Emmanuel Levinas (1987), pp.305-334 e.v., schreven over erotiek en liefde.
18. Over de meta-fysische betekenis van klank zie Joska Soos (1985).

Literatuur

Martin Buber (1962), *Das Dialogische Prinzip*, Heidelberg, Lambert Schneider.

Carlos Castaneda (1981), *Reis naar Ixtlan*, Amsterdam, De Bezige Bij.

Herman Coenen (1985), *Diesseits von subjektivem Sinn und kollektivem Zwang*, München, Fink Verlag.

Herman Coenen (1986), 'A silent world of movements; interactional processes among deaf children', in: J. Cook-Gumperz, W. Corsaro, J. Streeck, eds. (1986), *Children's Worlds and Children's Language*, Berlin, New York/ Amsterdam, Mouton De Gruyter.

Herman Coenen (1990), 'Metaforiek in kwalitatief onderzoek', in: Ilja Maso en Adri Smaling, red. (1990), *Objectiviteit in Kwalitatief Onderzoek*, Amsterdam, Boom, pp. 127-142.

Herman Coenen (1991a), *Lof der Lichtzinnigheid* (oratie), Utrecht, Universiteit voor Humanistiek.

Herman Coenen (1991b), 'Wandering through the caves: phenomenological field research in a social world of dementia', in: D. Maines, ed. (1990), *Social Organization and Social Process; Essays in Honor of Anselm Strauss*, New York, Aldine De Gruyter.

Herman Coenen (1992), 'Architectuur aan het werk; een poëtisch-cultuursociologisch perspectief', *Rekenschap*, jrg. 39/nr.4, pp. 197-206.

Herman Coenen (1996), 'Phenomenology and the qualitative interview; some memos', in: Ilja Maso and Fred Wester eds. (1996), *The Deliberate Dialogue; Qualitative Perspectives on the Interview*, Brussels, VUB University Press), pp. 115-128.

Herman Coenen (1997), 'De stilte hiernaast. Fenomenologische reflecties over kwalitatief onderzoek en het religieuze', in: Adri Smaling en Ellen Hijmans (1997), *Kwalitatief Onderzoek en Levensbeschouwing*, Amsterdam, Boom, pp. 100-114.

Étienne Decroux (1985), 'Words on Mime Claremont', in: *Mime Journal*, Cal., Pomona College Theatre Department.

Amos de Haas en Frits Vogels (1994), *Mime Handboek*, Amsterdam, Theater Instituut Nederland.

Maurice Merleau-Ponty (1945), *Phénoménologie de la Perception*, Paris, Gallimard.

Maurice Merleau-Ponty (1960), *Signes*, Paris, Gallimard.

Michel de Montaigne (1993), *Essays*, Amsterdam, Boom.

Emmanuel Levinas (1987), *De Totaliteit en het Oneindige*, Baarn, Ambo.

Steven Nachmanovitch (1990), *Free Play*, Los Angeles, Jeremy Tarcher.

Octavio Paz (1994), *De Dubbele Vlam; Over Liefde en Erotiek*, Amsterdam, Meulenhoff.

Joska Soos (1985), *Ik genees niet, ik herstel de harmonie*, Amsterdam, Karnak.

Davit Sudnow (1978) *Ways of the hand: the organization of improved conduct*, London, Routledge and Kegan Paul.

Bernhard Waldenfels (1994), *Antwortregister*, Frankfurt a/M, Suhrkamp.

RECENSIES

De parel in de pijn. Tegenslagen en teleurstellingen als middelen tot inzicht in jezelf, Polly Young-Eisendrath, SERVIRE 1997, ISBN 90 6325 536 5, *f* 42,50

In haar kindertijd werd de Amerikaanse psychotherapeute Polly Young-Eisendrath in haar familie geconfronteerd met de spanningen van armoede, conflict en angst. Spanningen die ze niet kon hanteren. Op oudere leeftijd ontdekte ze dat er ook mensen zijn die de moeilijkheden in hun leven onder ogen zien zonder wanhopig te blijven. Dit bracht haar op de vraag hoe mensen met hun eigen levensgeschiedenis omgaan, met name met tegenslagen en teleurstellingen. Ze ontdekte dat pijn en lijden niet zinloos hoeven te zijn, maar ook een geschenk kunnen bevatten: het geschenk van innerlijke ontwikkeling en spiritualiteit. Deze gedachten vond ze terug in het Boeddhisme en in diepte-psychologische inzichten van Jung en Freud.

Zinloos leed

In dit boek werkt ze deze gedachten uit. Ze onderscheidt zin*vol* lijden, lijden dat in het teken staat van verdere innerlijke ontwikkeling en zin*loos* lijden, lijden dat ervaren wordt doordat mensen hun (jeugd)problemen voortdurend herhalen en daarin vastlopen. Haar ervaring leerde haar dat emotionele aanvaarding van pijn en leed mensen nieuwe kansen biedt op een andere levensoriëntatie. Niet alleen insnijdende levensgebeurtenissen veroorzaakt door ziekte, geweldpleging of dood, vragen om verwerking, maar ook de 'kleine pijn', die dagelijkse vormen van pijn en lijden die door mensen als onaangenaam, pijnlijk, vervelend of anderszins negatief ervaren worden. De schrijfster meent dat deze vormen van lijden, opgevat als gemopper, negatief commentaar, neiging tot negatieve beoordeling en terughouding, voortkomen uit een chaotisch functionerende mentale wanorde, die wordt veroorzaakt door onverwerkt leed en pijn. Deze mentale chaos produceert een 'dolende geest', waarmee de mens zonder zelfinzicht overleeft door instinctieve negativiteit, alsook door het vermijden van echte ervaringen omdat men niet de volle verantwoordelijkheid voor het eigen leven neemt. In plaats van werkelijke ervaring aan te gaan, blokkeren fantasieën en angsten de transformatieprocessen van innerlijke groei. Zinloos, neurotisch lijden ontstaat, als mensen geen antwoord kunnen vinden op vragen als 'waarom moet mij dit overkomen of waarom doe ik toch zo dom.' De persoon blijft gevangen in een 'kinderlijk' perspectief: de wereld zou moeten draaien om mij, de persoon die lijdt, maar dat blijkt lang niet altijd het geval.

Remedies

In haar psycho-therapeutische praktijk helpt Polly Young-Eisendrath haar cliënten de verantwoordelijkheid op zich te nemen van het - door henzelf gecreëerde - lijden. Samen met hen onderzoekt ze hoe mensen (zinloze) realiteiten steeds opnieuw tot leven brengen en welke emotionele structuur van idealen, wensen, angsten en eisen hieraan ten grondslag ligt. Ze vraagt haar cliënten, welke belangrijke personen - ongewild - nog invloed uitoefenen op hun leven en vraagt hen, waarom ze zich hieraan (nog steeds) zo vastklampen.

Mensen die hun problemen als een uitdaging leerden opvatten, zag ze ontwikkelen tot liefdevolle mensen met compassie voor anderen. Dat bracht haar aan het twijfelen over de gangbare psychologische theorieën over het belang van een gelukkige jeugd. Miljoenen kinderen groeien op in een niet- veilige en niet-zorgzame omgeving en een groot aantal heeft desalniettemin de competentie om een liefdevol volwassene te worden.
Onderzoek naar dit verschijnsel leerde de schrijfster dat mishandelde en verwaarloosde mensen die niet vervallen in een neurotisch lijden, drie belangrijke remedies ontwikkelen om met hun eigen leed om te gaan: anderen *hulp bieden*, anderen *hoop geven* door ze te helpen de realiteit te accepteren, en anderen te *helpen zoeken naar meer betekenisvolle interpretaties* van schrijnende gebeurtenissen. Door persoonlijke ervaring met pijn en leed leerde men luisteren, kon men zich inleven in de pijn en het leed van de ander, en kreeg men inzicht in de destructieve krachten of beangstigende situaties waarin mensen zich bevinden.

Hulp geven leidt tot het ontdekken van hoop, biedt zicht op een uitweg om niet gevangen te blijven in trauma's en pijn en geeft een (doorleefd) besef dat moeilijkheden ook ánders ervaren kunnen worden. Hoop ontdekken verruimt de zingevingsmogelijkheden. Het wordt mogelijk om met de ander mee te zoeken naar (nieuwe) betekenisvolle interpretaties die de pijnlijke ervaringen op andere wijze ordenen en een nieuw licht laten schijnen op oude gebeurtenissen.
Hulp geven, hoop ontdekken en het zoeken naar betekenisvolle interpretaties, leiden tot vertrouwen en intimiteit, waardoor de pijn en het lijden doorgewerkt en aanvaard kunnen worden. Hulp, hoop en betekenis vat de schrijfster op als belangrijke instrumenten om het gevecht tegen de pijn van verlies, geweld en wreedheid aan te gaan.

Het 'zelf' als functie van innerlijke groei

Haar Boeddhistische zienswijze weerhoudt deze psychotherapeute van het geloof in de ontwikkeling van een *waar* 'zelf'. Ook gelooft ze niet in het humanistisch concept van een *authentiek* 'zelf' en de daaruit voortvloeiende spontane authenticiteit. Sterk emotionele momenten die 'waarheid' lijken te bevatten, zijn lang niet altijd reëler en substantiëler dan andere, meer lucide momenten. Ze ziet het 'zelf' liever als een *functie* van de geest, nodig om in het dagelijks leven de zin van ons bestaan te ontdekken. Dit 'zelf' vat ze op als een centrale geestelijke functie die ervaringen ordent, herordent en integreert. Het gaat daarbij om een vermogen dat in het (eigen) levensverhaal samenhang smeedt tussen verschillende ervaringen - en interpretaties daarvan - die de levenskijk en -houding funderen.
De schrijfster meent dat het 'zelf' opgevat als functie, mensen helpt de complexe tegenstrijdigheden in henzelf opnieuw te integreren tot een beweeglijk en samenhangend ego. In haar optiek sterft dat ego continu en bouwt zich ook telkens weer opnieuw op, waardoor de wil en het vermogen om te kiezen en initiatieven te nemen, zich kan ontwikkelen.
Op jeugdige leeftijd ordenen en herordenen biologische processen als vanzelfsprekend de persoonlijkheid en diens gewaarwordingen. Vaak onopgemerkt, sterft er bij iedere overgangsfase een deel van het oude 'zelf' en wordt een nieuw 'zelf' geboren. Naarmate mensen ouder worden, verdwijnt de biologische vanzelfsprekendheid van dit transformatieproces. De noodzaak om te veranderen, om het leven het hoofd te blijven bie-

den, wordt meer en meer een zaak van bewuste keuze: de keuze om bijvoorbeeld wanhoop, rancune, afgunst of zelfmedelijden - al dan niet - door te werken.

Amerikaans

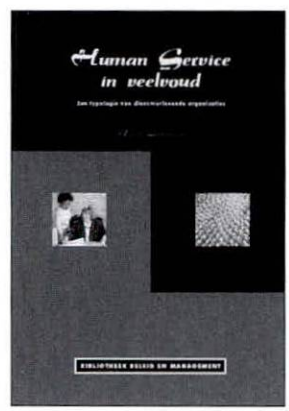
Dit typisch Amerikaanse boek laat zien dat mensen hun persoonlijke ontwikkeling zelf ter hand moeten/kunnen nemen en niet cadeau krijgen. Natuurlijk 'groeien aan het leven zelf' gebeurt als men jong is, maar naarmate men ouder wordt, is dit - in toenemende mate - ook een kwestie van keuze. Mensen die dit aandurven, leren hun existentiële verdedigingsmuren (zoals angst of vooroordelen) afbreken en verwerven meer ruimte voor het ontwikkelen van een levenshouding, gebaseerd op mededogen, inzicht en nieuwe kracht.

Met haar opvatting dat pijn en lijden een boodschap dragen, betreedt de schrijfster het gebied van de ethiek van het lijden. Ze zoekt binnen Boeddhistische opvattingen naar een eigen zienswijze, waarbij ze in haar taalgebruik soms neigt tot de opvatting dat het lijden vastligt in een karma ofwel vooraf bepaald levenslot. Door onze geboorte zouden we kiezen voor een levenstraject dat nodig is voor onze verdere innerlijke ontwikkeling.
In deze opvatting is lijden in de vorm van geweld, ziekte en dood per definitie zinvol (en onvermijdelijk). Daarbij kiest ze uiteindelijk wel nadrukkelijk voor de eigen verantwoordelijkheid - en daarmee de keuze van mensen zèlf - om al dan niet aan een innerlijke groei en spirituele ontwikkeling te werken. Ook dit standpunt roept een zekere reserve op. Zijn mensen wel zo 'maakbaar', dat een oude levenshouding door het verwerken van pijn en lijden op deze manier 'gerenoveerd' kan worden?

De voorwaarden die nodig zijn voor het doorwerken van pijn en leed ten behoeve van innerlijke groei, blijven wat onderbelicht. Eén zo'n voorwaarde is dat je jezelf existentiële vragen moet kunnen stellen en daarop moet kunnen reflecteren. Een andere voorwaarde is dat niet iedereen op existentieel gebied (pijn en lijden) zelfstandig zoveel verder komt door hulp te bieden, zonder dat het eigen leed al verwerkt is.
Hulpverlening vraagt om mensen die je kunt vertrouwen, die bereid en in staat zijn om je existentiële vragen mee te beleven en die het vermogen bezitten om vanuit de eigen levenshouding interpretaties te kunnen aanreiken, die door de 'lijdende' persoon geassimileerd en geïntegreerd kunnen worden. Het kan daarbij gaan om 'lotgenoten' die (zelf) hun lijden goed verwerkt hebben, of om professionals die door studie en motivatie op meer systematische wijze processen van persoonsvorming zijn aangegaan. Voor de laatste groep biedt dit - goed gedocumenteerde - boek, inzicht in de samenhang tussen lijden en compassie, alsook in het verwerken van lijden als een belangrijke factor van innerlijke ontwikkeling.

Ina Brouwer

Marja Gastelaars, *Human service in veelvoud. Een typologie van dienstverlenende organisaties*. Uitgeverij SWP, Bibliotheek Beleid en Management, Utrecht 1997, ISBN 90 6665 250 0, *f* 42,50



Dienstverlening is *in* en dan moet deze ook nog klantgericht en klantvriendelijk zijn. Marja Gastelaars schreef daar een 'kritisch essay' over, waar-

bij ze onderscheid maakt tussen zes typen organisaties. Het boek begint met een algemene inleiding over dienstverlening en dienstverlenende organisaties. Daarna volgt deel I over de legitimiteit van dienstverlenende organisaties. In deel II wordt uitgebreid ingegaan op het primaire proces van dienstverlening.
Deel III gaat over structuur en aansturing van dienstverlenende organisaties. In een slothoofdstuk wordt '*human service* in veelvoud' in kaart gebracht, uitgaande van de diverse organisatietypen.
Uit het boek komt helder naar voren dat klantvriendelijkheid een meerduidig beginsel is. De dienstverlening wordt mede bepaald door het type organisatie en er is ook geen sprake van een gemeenschappelijke *bottom line*. Per type organisatie zijn specifieke waarden in het geding en gaat het ook telkens om specifieke transacties. Naast legitimatie en kenmerken van het primaire proces van dienstverlening, verschillen de diverse typen organisaties wat betreft structuur en aansturing van die organisaties. De conclusie dat klantvriendelijkheid maatwerk is waarvoor geen generiek recept kan worden gegeven, dringt zich op.

Eén van de consequenties hiervan is dat klantgerichtheid binnen een zorginstelling een andere invulling heeft dan bijvoorbeeld binnen een winkel. Deze verschillen worden uitgewerkt aan de hand van acht hoofdkenmerken van organisaties, te weten: referentiekader, centrale waarden, centrale technologie, de uitvoerenden, de klanten, coördinatie, structuur en management. In de diverse hoofdstukken wordt telkens één kenmerk uitgewerkt.
Onderstaand ga ik, bij wijze van voorbeeld, alleen in op professionele dienstverlening. In het boek wordt daarnaast ingegaan op selectiebureaucratie (een sociale dienst), massadienstverlening (een *fast food*-keten), vrijwillige vereniging (bijvoorbeeld een sportvereniging of politieke partij), een zorgarrangement (zoals mantelzorg) en individuele dienstverlening. Bij professionele dienstverlening draait het bij het referentiekader om professionalisering, waarbij de centrale waarden gegroepeerd zijn rondom professionele kwaliteit. Professionele autonomie neemt hierbij een belangrijke plaats in, maar vormt tegelijkertijd een organisatieprobleem (eilandenstructuur).
De centrale technologie bestaat uit gericht veranderen; het gaat om '*people changing*-technologie' (interventies). De uitvoering berust bij relatief autonome professionals, waarbij gesproken wordt van een 'discretionair repertoire'. In het dagelijkse werk beschikt de uitvoerende werker over veel vrijheid. Iedere klant is een individueel geval, zij het dat hierbij vaak wordt gerefereerd aan classificaties van gevallen (inlijving van de persoon). Binnen de organisatie vindt coördinatie plaats door onderling overleg en standaardisatie van vaardigheden (mede binnen beroepsopleidingen). Zoals gezegd wordt de structuur van de organisatie gekenmerkt door het bestaan van min of meer zelfstandige eilanden. Wel wordt geprobeerd daar door protocollisering meer lijn in te brengen. Uitgaande van de theorie van Mintzberg wordt de rol van het management getypeerd als beschermer/negatiator, waarbij het management vaak in handen is van een voormalige professional. In het boek zijn de typeringen aanzienlijk verder uitgewerkt en ook telkens vergeleken met andere organisatietypen. Als hulpmiddel bij het systematisch reflecteren over het eigen beroep is dit een zeer bruikbaar boek. Goed geschreven en daardoor zeer toegankelijk, waarbij ook de nodige theoretische inzichten bondig worden gepresenteerd. Bovenal is het ook een waarschuwing tegen een al te platte manier van omgaan met zaken als kwaliteit, klantgerichtheid en klantvriendelijkheid.

Douwe van Houten

Louis Polstra, *Tussen isolement en integratie.*
Uitgeverij SWP, Utrecht 1997,
ISBN 90 6665 248 9, *f* 42,50

Louis Polstra heeft zijn promotie-onderzoek naar zorgcoördinatie in de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) *Tussen isolement en integratie* genoemd. Zorgcoördinatie in de GGZ heeft meestal betrekking op mensen die moeizaam leven aan de rand van onze samenleving. Mensen die zowel wat contacten betreft, als in hun beleving, een geïsoleerd leven leiden. Het aantal gesprekken dat zij met anderen hebben en het aantal wederkerige relaties is heel klein in vergelijking met de gemiddelde burger. Daarnaast hebben veel van deze GGZ-cliënten een belevingswereld (bijvoorbeeld psychotisch of op een bijzondere manier gevoelig) die zo verschillend is van de 'gebruikelijke' belevingswereld, dat ze alleen daarom al geïsoleerd leven.
Integratie betekent het hebben van een positie binnen een samenleving, het opgenomen zijn in een gemeenschap. Integratie van buitenstaanders, van asielzoekers, van allochtonen, is een belangrijk doel van allerlei overheidsactiviteiten. Polstra neemt als het primaire doel van de GGZ, de reïntegratie van cliënten met psychische problemen in de samenleving. Het morele aspect van integratie wordt tot uitdrukking gebracht in de acceptatie van de cliënt als medeburger; met alle rechten en plichten die bij een dergelijk burgerschap horen, maar met het behoud van zijn of haar anders-zijn. De zorgcoördinator is in het spanningsveld tussen isolement en integratie actief. Het boek geeft een beschrijving hoe complex dat spanningsveld is, en welke keuzen gemaakt kunnen worden. Polstra doet dat op grond van onderzoek naar de betekenis van zorgcoördinatie voor de hulpverlening aan cliënten met ernstige en langdurige psychische problemen. Hij verduidelijkt intenties achter zorgcoördinatie, conceptualiseert het begrip en analyseert de in het Zorgcoördinatieproject Groningen ontwikkelde methodiek. De beweegredenen van overheid, GGZ-management, hulpverleners, familieleden en cliënten worden helder geschetst. Polstra concludeert dat belangentegenstellingen en onderliggende doelstellingen van de betrokken partijen maken dat het grotendeels onduidelijk is hoe zorgcoördinatie er in de praktijk uitziet. De gemeenschappelijke verwachting is dat het een antwoord vormt op de versnippering van hulp en de afstemmingsproblemen met maatschappelijke organisaties.

Als sociaal-psychiatrisch verpleegkundige, zelf jarenlang werkzaam in een zorgcoördinatieproject, werd ik vooral geboeid door de aandacht van de onderzoeker voor het burgerschap. Polstra noemt de visie op burgerschap de derde pijler van zorgcoördinatie, naast cliëntenpopulatie en het zorgsysteem. Burgerschap is geen eenvoudige opgave. Om burger te kunnen zijn, hebben kwetsbare cliënten hulp nodig. In dat kader haalt Polstra Detlev Petry aan, die voorstelt om een ecologische nis te creëren, waarbinnen de eisen van de omgeving en de mogelijkheden van de cliënten op elkaar zijn afgestemd. Zorgcoördinatoren zouden samen met de cliënt en zijn omgeving moeten onderzoeken hoe zij met elkaar kunnen leven, welke ondersteuning nodig is, aan welke veranderingen behoefte is, en wanneer een behoefte aan bescherming. Dát samen uitzoeken is een langdurig en arbeidsintensief proces. Nu wordt (met name) binnen de zorgvernieuwing geld voor dit soort processen gereserveerd, maar Polstra meent dat juist in de reguliere zorg meer geld en tijd in deze werkwijze gestoken zou moeten worden.

Katholiek Studiecentrum voor Geestelijke Volksgezondheid, *Sociale overbodigheid*, ISBN 90 75886 05 5, *f* 24,50. Bestellingen: KSGV, tel. 024 - 344 26 90

Wat hebben psychisch lijden en termen als 'nieuwe armoede', 'maatschappelijke tweedeling' en 'tweederangs burgerschap' met elkaar te maken? Het Katholiek Studiecentrum voor Geestelijke Volksgezondheid belegde een studiemiddag en nodigde de socioloog L. Layendecker, psychiater Paul Hodiamont, wijsgerig andragoloog Andries Baart en theoloog Toine van den Hooghen uit om hun licht te laten schijnen op deze moeilijke vraag. In het lezenswaardige bundeltje dat daaruit voortkwam, belicht Layendekker hoe wij in de late jaren negentig de verhouding tussen onszelf en de maatschappij zijn gaan zien. Het geloof van weleer dat wij de samenleving kunnen 'maken', is gevolgd door de erkenning dat we de complexiteit van haar processen steeds minder beheersen. Hodiamont geeft inzicht in verbanden tussen armoede en geestelijke ongezondheid. Wie geestelijk niet volledig gezond is, loopt grotere risico's om uit de boot te vallen. Mensen die klap na klap moeten incasseren, hebben een groter kans op blijvende psychische schade, die vaak ook doorgeven worden aan volgende generaties. Baart kijkt naar de hulpverlening en laat zien dat armoede gewoonlijk neerkomt op veel meer lasten dan alleen maar geldtekort. Onze maatschappij stelt weliswaar hulp en zorg beschikbaar, maar Baart brengt - terecht - onder de aandacht dat die hulp en zorg meer en meer gericht raken op de eigen doelen, en bovendien (daardoor) steeds minder toegankelijk worden voor mensen die er van afhankelijk zijn. Van den Hoogen bespreekt ten slotte de huidige opvattingen over de menselijke waardigheid, die hun oorsprong hebben in de achttiende-eeuwse Verlichting. De heerschappij van de rationaliteit brengt met zich mee dat het sommige burgers voor de wind gaat, terwijl vele anderen intussen van hun waardigheid worden beroofd.

Levensbeschouwing in de jeugdhulpverlening

De instelling *Bergse Bos* in Rotterdam en *Rijnhove* in Alphen aan de Rijn hebben ieder sinds een aantal jaren voor vier uur per week een theoloog (Ad de Gruyter) in dienst. Hij richt zich op waarden en normen en zingeving in culturele en religieuze stromingen. Deze levensbeschouwelijke aspecten maakt hij in de instelling onder andere zichtbaar door het organiseren van een presentatiedag over een levensbeschouwing, het maken van themakoffers voor de leefgroepen, het verzorgen van een religieuze feestenmap en een feestkalender, en het samenstellen van een handreiking bij rouw, verlies en sterven. Zo wordt tijdens een presentatiedag informatie gegeven over een bepaalde levensbeschouwing aan het pedagogische personeel. Naast de informatieoverdracht wordt er op zo'n dag vooral gekeken naar de vraag wat je allemaal met een bepaalde levensbeschouwing kunt doen in het werken met kinderen. De themakoffers maakt de Gruyter in samenspraak met groepsleiding en kinderen. Een thema als 'Wie is God? maakt hij tastbaar door verhalen, discussieopdrachten en handenarbeidactiviteiten. (*Nederlands Tijdschrift voor Jeugdzorg*, 1998\nr. 3)

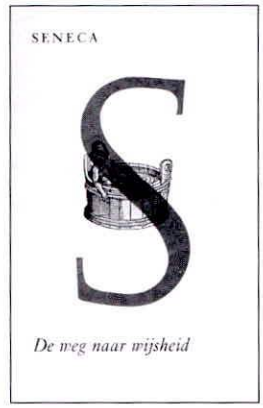
Congres: 'Geweld tegen vrouwen'
Datum: 10 november 1998; Organisatie: Vermande Studiedagen, in samenwerking met de Stichting Politievormingscentrum.
Plaats: Congrescentrum De Eenhoorn, Amersfoort.
Kosten: f 465,- excl. BTW, inclusief koffie, thee, lunch, aperitief en uitgebreide documentatie.
Aanmelding: tel. 0320 - 23 77 21;
fax 0320 - 23 77 21.

Dupuis neemt de lezer aan de hand mee door het oerwoud dat geneeskunde heet. Daardoor is het boek zeer geschikt voor de geïnteresseerde leek. De kankergeneeskunde, het reanimeerbeleid, genetica en de omgang gehandicapte pasgeborenen behoeven morele afwegingen. Dupuis' diagnose is dat een gebrek aan rationaliteit lijdt tot onjuist medisch handelen. Daarom zouden artsen na- en bijscholingscursussen (bijvoorbeeld argumentatieleer) moeten volgen. Haar recept lijkt eenvoudig 'toe te dienen' aan (bereidwillige) patiënten. Laten we hopen dat dat bij artsen ook het geval zou kunnen zijn.

Nelleke Nicolai, *In de arena; over gender, grenzen, geweld en zorg*, Uitgeverij van Gennep, ISBN 90 5515 173 4, *f* 39,90

De vrouwenhulpverlening is na twintig jaar niet meer weg te denken. Aan de ontwikkeling van deze vorm van hulpverlening heeft Nelleke Nicolai een substantiële bijdrage geleverd. Zowel praktisch als theoretisch heeft zij aan de weg getimmerd: ze schreef diverse artikelen en het boek *Vrouwenhulpverling en psychiatrie*, ze werkte onder andere als gezinstherapeute, gaf lezingen aan vrouwencentra en werd een van de pioniers op het gebied van onderzoek en ontwikkeling van een methodiek voor het omgaan met de gevolgen van seksueel misbruik.
In de bundel *In de arena* zijn artikelen en lezingen verzameld die zij in de laatste tien jaar voor een breed publiek heeft gehouden. De titel verwijst naar een strijdperk waarin vanzelfsprekende opvattingen in de geestelijke gezondheidszorg in botsing komen met de opvattingen van de vrouwenbeweging. De arena is tevens het schouwtoneel waar mensen met elkaar in gesprek zijn. De bundel is op te delen in drie thema's: gender en vrouwenhulpverlening, autonomie en intra-familiaal geweld. Het belangrijkste succes van de vrouwenhulpverlening ligt volgens Nicolai in het zichtbaar maken van de effecten van seksueel misbruik en (ander) geweld, depressie en stress. Nicolai bespreekt de gevolgen uitvoerig in meerdere artikelen. Het autonomiebegrip wordt vaak als afgrenzing opgevat, hetgeen Nicolai geen goede benadering vindt. Zij pleit daarentegen voor een opvatting waarin autonomie gezien wordt als een uitkomst van een (interactie)proces. Autonomie is daarbij niet tegengesteld aan verbondenheid, maar is juist een gevolg daarvan. De arena is een plaats waar (met name) gevochten wordt; Nelleke Nicolai laat met haar kritische houding naar de psychiatrie en naar de vrouwenhulpverling zien, dat zij een vechter én toeschouwer is met verstand van zaken.

Seneca, *De weg naar wijsheid*, Uitgeverij Sun, ISBN 90 6168 6237, *f* 19,90



'Mensen die succes hebben en tegen wie men opkijkt, streven altijd naar een verder gelegen doel. Sommigen komen in de knel, anderen raken in het slop. Zo'n toppositie biedt weinig rust en maakt het leven jachtig. Ze kost heel wat hoofdbrekens en maakt dat mensen veranderen van karakter. Ze verliezen elk gevoel voor maat en worden decadent. Soms gaan ze hoog van de toren blazen, soms worden ze een slappe Tinus, en altijd slaan ze door', aldus de Stoïcijn Seneca (±4 v.Chr-68 n.Chr). Deze en andere morele lessen uit de Epistuale Morales kunt u lezen in de *Weg naar wijsheid*. Wat zou Seneca trouwens van 'onthaasting' gedacht hebben?

gesprekken. De geestelijk verzorger gaat in tegenstelling tot de meeste andere disciplines niet uit van een vooropgezet behandelplan of zorgdoel. Opvallend positief wordt in het onderzoeksrapport gesproken over de waardering van de werkzaamheden van geestelijk verzorgers in de gezondheidszorg. Hun aanwezigheid blijkt onomstreden te zijn en een grote mate van vanzelfsprekendheid te bezitten. De cijfers laten zien dat de humanistisch geestelijke verzorging ondervertegenwoordigd is in vergelijking met de andere denominaties. Van de negenhonderd geestelijk verzorgers heeft tweeënnegentig procent een protestants-christelijke of katholieke denominatie, de overige acht procent is humanistisch. Andere levensbeschouwelijke achtergronden zijn in de gezondheidszorg nauwelijks vertegenwoordigd. In vergelijking met ander beroepsgroepen in de gezondheidszorg, zoals maatschappelijk werkers, psychotherapeuten en psychologen, zijn geestelijk verzorgers relatief oud. De gemiddelde leeftijd is negenenveertig jaar, waarbij de vrouwen gemiddeld genomen jonger zijn (zesenveertig jaar) dan de mannen (eenenvijftig jaar). Zesenzestig procent van de geestelijk verzorgers in de gezondheidszorg is man. Over de toekomst van de geestelijke verzorging heerst verdeeldheid. Sommige geestelijk verzorgers zijn ongerust over het voortbestaan van hun beroep, anderen zien vooral veel nieuwe mogelijkheden. De vermaatschappelijking van de zorg en het proces van extramuralisering zouden wel eens grote gevolgen kunnen hebben voor de toekomstige plaats van geestelijke verzorging. Het is nog onduidelijk hoe de functie van geestelijke verzorging in een transmurale gezondheidszorg vorm en inhoud moet krijgen.

Heleen M. Dupuis, *Op het scherp van de snede; goed en kwaad in de geneeskunde*, Uitgeverij Balans,
ISBN 90 5018 388 3, *f* 39,50

De ethica Heleen Dupuis trekt in haar laatste boek ten strijde tegen de uitwassen van de hedendaagse geneeskunde. De negatieve kanten van de geneeskunde komen volgens haar voort uit fundamentele denkfouten en dogma's. Op tal van gebieden blijkt de ratio niet de raadgever te zijn, maar geloof, eigenbelang, angst voor de dood en commercie. De geneeskunde vertoont opvallende overeenkomsten met het traditionele geloof. Het kent dogma's, voor twijfel is er weinig plaats, men gelooft in wonderen en in onsterfelijkheid, het is mensenwerk en er is een grote groep leken.

Een van de dogma's is dat er 'altijd hoop moet blijven'. Ook als de behandeling geen genezing belooft, kan dit dogma de doorslag geven om tóch te behandelen. Het morele principe 'niet schaden' zou volgens Dupuis meer nageleefd moeten worden. Dat betekent dat er geen operaties op zwakke indicaties verricht zouden moeten worden, geen overdaad aan geneesmiddelen voorgeschreven zouden moeten worden en geen leven in stand gehouden tot schade van de patiënt zelf, de familie en samenleving.
Angst voor de dood is de drijfveer van veel medisch handelen, en Dupuis vraagt zich daarbij af of de geneeskunde altijd wel het juiste reactie op deze angst geeft. Het morele principe 'goed doen' wordt nogal eens opgevat in de zin dat de arts altijd moet handelen, ook als het niet evident is dat er werkelijk goed gedaan wordt. Niet het nalaten maar eerder het doen behoeft rechtvaardiging. Ieder hoofdstuk van *Op het scherp van de snede* staat op zichzelf. Het zijn goed opgebouwde essays met heldere argumentaties.

SIGNALEMENTEN

Ellen Grootoonk

Trimbos-instituut, *Beroep: geestelijk verzorger*, ISBN 90 5253 225 7, ƒ 35,50. Te bestellen bij het Trimbos-instituut: Postbus 725, 3500 AS, Utrecht, onder vermelding van 'Trimbosreeks 97-11'. Tel. 030 - 2971100

Het Trimbos-instituut heeft een inventariserend onderzoek gedaan naar de beroepsgroep van geestelijk verzorgers in de gezondheidszorg. De aanleiding voor dit onderzoek was het ontbreken van actuele informatie over de feitelijke werkinvulling van deze beroepsgroep. De onderzoekers hebben zich tot doel gesteld om de omvang, inhoud en aard van de beroepsuitoefening van geestelijk verzorgers te inventariseren. Dit heeft geresulteerd in een gedegen onderzoeksrapport. De onderzoeksmethoden, enquêtes en concept-mapping, worden toegelicht en inzichtelijk gemaakt. De cijfers worden duidelijk gepresenteerd en helder toegelicht.

Uit het rapport blijkt dat er in het veld consensus bestaat over de specifieke deskundigheden van de beroepsgroep. Geestelijk verzorgers hebben een taak in het bieden van begeleiding en ondersteuning, kernbegrippen daarbij zijn troost, bemoediging en stervensbegeleiding.

Specifieke deskundigheden die genoemd worden zijn: betrokkenheid *bij* en kennis *van* religie/levensbeschouwing, zingeving en ethiek. Het meest frequent noemden geestelijk verzorgers 'empathie' als specifieke deskundigheid, waarbij het gaat om de grondhouding van respect en openheid die niet direct volgt uit de primaire zorg- of behandelverantwoordelijkheid van de instelling. Geestelijk verzorgers zijn unaniem van mening dat deze rol/positie het eigene van het beroep het beste weergeeft. Deze formulering van het eigene van het beroep van geestelijk verzorger impliceert een specifieke invulling van het begrip professionaliteit. Enerzijds is de geestelijk verzorger professional onder de professionals, zij of hij beschikt over de nodige theoretische en praktische kennis; anderzijds wijkt men echter sterk af van de werkwijze van de overige professionals. Voor de meeste beroepen geldt dat hoe professioneler de discipline is, des te beter het indica–tiegebied, de werkzaamheden en eindtermen kunnen worden omschreven. Bij geestelijk verzorgers is daarentegen het product van geestelijke verzorging moeilijker te beschrijven en al helemaal niet af te meten in nut of effectiviteit.

Geestelijke verzorging kan slechts gedeeltelijk worden vastgelegd in regels en protocollen; er is vaak geen sprake van een indicatie voor geestelijke verzorging en zelden worden vooraf afspraken gemaakt over de duur en frequentie van de

huwelijk - toch ook met name een vertrouwensrelatie. Door je voor te stellen hoe een huwelijk kan mislukken, wordt de lezer in herinnering gebracht dat dat bij een relatie met een cliënt ook wel eens het geval kán zijn. Het hier gerecenseerde proefschrift heeft een ander doel, en is - als weerslag van wetenschappelijke arbeid - af en toe een beetje taai. Niettemin ben ik verheugd dat er dergelijk onderzoek gedaan wordt, en dat er gezocht wordt naar antwoorden op de vele vragen die er leven in de praktijk. Het meest waardevolle aan dit boek is echter de stimulans die ervan uitgaat om de discussie over normen en waarden aan te gaan.

Jet van der Velden (sociaal-psychiatrisch verpleegkundige)

Bert Boelaars, *De kostbare mens. Inleiding tot het humanisme*, Uitgeverij De Arbeiderspers, Amsterdam, 1997. ISBN 90 295 0332 7. 222 blz., *f* 24,50

Wat maakt de mens kostbaar? Het is deze vraag die centraal staat in het boek van Bert Boelaars. Zoals hij zelf in het 'Woord vooraf' opmerkt, is er veel over het humanisme geschreven; echter tot op heden ontbrak het aan een algemeen en breed overzichtswerk. In vier hoofdstukken neemt Boelaars de lezer mee naar de rijke traditie van het humanisme en gaat hij in op het gedachtengoed van verschillende markante humanisten door de eeuwen heen. In het eerste hoofdstuk worden de uitgangspunten van het humanisme besproken en wordt een kader van het humanistisch mens- en wereldbeeld gegeven. In een inleiding mag een schets van de historische ontwikkeling van het (westerse) humanisme natuurlijk niet ontbreken. Boelaars bespreekt in het tweede hoofdstuk dan ook de geschiedenis van het humanisme, beginnend bij de Grieks-Romeinse oudheid, via de Renaissance en de Verlichting tot en met de tijd van het modernisme en het post-modernisme. Het georganiseerde humanisme, zowel in Nederland als daarbuiten, komt aan bod in hoofdstuk drie. Hoofdstuk vier geeft een overzicht van een aantal belangrijke onderwerpen waarin de relatie tussen de humanistische levensbeschouwing en maatschappelijke vraagstukken centraal staat. Kwesties die daarbij aan de orde komen, zijn onder andere: hoe denken humanisten vandaag de dag over opvoeding en onderwijs, welke oplossingen zien humanisten voor de milieuproblemen, en wat hebben zorg en menselijke waardigheid met elkaar te maken? Eerder verscheen het grootste deel van de tekst in een cursusboek met de titel *Mijn leven en dat van anderen*. Het aantal mensen dat Boelaars bij de samenstelling van zijn nieuwe boek heeft geadviseerd, is imposant en geeft de indruk dat de inhoud van het boek een gedegen en voldragen inleiding in het humanisme is. Om antwoord op de vraag te krijgen wat de mens zo kostbaar maakt, moeten wel alle 222 bladzijden worden gelezen. Aan het einde van zijn boek schrijft Boelaars dat mensen aan het bestaan de méésté zin kunnen ontlenen, wanneer ze het gevoel hebben in contact te staan met zowel de buitenwereld als met hun innerlijke kern. Door het zo bewust mogelijk in de werkelijkheid treden, komen ze met de eigen kern in aanraking. Hierdoor ontdekken mensen wie ze zijn en wat ze voor anderen kunnen betekenen. *De kostbare mens* is een interessant boek voor wie een overzichtelijke inleiding in de humanistisch levensbeschouwing zoekt.

Erwin A. Kamp

Uit het onderzoek naar methodiek-ontwikkeling komt naar voren hoe moeilijk de praktijk te structureren is. Het overgrote deel van de zorg heeft een zeer grillig verloop, ondanks de moeite die werd gedaan om het te structureren. Er wordt vastgesteld dat de grootste potentiële kracht van zorgcoördinatie bestaat uit het aangaan van een relatie met de cliënt. Daarbij werken de volgende factoren in een cliënt-relatie positief uit: levenservaring van de zorgcoördinator, deskundigheid, levensbeschouwing.

In het hoofdstuk over wel of niet ingrijpen, blijkt de (begeleidings)relatie met de cliënt een uitermate belangrijke factor. Polstra gebruikt in dat verband het perspectief van de filosoof/ethicus Levinas, die in zijn werk sterk de nadruk legt op de individuele verantwoordelijkheid voor het welzijn van de ander. Veel hulpverleners zullen dat herkennen. Motivatie om in de psychiatrie te gaan werken komt deels voort uit dat soort verantwoordelijkheidsgevoel. Deze solidariteit mag echter niet ten koste gaan van het anders-zijn, maar ook niet ten koste van de hulpverlener. Anderen zouden zó moeten zorgen voor kwetsbare personen, dat die krijgen wat hen toekomt als burger.

In zijn voorwoord schrijft Polstra over de spanning tussen theorie en praktijk. Het boek lezende, ervaarde ik soms het moeizame zoeken naar concepten en modellen voor het overbruggen van theorie en praktijk. Dat cliëntsysteem en zorgvoorzieningen bepalend zijn voor de zorgcoördinatie, ligt voor de hand. Dat Polstra de visie op burgerschap eveneens bepalend noemt voor zorgcoördinatie, vind ik inspirerend. Het is goed om diverse theorieën over burgerschap te lezen en die aan de praktijk van hulpverlening (aan kwetsbare groeperingen) te toetsen. Modellen, zoals een stabiel, een grillig of een instabiel zorgproces, vind ik weinig toevoegen aan de praktijk. Mogelijk is het voor onze managers belangrijk om te beseffen hoe ingewikkeld het is om met dergelijke grillige processen elke dag 'efficiënt' te werken. Veel cliënten leven niet volgens een plan en hebben bovendien een andere tijdsbeleving dan dat van hun hulpverleners.

Wat mij het meeste aanspreekt in het boek, is de verdieping van ethische stellingnames. In de praktijk van de hulpverlening neem je voortdurend ethische beslissingen. Als hulp verleend wordt aan mensen die goed kunnen verwoorden welke hulp ze willen of welke klacht ze verholpen willen zien, kan je tot een overeenkomst komen. Bij complexe problematiek en als mensen hun eigen hulpvraag niet goed kunnen articuleren, is het voor de hulpverlener al een stuk lastiger. Bij mensen die hulp zelfs afwijzen, terwijl de omgeving of samenleving een hulpverleningstraject de aangewezen weg vindt, zal de hulpverlener zeer goed in zijn ethische schoenen moeten staan om verantwoording af te kunnen leggen van wel verleende hulp. (In het voorgaande schrijf ik met opzet over hulpverlening in brede zin in plaats van over zorgcoördinatie, omdat ik vind dat élke hulpverlener zich bepaalde ethische vragen moet stellen).

Zorgcoördinatie betreft veelal mensen met veel verschillende problemen, anders was er immers geen behoefte aan coördinatie. Bij hulpverlening aan mensen met meervoudige problematiek liggen ethische vragen veelal voor het oprapen. In *Tussen isolement en integratie* worden de dilemma's van de praktijk uitgebreid beschreven. De suggesties die daarvoor gevonden worden, zijn gekaderd in verschillende theorieën. En de praktijktheorie die aldus ontstaat doet mijns inziens meer recht aan de praktijk.

Als praktisch werker heb ik - voor recensering - eerst het praktijkboek *Zorg en Coördinatie* van dezelfde auteur gelezen, een goed leesbaar, inspirerend methodiekboek. Het aardige aan dat boek is dat het de zorg regelmatig vergelijkt met het leven van de doorsnee-Nederlander. Die opzet haalt cliënten dichterbij, waardoor het menselijke van hulpverlening inzichtelijk wordt gemaakt. Zo vergelijkt Polstra de vertrouwensrelatie tussen zorgcoördinator en de cliënt met een