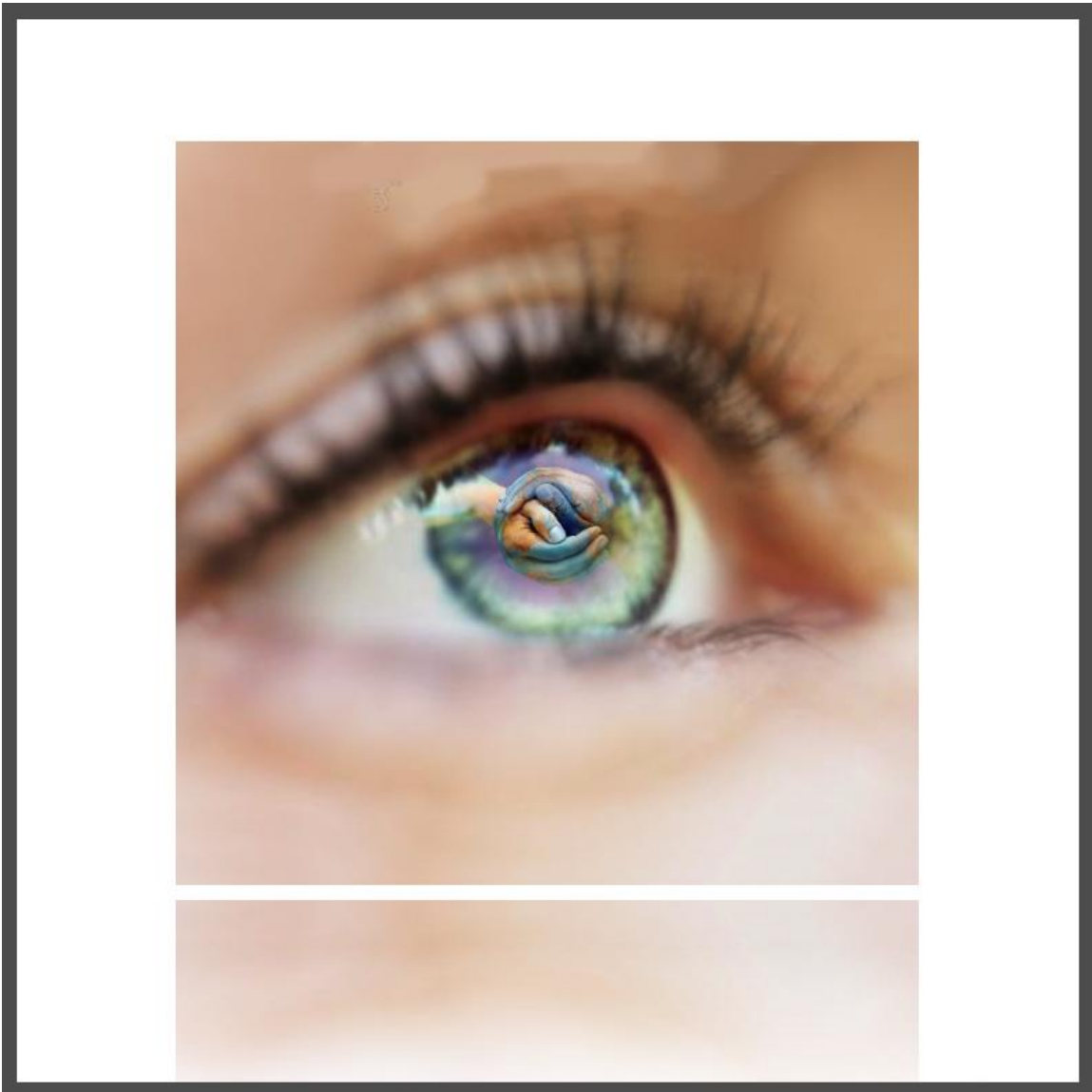


Levenskunst en zorgethiek:

Een onderzoek naar de mogelijke betekenis van de zorgethiek voor de zelfzorg van de levenskunst.



Doctoraalscriptie aan de Universiteit voor Humanistiek, Utrecht

Eerste begeleider: Prof. dr. Joep Dohmen

Mee-lezer: drs Jan Hein Mooren

Student: Dorte Mehl Pedersen

Maart 2009

Inhoudsopgave

Inleiding

Hoofdstuk 1

Aanleiding en opzet van onderzoek

1.1 Aanleiding en persoonlijke motivatie	6 – 7
1.2 Onderwerp: levenskunst en zorgethiek	7 – 8
1.3 Vraagstelling en doelstelling	9
1.4 Omschrijving van de begrippen	9 – 11
1.5 Relevantie	11
1.6 Opbouw van het verslag	12-13

Hoofdstuk 2

Ethiek van de levenskunst als zorg voor zichzelf

2.1 Inleiding	14
2.2 Levenskunst: moraal van zelfverantwoordelijkheid	14 – 20
2.3 Zelfzorg als autonomie	21 - 23
2.4 Zelfzorg als authenticiteit	23 - 29
2.5 Zelfzorg en relaties	29 – 33
2.6 Resumerend	33 -34

Hoofdstuk 3

Ethiek van de zorg als zorg voor de ander

3.1 Inleiding	35
3.2 Zorgethiek als filosofisch begrip	35 – 40
3.3 De hoofdlijnen van de zorgethiek van Tronto	40 - 47
3.4 Evaluatie van de zorgethiek als menslievende zorg	47 – 50
3.5 Resumerend	50 - 51

Hoofdstuk 4

Conclusie

4.1 Inleiding	52
4.2 Samenvatting en kritische bespreking van de zelfzorg	53 - 55
4.3 Samenvatting en kritische bespreking van de zorgethiek	56 - 57
4.4 Conclusie	57 - 60

Literatuur	61
-------------------	-----------

Dank!	62
--------------	-----------

Inleiding

Tijdens mijn lange loopbaan als student op de Universiteit voor Humanistiek raakte ik geboeid door de meervoudige manier waarop een situatie als goed en als slecht beleefd kan worden. In de vele discussies die ik tijdens mijn opleiding gevoerd heb, was het spannendste punt altijd erachter te komen wat mensen hun waarden waren – waarom beoordeelt iemand een situatie zoals die dat doet? Wat houdt iemand voor waar en voor onwaar in een tijd waar alle grote verhalen aan de kant zijn gedaan, en het individu zelf voor de taak staan om zijn leven vorm te geven.

Ondertussen raakte ik verstrikt in een complexe situatie waar ik geheel niet meer kon beoordelen wat ik moest doen. Ik stond perplex dat het leven zich zo gecompliceerd voor kon doen dat ik niet wist wat ik moest doen!

Dat is het vertrekpunt geweest van deze scriptie. Ik keerde me tot de filosofie van de levenskunst en vond mezelf voor een opgave: namelijk, vooralsnog, na al die jaren op de UvH, moest ik een eigen levenshouding ontwikkelen.

In deze scriptie onderzoek ik de mogelijke betekenis dat zorgethiek voor de zelfzorg van de levenskunst kan hebben. In hoofdstuk 1 beschrijf ik de aanleiding en opzet van dit onderzoek. In hoofdstuk 2 ga ik aan de hand van filosoof Joep Dohmen nader in op de zelfzorg volgens de levenskunst. In hoofdstuk 3 beschrijf ik de zorgethiek zoals doordacht door de auteurs Vorstenbosch, Tronto en Van Heijst. In hoofdstuk vier trek ik een conclusie na aanleiding van de ontdekking in hoofdstuk 2 en 3: in hoeverre kan de zorgethiek ondersteunend zijn voor de zelfzorg van de levenskunst.

Hoofdstuk 1

Aanleiding en opzet van onderzoek

1.1 Aanleiding en persoonlijke motivatie

De meest memorabele vakken die ik de laatste jaren van mijn carrière op de Universiteit voor Humanistiek (UvH) gevolgd heb, zijn de levenskunstmodules van Joep Dohmen. De discussies liepen hoog op, de argumenten stonden in de file en net als in het werkelijke verkeer, laaiden de emoties op. Stemmen werden verheven, gezichten betrokken, armen gingen de lucht in en zuchten werden geslaakt. Het ging ons aan. We werden uitgedaagd ons expliciet aan de teksten te verbinden.

We werden gevraagd onze eigen praktische levensbeschouwelijke worstelingen in de werkgroepdiscussies in te brengen na aanleiding van de thema's in de levenskunst. Daaruit werd duidelijk dat er duizenden kloppende antwoorden op één vraag bestond. De ervaren werkelijkheid is complex, of wel niet eenduidig. Hieruit bleek dat we vooral veel bezig waren met elkaar, en niet voornamelijk met onszelf en onze eigen soloprojecten.

Levenskunst ging ons om het samen leven en om nieuwsgierig kennis te maken met de ervaringswereld van anderen, opdat we met een verruimde blik naar onze eigen bestaansvragen konden terugkeren. Hierin schuilt de intentie van betrokkenheid op de ander en de bereidheid de eigen waarden en ideeën aan anderen te exposeren. Als ik mij iets van een ander aantrek, moet ik mij tot die persoon en diens waardekader verhouden. Ik wordt door mijn omgeving gedwongen een houding te vinden.

Precies daar gaat de filosofie van de levenskunst over. Dohmen: 'levenskunst is een praktische houding of liever instelling van waakzaamheid en zelfexpressie op basis van de norm van zelfverantwoordelijkheid.'

Omdat we als mensen kwetsbaar zijn en niet alles in ons eentje kunnen regeren, zijn we van elkaar afhankelijk voor het realiseren van onze dromen en wensen. Als ik iets graag wilt hebben en daarvoor de ander nodig heb, ben ik afhankelijk. Als de ander mijn afhankelijkheid niet honoreert, of niet kan honoreren, heb ik slechts de keuze dat te incasseren. Ik kan de ander niet dwingen hetzelfde te willen als ik, of voor mij te

facilliteren dat al mijn wensen in vervulling gaan. Dus ben ik beperkt en niet onbegrensd vrij.

Dit overkwam mij in een langdurige relatie. Mijn wederhelft koesterde niet dezelfde toekomstinvulling als ik. Na 12 jaar ontstond er een existentieel verschil, ik kon me niet meer tot de persoon die mijn partner was geworden verhouden. Er ontstond een breuk.

Ik voelde me in alle hevigheid afhankelijk. Ondanks jaren levensbeschouwelijke training op de Universiteit voor Humanisiteit, was ik hier niet tegen opgewassen. Mijn eigen kwetsbaarheid en broosheid verbaasde mij, en ik vroeg me af waar een antwoord te vinden dat houvast en perspectief zou bieden om op verder te gaan? Schuilt er waarde in de afhankelijkheid die ik ervaren had?

'Levenskunst beoogt de mens weerbaarder te maken tegen de slagen van het lot, tegen de tragedie, tegen de systeemdruk, tegen de concrete machtsclaims van de ander(en), tegen de consumptiemaatschappij.'

1.2 Onderwerp: levenskunst en zorgethiek

Levenskunst is een praktische ethiek van authenticiteit. Ieder mens moet het trouw zijn aan zichzelf als levenshouding beoefenen. Tevens is levenskunst een complex leerproces met de bedoeling een houding van betrokkenheid te ontwikkelen (Dohmen, 2007, pp.12-15).

Zorgethiek is de doordenking van wat goede en minder goede zorg voor elkaar is.

Zorgethiek zoekt naar de menselijke maat in zorgrelaties. Zorgrelaties behoren tot de zingeving van het leven omdat we ons via die zorgrelaties met onze eigen begrenzingen geconfronteerd weten, en daarmee meer zelfinzicht opdoen. Niemand leeft alleen volgens de zorgethiek, die vertrekt van een relationeel mensbeeld en intersubjectiviteit vooropstelt.

Omdat levenskunst veelal beticht wordt van egoïsme en een karikatuur dreigt opgeplakt te krijgen van 'ikke ikke ikke en de rest kan stikken' wil ik graag het sociale aspect van levenskunst onderzoeken en via de literatuur van de zorgethiek onderzoeken of de ethiek van de levenskunst daadwerkelijk lijnrecht tegenover de zorgethiek als zorg voor de ander

staat. In de moderne traditie wordt de tegenstelling tussen het niet-morele eigenbelang en het morele, altruïstische motief sterk benadrukt. Is levenskunst één groot ego-project zonder oog voor anderen, en is zorghethiek je voor je medemens inzetten en je eigen behoeften opofferen? Ligt het zo zwart-wit?

Levenskunst vraagt zich af hoe goed te leven? Hoe goed voor jezelf te zorgen, je eigen levensdoelen helder krijgen en te realiseren binnen de gegeven context van je leefomgeving en je eigen mogelijkheden, en tevens met anderen rekening houden?

Levenskunst is een praktische ethiek van authenticiteit, dat wil zeggen onderzoeken wat jij graag wilt in het leven en al doende bewust een houding van betrokkenheid ontwikkelen. Levenskunst doe je niet alleen, maar wel zelf. Dat werd mij duidelijk met bovenstaande voorbeeld van ongewild verlies en begrenzing. Hiermee wordt duidelijk dat levenskunst in de kern sociaal is: we zijn afhankelijk van elkaar en hebben elkaar nodig om onze levensdoelen te realiseren. Juist daarom zijn het besef van eigen grenzen én van de betrokkenheid op de ander beide gelijkkelijk van belang. Levenskunst benadrukt de eigen verantwoordelijkheid en het eigen bewustzijn van voorkeuren en waarden in de persoonlijke vormgeving van het leven.

Zorghethiek daarentegen benadrukt de afhankelijkheid ten opzichte van elkaar omdat we kwetsbare wezens zijn met een lichaam dat stuk kan gaan, en met begrensde vermogens om ten alle tijde de eigen regie te kunnen blijven voeren. Zorghethiek vertrekt vanuit het uitgangspunt dat we elkaar nodig hebben en dat we elkaar juist bereiken in het besef van wederzijdse kwetsbaarheid. Door ons te verbinden met de zorg voor onze naasten beseffen we dat we zelf zorgbehoevend en kwetsbaar kunnen zijn. Relaties staan centraal in de zorghethiek: relaties zijn constitutief voor de identiteit en het goede leven van het individu. (Vorstenbosch, 2005, p.153). Zorg als morele houding is een wijze van verhouden tot en reageren op menselijk lijden, dat uitdrukking geeft aan onze verbondenheid met het welzijn van de ander en onze bereidheid tot inleven (in de pijn) en ons verlangen iets te doen. (Verkerk, 1994, p.54) Met deze omschrijving wordt zorg hebben voor jezelf ook zorg hebben voor de ander. Past deze redenering binnen het zelfzorgconcept van levenskunst? Zo ja, hoe?

1.3 Vraagstelling en doelstelling

Ik wil onderzoeken wat het specifieke is aan zelfzorg volgens de filosofie van de levenskunst, en wat het specifieke is aan zorgethiek als zorg voor de ander, en in hoeverre de inzichten van de zorgethiek als zorg voor de ander ondersteunend kunnen zijn voor het sociale aspect van de zelfzorg van de levenskunst. Om hier iets over te zeggen zal ik te rade gaan bij de volgende auteurs, te weten Dohmen, Vorstenbosch, Tronto, Manschot en van Heijst. Dohmen voert het discours voor de zelfzorg van de levenskunst. De vier laatstgenoemde auteurs geven elk hun perspectief op zorgethiek. Hiermee kom ik tot de vraagstelling van deze scriptie:

Welke betekenis kan het zorgconcept van de ethiek van de zorg als zorg voor de ander hebben voor het zelfzorgconcept van de filosofie van de levenskunst?

De hieruit volgende doelstelling is:

Onderzoeken in hoeverre de ethiek van de zorg als zorg voor de ander het sociale aspect van de zelfzorg volgens de filosofie van de levenskunst kan verbreden en verhelderen?

1.4 Omschrijving van de begrippen

Levenskunst als zelfzorg

Levenskunst als zelfzorg is volgens Dohmen een fundamentele manier om aandacht te hebben voor jezelf, om zorg te hebben voor je eigen leven. Levenskunst als zelfzorg verwijst naar een actuele moraal van zelfverantwoordelijkheid (Dohmen, 2008, p. 45)

De moderne mens mist het zelfvertrouwen om een zinvol leven te leiden. Vrijheid moet geleerd worden. Vrijheid is geen gegeven maar een verworvenheid, het is verre van een vanzelfsprekendheid dat we ermee geholpen zijn, of dat we met de ogenschijnlijke grenzeloosheid ervan om kunnen gaan. In de huidige cultuur van genot en overdaad is er een dringende behoefte aan een moraal van matiging en zelfdiscipline. Zelfontplooiing gaat dikwijls ten koste van de gemeenschap en de betrokkenheid op de omgeving is ver te zoeken. Het eigen belang staat voorop en we denken *recht* te hebben op vrijheid, recht te hebben op veiligheid en geluk. In het streven autonoom te zijn dreigen we ons gevoel van

grenzen kwijt te raken. Zowel onze eigen grenzen als die van onze medemensen: we denken ons in de verworven vrijheid almachtig. Voor de concretisering en verwerkelijking van onze behoeftebevrediging mogen de grenzen van de potentiële ander overtreden worden. Dit noemt Dohmen de terreur van zelfbeschikking en de illusie van de keuzebiografie.

Tegenover zelfbeschikking noemt Dohmen zelfbepaling als een positieve invulling van de persoonlijke verantwoordelijkheid. Een houding van zelfbepaling geeft rekening van de maatschappelijke context en draagt het besef dat we als individuen sterk gevormd worden door onze omgeving, sterker: dat we er van afhankelijk zijn. Zelfbepaling houdt in dat we rekening houden met onze eigen grenzen en beperkingen, en met de grenzen en beperkingen van anderen en met de algehele context waarin we ons bevinden. Hiermee wordt benadrukt dat levenskunst geen oplossing of recept is, en daarmee breekt de illusie van het maakbare en beheersbare leven.

Erich Fromm stelt dat het echte morele probleem van de moderne tijd is dat de mensen onverschillig geworden zijn voor zichzelf. Levenskunst als zelfzorg betekent 'proberen te leren leven vanuit een eigen levenshouding' en dat is precies het tegenovergestelde van onverschilligheid. Het gaat om een geïnteresseerde, gemotiveerde, betrokken houding op de werkelijkheid, en een doordenking van de keuzen die zich vanuit de werkelijkheid aan ons voordoen.

Levenskunst als zelfzorg is onontkoombaar sociaal van aard. We gaan banden aan met anderen en bevinden ons, gekozen, toevallig of gedwongen, in verbanden met anderen. Dohmen: '...het beslissende punt van de zelfzorgmoraal is dat het individu zich steeds zowel kritisch als empathisch, maar hoe dan ook met zorg verhoudt tot die banden.' (2008, p.184)

Zorgethiek als zorg voor de ander

Zorg kan opgevat worden als het geheel aan inspanningen dat ertoe dient een bepaalde kwaliteit van leven te garanderen (Tronto, 1993, p.103). De zorgethiek kiest relaties als vertrekpunt en benadrukt zowel houding als praktijk. Dat is een brede opvatting van zorg. Tronto benadrukt dat mensen zowel vrij als afhankelijk zijn, zowel kwetsbaar als

autonoom tegelijkertijd. Daarbij hoort de zorg voor de ander omdat wijzelf ook 'de ander' zijn. Iedereen heeft zorg en steun en erkenning nodig van de potentiële ander.

Zorgethiek kenmerkt zich door relationaliteit en betrokkenheid: we leven samen en hebben elkaar nodig om goed te leven. In het besef dat wij allemaal even kwetsbaar zijn, raken we betrokken op het welzijn van de ander, omdat dat het gevoel geeft van 'samen overleven'. Van Heijst vat samen *'Zorgethisch kernthema nummer één is wat mij betreft: doordenken van de volwaardigheid van de zorgbehoefte, ofwel het samengaan van waardigheid en behoefte.'* (van Heijst, 2005, p.40)

Van Heijst beschouwt zorgethiek als een perspectief dat vastgeroeste zorgpatronen ter discussie stelt in het licht van ongelijke sociale machtsverhoudingen.

Bij de bestudering van dit onderzoek beperk ik me tot de auteurs Dohmen, Vorstenbosch, Tronto, Manschot en van Heijst. Hun gedachtegoed dient als basis voor dit onderzoek. De keuze voor de bovengenoemde auteurs is niet helemaal willekeurig. Ik heb deze auteurs leren kennen tijdens mijn studie en ze zijn allen gerenommeerde schrijvers en gezaghebbende auteurs op het gebied van de levenskunst en van zorgethiek.

1.5 Relevantie

In de beginselverklaring van het humanistisch verbond wordt het humanisme neergezet als een levensovertuiging 'die probeert leven en wereld te begrijpen uitsluitend met menselijke vermogens. Het acht wezenlijk voor de mens zijn vermogen tot onderscheidend oordelen, waarvoor niets of niemand buiten hen verantwoordelijk kan worden gesteld.' (bron: www.humanistischverbond.nl/humanisme/uitgangspunten).

Humanistiek heeft twee zwaartepunten: zingeving en humanisering. Bij **zingeving** gaat het om de manier waarop mensen hun houding tegenover het leven en de samenleving bepalen. Centraal staan vragen als: Wat is de zin van het leven? Overkomt de zin mij of kan ik zelf mee de richting bepalen? Wanneer is leven voor mij de moeite waard?

Bij **humanisering** richt de studie zich op het bevorderen van meer humane maatschappelijke verhoudingen en omstandigheden: Hoe kunnen we het geweld en de onrechtvaardigheid in onze wereldmaatschappij (global village) tegengaan? Hoe kunnen

wij bevorderen dat de wereld waarin wij leven voor alle mensen duurzaam menswaardig wordt? (bron: www.uvh.nl)

Mijn onderzoek naar levenskunst en zelfzorg is onder te verdelen in deze twee categorieën. De filosofie van de levenskunst tracht aan te sluiten bij de complexiteit van de werkelijkheid om het individu daarin zo goed mogelijk te ondersteunen in diens persoonlijke levenskeuzen. Bij levenskunst zijn zowel zingevingaspect als humanisering aan de orde. Het gaat om een zoektocht naar een goed, zinvol leven in een menswaardige samenleving. Geen enkele levenskunstenaar kan om de eigen waarden heen in een context die die waarden al dan niet (on)mogelijk maakt.

Zorgethiek vertrekt vanuit het punt in het leven waar individuen juist de steun en de zorg van anderen nodig hebben, en onderzoeken hoe de gever en de ontvanger in de zorgrelatie allebei tot hun recht kunnen komen. Dit sluit aan op het humaniseringaspect van de humanistiek. Zorgethiek tracht de kwetsbaarheid en de verbinding dat die kwetsbaarheid mensen zou kunnen brengen, te overdenken op een manier dat het individu in zijn waarde gelaten blijft. Ook bij de zorgethiek zijn beide dimensies in het geding. Door zorg expliciet tot inzet te maken in een samenleving van fundamenteel met elkaar verbonden mensen, streeft de zorgethiek expliciet naar een zinvolle en menswaardige samenleving.

Hiermee is mijn onderzoek in zoverre relevant voor de humanistiek dat het tracht het zingevingaspect en humaniseringaspect door de vergelijking van levenskunst en zorgethiek beter met elkaar te integreren.

1.6 Opbouw van het verslag

Aanleiding van dit onderzoek is mijn eigen ervaring met zelfzorg, en met grenzen aangeven. Juist de ervaring dat zelfzorg weliswaar hard nodig maar allesbehalve vanzelfsprekend is, en tegelijkertijd ook weer niet helemaal voldoet, heeft geleid tot de onderzoeksvraag. Antwoorden hierop zal ik in de literatuur van de levenskunst en van de zorgethiek als zorg voor de ander zoeken.

Hoofdstukken II en III zijn beschrijvend en analyserend: wat dicteert Dohmen binnen de filosofie van de levenskunst als zelfzorg; en wat dicteren Tronto, Manschot en van Heijst binnen de zorgethiek als zorg voor de ander? Iedere auteur behandelt respectievelijk

zelfzorg en zorg voor de ander vanuit een eigen perspectief. Hun argumenten dienen als basis van dit onderzoek.

In hoofdstuk IV vergelijk ik de zelfzorg van de levenskunst met de zorgethiek als zorg voor de ander: hoe verschillend zijn de twee visies op zorg? Uiteindelijk geef ik antwoord op de vraag: in hoeverre is de ethiek van de zorg als zorg voor de ander ondersteunend voor het zelfzorgconcept van de filosofie van de levenskunst?

Hoofdstuk 2

Ethiek van de levenskunst als zorg voor zichzelf

2.1 Inleiding

In dit hoofdstuk beschrijf ik de centrale concepten van de actuele levenskunst volgens Dohmen. Hij schrijft over levenskunst als het zich eigen maken van een doordachte houding in en naar het leven. In dit hoofdstuk zal ik Dohmens opvatting schetsen van de levenskunst als zelfzorg volgens de centrale thema's zelfverantwoordelijkheid, autonomie, authenticiteit en vriendschap.

2.2 Levenskunst: moraal van zelfverantwoordelijkheid

‘De filosofische levenskunst richt zich primair op zorg voor zichzelf, en wil de moderne mens leren om zelf een goed leven te leiden.’ (Dohmen, 2007, p.9)

De opkomst van de levenskunst

Dit citaat legt meteen de centrale vraag van de filosofie van de levenskunst bloot: wat is een goed leven en hoe het te leven?. Er bestaat momenteel een levendige belangstelling voor de levenskunst, ook wel bestaansethiek of zorg voor zichzelf genoemd. Het is zelfs een modevraag geworden. De Franse filosoof Michel Foucault staat aan de basis van deze filosofische interesse. De renaissance van de levenskunst manifesteert zich door een teruggrijpen naar uiteenlopende traditionele vormen van levenskunst, waaronder de Griekse levenskunst waarin een bloeiend leven centraal staat, of de Romeinse levenskunst waarin zelfstandigheid en onverstoorbaarheid de grootste rol krijgt..

Levenskunst is dus eeuwenoud en van alle tijden, omdat zij zich richt op problemen die inherent zijn aan het leven. Eindigheid, lijden, verlies, passie en noodlot zijn eigen aan de menselijke conditie, en vormen de constanten van ons onzekere bestaan. De terugkeer van de levenskunst hangt samen met het probleem van de vrijheid in onze tijd, en de bestaansonzekerheid die daaruit volgt. Omdat wij tegenwoordig zoveel vrijheid hebben, omdat wij zoveel keuzen hebben en niet meer verregaand ingeperkt worden door de waarden vanuit een bepaalde christelijke levensovertuiging en een bepaalde traditionele

maatschappelijke setting, hebben we geen keus in hoeverre wij ons wel of niet tot die vrijheid verhouden. We móeten keuzes maken om door het leven te komen, om tot iets te komen, om onszelf te positioneren ten opzichte van anderen. De vraag of wij het goed doen, zal alleen een antwoord vinden in onszelf op basis van de waarden die wij hanteren. Hoe kunnen wij ons zeker voelen van wat wij als goed en fout hanteren in ons waardekader? Door die onzekerheid vraagt het individu zich af wat het goede leven is. Hoe moet hij zijn leven inrichten? Daar gaat de filosofie van de levenskunst over. Mensen richten hun leven in volgens zeer uiteenlopende eigen waarden en waardepatronen. Daarmee lijken we een ultiem waardevol goed in handen te hebben: totale keuzevrijheid. Maar in werkelijkheid zijn steeds meer mensen nauwelijks tegen de moderne vrijheid opgewassen.

Dohmen legt dit kernachtig uit aan de hand van Fromm: De huidige filosofische levenskunst is een reactie op de zogeheten ‘malaise van de moderniteit’. Vlak na de Tweede Wereldoorlog wierp de joodse denker Erich Fromm de vraag op: ‘Heeft onze moderne tijd een eigen morele problematiek?’ Zijn opmerkelijke antwoord luidde: ‘De ware morele problematiek van deze tijd is de onverschilligheid van de mens jegens zichzelf. Men vindt deze onverschilligheid in het feit dat wij de zin voor de betekenis en het unieke van de individuele mens zijn kwijtgeraakt. We zijn onszelf als handelswaar gaan beschouwen.’ (Dohmen, 2007, pp. 9–10)

De actuele cultuurkritiek op de negatieve vrijheid

De actuele cultuurkritiek richt zich op de negatieve manier waarop mensen hun vrijheid gestalte geven. Volgens de dominante liberale marktideologie, wordt autonomie ingevuld als recht op niet-inmenging en zelfbeschikking. Wij zijn egoïstische individuen geworden die ons eigenbelang boven dat van de samenleving en de gemeenschap zetten. Typische karaktertrekken van dit instrumentele denken zijn: weinig tot geen incasseringsvermogen, weinig zelfkennis en een neiging tot zelfoverschatting. We geven ons geen rekenschap van onze kwetsbaarheid en afhankelijkheid, en weten niet wat matigheid is. Als gevolg hiervan wordt het openbare sociale verkeer onder druk gezet door grof en achteloos gedrag. In het openbare leven, in het openbaar vervoer en in uitgaansgelegenheden,

winkels en wachtruimtes zijn de fatsoensnormen ingewisseld voor directe behoeftebevrediging, waarbij de ander slechts een instrument is.

Deze cultuurkritiek gaat verder als het aankomt op onze innerlijke zielshuishouding. De tot nu toe ongekende keuzevrijheid lijkt het summum voor iedereen die er door de geschiedenis van de Westerse beschaving heen ervoor gevochten hebben, ware het niet dat het de moderne mens daar een hoge prijs voor betaalt: onzekerheid, innerlijke verdeeldheid en verveling. Dohmen geeft de volgende schets:

‘Veel mensen ervaren hun leven als laf, lauw en middelmatig. De moderne persoonlijkheid wordt gekenmerkt voor een gebrek aan samenhang en diepgang. De huidige levensloop is een keuzebiografie, wat veronderstelt dat de moderne mens op de een of ander manier vanzelf in staat is om *verschil* te maken tussen goede en slechte keuze. Dat is een misvatting. Een innerlijk verdeeld mens heeft geen duidelijke handelingscriteria en mist daarmee het zelfvertrouwen een zinvol leven te leiden.’

(Dohmen, 2007, p.11)

Zelfbeschikking in de luxe ruimte van de vrijheid moeten we blijkbaar leren! Vrijheid is geen uitgangspunt maar een opdracht en een moeizame verworvenheid. De vraag is: hoe deze vrijheid positief in te vullen en zodoende zin en samenhang in het bestaan te ervaren? Het antwoord staat niet aan de hemel geschreven en wordt ook niet meer thuis, op school, in de wijk en in de kerk geleerd en voorgeschreven. Geconfronteerd met dit verkrumelende fundament van de samenleving, stelt Dohmen een nieuwe cultuur van het zelf voor: een ethiek van zelfverantwoordelijkheid. Richting en doel van deze nieuwe publieke moraal omschrijft hij als volgt:

‘Levenskunst is een soort morele vorming ter bevordering van onze zelfverantwoordelijkheid. (...) De meest beknopte bepaling van deze zelfzorg luidt: zelfsturing met het oog op het goede leven.(...) Uiteindelijk is levenskunst gericht op het aanleren van de houding waarmee je in het leven staat. Levenskunst is een complex leerproces met als bedoeling een houding van betrokkenheid te leren.’ (Dohmen, 2007, p.12)

Inhoud van de levenskunst als zelfzorg

Tot de actuele levenskunst behoren diverse thema's, eigenschappen en vaardigheden van het individu om het eigen leerproces van de levenskunst te componeren. De voornaamste

thema's die aan bod komen zijn: authenticiteit, autonomie, geluk, genot, houding, idealen, oefenen, tijd, verantwoordelijkheid voor jezelf, vriendschap, waarden, zelfkennis en zelfzorg.

Aan het begin van deze scriptie memoreerde ik dat de terugkeer van de levenskunst nauw samenhangt met een nieuw type onzekerheid dat kenmerkend is voor het huidige leven in de late moderniteit: de onzekerheid over wat het goede leven is. Het is onze moderne worsteling: hoe van het leven een goed leven te maken voor onszelf *met* de ander. De grote verhalen die mensen voorheen in momenten van existentiële twijfel en nood houvast en troost boden, hebben wij met de verlichting in onze zelfverzekerdheid aan de kant geschoven. Over gebleven is het grote gat van de vrijheid, dat wij desperaat en ongeduldig proberen te vullen. Schmid formuleert het als volgt:

'Dilemma's zijn historisch niet nieuw, maar in de moderne tijd vermenigvuldigen ze zich. Als gevolg van bevrijding zowel innerlijk als uiterlijk, kunnen we dus van alles voelen, vinden en doen.' (Schmid, 2004, p.64)

Met onze antipaternalistische houding laten we ons niet meer de wet voorschrijven, en willen we de verworven vrijheid invulling geven door eigen waarden en zelf gekozen gedragspatronen. Maar juist met deze stijlkwestie worstelen we ook. Keuzevrijheid is dan ook geen onverdeeld genoeg. Dohmen citeert de Engelse socioloog Bauman die de postmoderne keuzevrijheid als dubbelzinning omschrijft:

'Welke keus je ook maakt, de vreugde van het kiezen wordt altijd ietwat getemperd door het vermoeden dat er vele ander keuzemogelijkheden waren die je links hebt laten liggen, Daar betaal je een hoge prijs voor; vooral in psychologisch opzicht.' (Dohmen, 2007, p.21)

Dat is de verantwoordelijkheid die nu bij ieder van ons ligt. De antwoorden op wezenlijke vragen over het bestaan, die allemaal uitgaan naar de bepaling van wat is goed en wat is minder goed, zijn niet meer vanzelfsprekend. Sinds de ontzuiling zijn we als gemeenschap op onszelf teruggeworpen, we zijn zelf de maat der dingen geworden. Wij zijn zelf diegene die beslissen of ons leven de moeite waard is. Wij zijn dus allemaal veroordeeld tot een zoektocht. 'Levenskunst kan worden opgevat als een langdurig, complex, individueel leerproces waar verantwoordelijkheid, bewust leven, eigen waarden, expressie, volharding en plooibaarheid deel van uitmaken.

Uitgangspunt is de norm dat iemand zichzelf verantwoordelijk stelt voor zijn eigen levenslot.' (Dohmen, 2007, p.22). Zo verwijst levenskunst naar een houding met twee aspecten: bewust leven en oefenen in zelfexpressie.

Bewust leven is een oefening in regelmatige reflectie op concrete persoonlijke en algemene omstandigheden en ervaringen, die je als individu meemaakt. De reflectie is gericht op zelfkennis en inzicht in eigen capaciteiten, gedragsmogelijkheden en waarden, van waaruit men keuzen maakt. Deze vorm van bewuste zelfondervraging pretendeert geen blinde vlekken en gevoeligheden op cognitieve wijze te kunnen omzeilen, door nog betere en dieper reflectie. Volgens de zelfzorg van de levenskunst dienen we ons juist regelmatig door anderen te laten adviseren, hetzij professioneel, hetzij door vrienden. Bewust leven is nagaan welke leefregels je er daadwerkelijk, dus niet alleen in je ideale verbeelding op na houdt. Gezamenlijke reflectie op de eigen waardehiërarchie is daarom van belang teneinde een waarachtig leven tot uitvoering te kunnen brengen, door vragen als: wat wil ik; waarom wil ik dat, weet ik het zeker, en zo ja, hoe?

Als men via deze vorm van zelfzorg beetje bij beetje erachter komt wat men van belang acht in het leven, dus wat men voor waardevol en goed houdt, moeten deze waarden natuurlijk ook daadwerkelijk geleefd worden. Dat wil zeggen dat men zijn overtuiging om moet zetten in gedrag, en dat men er concreet naar moet leven. Op deze manier worden de eigen waarden omgezet in concrete zelfexpressie en handelingen: het tweede aspect van de levende houding van een levenskunst van zelfverantwoordelijkheid. Er is daadkracht nodig om uitvoerend te handelen, kiezen en koers zetten. Zodoende beoefent men de zelfzorg van de levenskunst in de praktijk van het dagelijkse leven met anderen. Hiermee komt Dohmen tot een rangschikking van componenten die horen bij een levenskunst van zelfzorg en verantwoordelijkheid. De identiteit van de postmoderne mens is alsmear vluchtig. Kenmerkend is dat het individu van nu zich slechts bindt aan het moment, ze hoedt zich voor lange termijnengagements. Duurzame toewijding heeft plaats gemaakt voor flexibele inzet: slechts in het moment binden wij ons ergens aan. Het volgende moment lijkt zo niet noodzakelijk met het vorige samen te hangen. Dohmen citeert Sennet (2000) als hij schrijft, dat er weinig misverstand bestaat dat deze moment-mens behoorlijk in verwarring is over zijn identiteit. Daarom zijn zowel duurzaamheid als flexibiliteit beide aan de orde in de zelfzorg.

Het onderstaande antwoord op wat levenskunst als zelfverantwoordelijkheid en zelfzorg behelst geeft een flexibel programma voor de naar een duurzame identiteit strevende levenskunstenaar:

Ken jezelf. Ontwikkeld een goed zelfbeeld – wie ben je – wat zijn je grenzen?

Ontwikkel daadkracht. Oefen in handelingsbekwaamheid op basis van je zelfkennis. Handel en reflecteer op het resultaat van je handelingen, stel je gedrag bij. Gewoontevorming bevordert je praktische wijsheid.

Maak verschil. Onderzoek je waardehiërarchie, wat zijn je behoeften en verlangen, bepaal een rangorde – wat is het belangrijkste – leef je erna?

Kies het juiste ogenblik (kairos). Levenskunst van zelfzorg is timing – wat moet wanneer gebeuren - wat is te vroeg – wat is te laat? Hoe verhoudt je tot het tempo van het leven en tot het feit dat jouw tijd eindig is? Wat is er aan de orde, gezien het verleden, met oog op de toekomst?

Let op de context. Wij zijn altijd gesitueerd, wij begeven ons altijd in een context. Houd rekening met de regels en de eisen en de grenzen van de situatie.

Twee aspecten: controle en kwaliteit

In de levenskunst gaat het om beheer en oriëntatie. Dohmen licht toe:

‘Moderne levenskunst heeft betrekking op twee dimensie van het persoonlijke leven: controle en zingeving. Zelfverantwoordelijkheid is de poging de gang van je leven tot op zeker hoogte te beheersen en te sturen, door een groter aandeel te nemen in de richting en de kwaliteit van je leven op basis van je eigen interpretatiekader en de daarop toegesneden handelingsbekwaamheid.’ (Dohmen, 2007, p.37)

Zorg voor jezelf betekent dat je jezelf geestelijk weerbaar maakt door op een fundamentele manier aandacht te hebben voor hoe je je leven vormgeeft, en bewust te zijn van hoe je omgaat met hetgeen je *niet* vorm kunt geven. Vanuit zelfzorg neem je jezelf in beheer, en leef je actief vanuit een bepaalde levenshouding. Het verlangen naar controle blijft omdat we beseffen dat we onontkoombaar, continu keuzen zullen moeten blijven maken. Vanuit die bewuste houding ontstaat het gevoel van controle, het gevoel

dat je het spel beter beheerst, en daardoor inzicht hebt in welk keuzerisico je aandurft, en welke je links laat liggen. Mensen blijven echter kwetsbare en afhankelijke wezens. De winst van de contemplatie van de zelfzorg schuilt in het bewustzijn van deze soorten afhankelijkheid. We zijn kwetsbaar omdat we begrensd zijn, en we zijn begrensd omdat we kwetsbaar zijn. Dohmen poneert dat zelfverantwoordelijkheid een vorm van verzoening met dit lot is. We kunnen ons niet ontdoen van onze begrenzingsen maar we kunnen door toegewijde oefening in zelfreflectie en handelingsbekwaamheid zo goed mogelijk met die begrenzingsen leven. Het geeft een gevoel van controle als men weet wat men graag wil en niet wil, en hoe men dat voor elkaar kan krijgen zonder overtreding van eigen en andermans grenzen, dus het liefste in samenspraak. Zelfzorg van de levenskunst is ten slotte een sociale aangelegenheid.

Naast onze controlebehoefte, beantwoordt zelfverantwoordelijkheid eveneens aan het verlangen naar betrokkenheid en kwaliteit. Naast succes, behoeftebevrediging en de kans om minder fouten te maken, verlangen we evenzeer naar een waardevol leven. Een leven dat zin en betekenis verleent aan onze existentie. ‘Zelfzorg heeft betrekking op het besef dat je identiteit op het spel is. (...) Zelfzorg verwijst naar de ontdekking dat je eigen leven meer is dan het bevredigen van behoeften en oplossen van conflicterende verlangens. (...) Het hoort fundamenteel tot de menselijke identiteit dat we evaluatieve wezens zijn die hun verlangens kunnen beoordelen. (...) De mens is behalve een reflectief en handelend ook een waarderend, ‘evaluatief’ wezen en als zodanig in staat zijn eigen en andermans leven te evalueren.’ (Dohmen, 2007, pp.40 – 41).

In de volgende twee paragrafen zal ik de beide aspecten van autonomie en authenticiteit uitvoerig bespreken omdat het verlangen naar controle en naar zingeving de twee belangrijkste aspecten zijn van een houding van zelfverantwoordelijkheid. Deze eigen invulling van levenskunst is bovendien altijd gesitueerd en daarom sluit ik af met een paragraaf over het belang van relaties, in het bijzonder het belang van vriendschappen. De context van levenskunst verwijst naar temporaliteit en gesitueerdheid, en met name dit laatste aspect wijst vooruit naar het sociale karakter van de levenskunst.

2.3 Zelfzorg als autonomie

Autonomie is een van de belangrijkste moderne waarde, en is een van de hoekstenen van de levenskunst als zelfzorg. Dohmen plaatst autonomie in de humanistische traditie:

‘Het humanisme is van oudsher de levensbeschouwing bij uitstek die de versterking van de geestelijke weerbaarheid van de moderne mens beoogt. Daarom heeft het zich altijd verzet tegen allerlei vormen van dwang, paternalisme en bevoogding. Intussen mag het natuurlijk niet blind zijn voor de actuele malaise van de moderniteit en voor het ontbreken van een werkelijk beschavingsoffensief. Als het actuele humanisme wil vasthouden aan het beginsel van autonomie, zal het om te beginnen de positieve vrijheid van mensen moeten bevorderen.’ (Dohmen, 2007, p.133)

Autonomie ingevuld als negatieve vrijheid

Met de nadruk op de positieve invulling van autonomie opgevat als zelfbepaling en bewustzijn van eigen waarden, in plaats van een negatieve, defensieve invulling opgevat als zelfbeschikking en niet-inmenging, wil Dohmen autonomie als uitgangspunt van een nieuwe cultuur van zelf in de schijnwerpers zetten. Hij schets het probleem met autonomie als volgt:

‘Sinds enkele decennia wordt overal om ons heen het liberale pathos van de zelfbeschikking en (keuze)vrijheid gepropageerd. Dagelijks wordt via de media gesuggereerd dat die vrijheid ook echt zou bestaan en dat moderne mensen op die manier autonoom zouden moeten en kunnen zijn. Tegenwoordig zet we graag stevig in op onafhankelijkheid. (...) Deze dominante liberale ideologie, waarin autonomie wordt opgevat als zelfbeschikking en niet-inmenging, doet ons vergeten dat zelfs het meest moderne individu zich altijd in velerlei vormen van afhankelijkheid en kwetsbaarheid bevindt. Mensen beschikken nooit helemaal over zichzelf en soms zelfs helemaal niet over zichzelf. (...) Moderne individuen kennen regelmatig hun beperkingen niet en zijn daardoor geneigd om zichzelf te overschatten.’ (Dohmen, 2007a, pp.65 – 66).

Het is dus alles behalve makkelijk om als individu de juiste manier van autonomie toe te passen op de mogelijkheden en begrenzingen die ons in de context gegeven zijn. Dohmen wijst autonomie als onafhankelijkheid geheel van de hand: ‘De opvatting van autonomie

als het streven naar onafhankelijkheid is een ernstige karikatuur die door geen enkele humanist zal worden gedeeld. (...) Wij moeten leren om met onze moderne vrijheid om te gaan: wanneer is niet-inmenging aan de orde en waar is zelfsturing vereist? Dat vraagt een nieuwe cultuur van het zelf.' (Dohmen, 2007a, p.66)

De term van niet-inmenging houdt in dat elke autoriteit gewantrouwd wordt, wij zijn zo angstig voor paternalisme en voor remmende, normerende meningen van anderen dat we megalomaan denken alles zelf te kunnen beslissen. (Dohmen, 2007a)

De consequenties zijn verreichend: 'Wanneer autonomie wordt opgevat als zelfbeschikking en zelfbeschikking de moderne omschrijving is van onafhankelijkheid en zelfredzaamheid, dan heeft dit grote gevolgen voor de omgangsvormen tussen mensen. Als zelfredzaamheid de norm is, dan moeten mensen zich ook zien te redden met hun twijfels, angsten en onzekerheden wanneer ze geconfronteerd worden met de eindigheid of kwetsbaarheid van hun bestaan. (...) Zo'n opvatting van autonomie werpt de moderne mens geheel op zichzelf terug en dreigt hem op te sluiten in zijn eigen eenzaamheid.' (Dohmen, 2007, p. 132)

Autonomie ingevuld als positieve vrijheid

Autonomie opgevat als het idee dat wij zelf alles in de hand hebben als we maar genoeg bijdehand zijn, werpt de illusie van maakbaarheid op. Juist het moderne maakbaarheids-ideaal, dat voorschrijft dat jezelf verantwoordelijk bent als kje niet bereikt wat je wenst, is de bestaansreden van de filosofie van de levenskunst. 'Een humanistische filosofie van de levenskunst staat nu juist kritisch tegenover overspannen verwachtingen ten aanzien van de maakbaarheid van het leven. Zij staat vooral kritisch tegen het illusionair beheersings-denken in termen van menselijke almacht. Levenskunst is geen ego-project. Zij verwijst eerder naar een vorm van zelfbeheer waardoor egoïsme, onverschilligheid en rancune juist minder waarschijnlijk wordt.' (Dohmen, 2007, p.153)

Het denken over autonomie volgens de levenskunst is juist inclusief de kwetsbaarheid die de *condition humaine* is. Vanuit het besef van die kwetsbaarheid zijn de grenzen van de individuele macht juist een ontdekkingsreis: waar liggen de grenzen, hoe interpreteer ik een (complexe) situatie, hoe ga ik om met emotie, hoe voer ik een gesprek, hoe verhoud ik mij tot afzien, pijn, verlies en uiteindelijk, tot de dood? Het is een misverstand als men

denkt dat de filosofie van de levenskunst hier een definitief antwoord op geeft, zij zet juist aan tot zelfonderzoek als zelfzorg, en stimuleert de bereidheid tot gesprek over deze gedeelde levenssituatie.

‘Levenskunst is juist nodig om zich te kunnen verhouden tot situaties waarin men geheel of gedeeltelijk machteloos is.’ (Dohmen, 2007, p.153)

Zelfzorg is het bewustzijn van de verschillende soorten afhankelijkheid waarbinnen we leven. Zelfverantwoordelijkheid betekent dat je probeert meer controle te krijgen over jezelf op basis van goed zelfbeheer (Dohmen, 2007, p.39). Het verlangen naar controle komt met het besef dat we ons hele leven door keuzen zullen moeten blijven maken, het kiezen als bewuste activiteit houdt nooit op. Het leven is niet op een gegeven moment af, en de existentiële risico's blijven opdoemen. Autonomie is een menselijk vermogen dat idealiter moet leiden tot een toestand van positieve vrijheid, en de zelfzorg is de weg daartoe. Het verlangen naar controle is de eerste dimensie van de levenskunst als zelfzorg. De tweede dimensie van de levenskunst als zelfzorg is het verlangen naar kwaliteit

2.4 Zelfzorg als authenticiteit

Zelfverantwoordelijkheid is naast een behoefte aan controle en zelfbeheer, ook een verlangen naar zin en kwaliteit. Met de controle pogen we richting te geven aan ons leven; met de behoefte aan kwaliteit pogen we zin en inhoud aan te brengen. Met het besef van welke aspecten van het leven we wel en niet kunnen beïnvloeden en controleren, toetsen we in hoeverre we concrete besluiten en wensen kunnen realiseren. Hoe handelingsbekwaam zijn we? Met het verlangen naar kwaliteit, zoeken we onze verlangens op – waarin schuilt de zin van mijn leven? (Dohmen, 2007, p.40)

Antwoorden op deze twee vragen kunnen we niet klakkeloos van anderen afkijken, of van onze naasten – opvoeders – vrienden – partners overnemen en kopiëren, omdat alleen wij onze eigen verlangens kunnen realiseren. 'Zelfzorg verwijst naar de ontdekking dat je eigen leven meer is dan het bevredigen van behoeften en conflicterende verlangens. De diepere dimensie van de levenskunst is het ontdekken en bewaken van de kwaliteit van je leven. (...) Het hoort fundamenteel tot de menselijke identiteit dat we evaluatieve wezens zijn die hun verlangens kunnen beoordelen.' (Dohmen, 2007, p.41) Door onze waarden

uit te drukken, geven we substantie aan het bestaan. Omdat we als mensen evaluatieve wezens zijn, dat wil zeggen dat we naast het handelen en reflecteren op dat handelen, ook in staat zijn om ons eigen en andermans gedrag en keuzen te waarderen, komen we er niet om heen ons tot de kwaliteit van het leven te verhouden.

Dohmen baseert zich hier en in zijn verdere betoog over authenticiteit op Taylor, die spreekt van een 'verantwoordelijkheid tot zelfevaluatie' (Dohmen, 2007, p.41)

Taylor voert hier een cruciaal punt op, namelijk het verschil tussen zwak evalueren en sterk evalueren. Wie voornamelijk bezig is zijn leven te controleren, evalueert zijn bestaan in zwakke termen. De evaluatie van wat je wilt en doet, wordt gewaardeerd in instrumentele termen van beheersing: wat levert het mij op? De afstemming beperkt zich tot doelen en middelen met oog op een zo aangenaam mogelijk leven (Dohmen, 2007, p.41). De vraag naar de kwaliteit van de afstemming en het streven, blijft achterwege.

Men kunst spreken van oppervlakkigheid. Wie sterk evalueert, stelt zich de vraag: wat is de waarde hiervan? Vind ik dit op substantiële wijze aan mijn leven bijdragen? Of is het een hier-en-nu bevrediging? Voorbeeld: wil ik meteen veel geld verdienen ongeacht de inhoud van mijn baan, of vind ik de invulling van mijn dagelijks leven belangrijker dan de maandelijkse saldo op mijn bankrekening? 'De sterke evaluatie wordt uitgedrukt in een kwalitatieve taal van hoog versus laag, oppervlakkig tegenover diep. Dit is de taal van het verschil, de taal die verschil maakt en die onverschilligheid uitsluit.' (Dohmen, 2007, p.41) Wie zich bewust is van de verschillende lagen in de waarden die hij of zij in de praktijk van alledag hanteert, verdiept zijn/haar verhouding tot de werkelijkheid. 'Het diepste menselijke verlangen is het verlangen trouw te zijn aan jezelf, en op zoek te gaan naar je eigen normatieve kader.' (Dohmen, 2007, p.42)

Wie deze vorm van zelfzorg toepast, is per definitie betrokken bij zijn eigen bestaan, en maakt betrokken, overwogen keuzen op basis van de gedachten: wat is beter: A of B? Waarom kies ik, wat ik kies? Hiermee is de hoofdader van de zingevingsdimensie binnen de zelfzorg volgens de filosofie van de levenskunst blootgelegd. Dohmen vat samen: 'Wie de verantwoordelijk op zich neemt voor de gang van zijn leven, betreedt de hachelijke weg van het waarderen. Daarmee is zelfzorg meer dan een proces van reflectie, zelfkennis, aandacht en bewustwording. Zij is ook meer dan het vermogen om vaardigheden te ontwikkelen en te leren om vanuit zichzelf te handelen en te leven.

Zelfzorg verwijst naar kwaliteit, naar leven vanuit je zelf, vanuit een eigen rangorde van waarden, kortom: naar authenticiteit.' (2007, p.43)

Dit alles betekent niet dat authenticiteit een evidente keuze is. Het is hard werken aan een eigen levenshouding, die wij niet automatisch bezitten. Laatmoderne authenticiteit wordt al gauw narcistische zelfverwerkelijking. Trouw zijn aan onszelf lukt ons niet volgens het liberale principe van de zelfbeschikking, wij hebben ons ego simpelweg niet in toom en zijn onvoldoende in staat op positieve wijze invulling te geven aan het leven. Wij hebben niet geleerd met anderen rekening te houden. We tolereren doorgaans geen correcties op onze keuzen en ons gedrag. Daarmee wijzen we de culturele voedingsbodem af die ons nu juist dient te vormen (Dohmen, 2007, p.174) . Wij verzuimen tot volwassen mensen uit te groeien en kiezen kinderachtig opstandig te blijven in de zoektocht naar onszelf. We raken los van gemeenschappelijke, culturele en traditionele kaders en weten onszelf vervolgens niet te kaderen. We binden ons niet aan zaken die onszelf overstijgen, en die daarmee potentieel een overkoepelende, levensbeschouwelijke waarde voor ons dragen, omdat we onszelf zo belangrijk maken, en niet geleerd hebben binnen onze grenzen te functioneren. Deze narcistische concentratie op het zelf heeft geleid tot een verwaarlozing van solidariteit en burgerschap. We plaatsen onszelf vóór de gemeenschap. Zelfs in relaties zetten mensen zichzelf eerst: de ander wordt een instrument in de eigen zelfverwerkelijking. Dohmen concludeert: 'Het hedendaagse individualisme betekent in de praktijk dat veel mensen zichzelf in toenemende mate gaan definiëren los van traditionele, gemeenschappelijk kaders: ik ben de maat alle dingen!' (2007, p.174) Authenticiteit volgens Taylor en Dohmen veronderstelt juist grenzen van buiten. Zoiets als onbegrensde keuzemogelijkheden bestaat niet, dat is een illusie. Wij zijn allemaal product van onze omgeving. De kern van de zaak is dat iedereen de keuzen moet maken tegen de achtergrond van bestaande kaders en vanuit een zekere persoonlijke vrijheid. Wie of wat iemand is, laat zich alleen bepalen tegen de achtergrond van de natuur, cultuur en samenleving, geschiedenis en politieke kaders. Authenticiteit verwijst naar de motivatie van waaruit je handelt en oordeelt. Het is een houding van non-conformisme die tegelijkertijd *niet* per se antiautoritair is. Het punt is,

dat het individu zich bewust is van zijn drijfveren, van wat bij hem/haar past en daar overeenkomstig naar handelt.

Authenticiteit is dus niet gelijk aan originaliteit en oorspronkelijkheid. Als authentiek individu begrijp ik dat ik niet de uitvinder en schepper ben allerlei waarden, en dat ik niet voor het eerst in de hele wereldgeschiedenis bepaalde gedachten heb, en bepaalde handelingen doe, ook al heb ik ze zelf gekozen. Bepaalde contexten zijn *gegeven*, Taylor noemt dit onze 'morele betekenishorizon'. Zo zijn de gevestigde waarden binnen de westerse cultuur eerlijkheid, dankbaarheid en rechtvaardigheid. Wij steunen allemaal op die gezamenlijke horizon van waarden. Bij authenticiteit is de subjectieve houding waarmee iets gedaan wordt tegendie achtergrond van een gegeven horizon van waarden, van doorslaggevend belang. Fundamenteel is authenticiteit een vorm van gemotiveerde betrokkenheid. Een houding van waarachtigheid verwijst naar een vorm van evalueren.

Authenticiteit als sterke evaluatie kan alleen bestaan bij de gratie van de eisen die de omgeving aan ons stellen. Dat wil zeggen, we kunnen slechts onze waarden waarmee we sterk evalueren, binnen de context van onze omgeving afwegen en kiezen. 'Ik ben niet de maat der dingen, aldus Taylor, er zijn heel veel zaken die er per se toe doen, ook voor mij!' (Dohmen, 2007, p.175)

Conclusie uit deze schets van de situatie van de moderne mens en tijdsgeest, is dat niemand zich aan de dialoog kan onttrekken. Dit is geen weloverwogen aanbeveling, dit is een imperatief! Willen wij kans maken uit te groeien tot authentieke individuen, en kans maken op een zinvol bestaan, dan *moeten* wij het gesprek over goed en slecht met onze omgeving aangaan. Zelfzorg betekent dat we ons per definitie tot de heersende betekenishorizons en morele kaders verhouden. Als wij in staat zijn te kiezen hoe wij ons tot de omgeving verhouden, hebben wij onze gedragsopties op een niet-defensieve manier kunnen vormgeven, en daarmee bevrijden we juist onszelf uit de illusie dat het systeem de vijand is dat ons persoonlijk levensplan bedreigt, waartegen wij ons slechts kunnen verzetten. Juist bij de gratie van deze eisen vinden we een gepaste vorm van authenticiteit, vanuit betrokkenheid en in onderlinge dialoog.

Zelfzorg volgens de filosofie van de levenskunst berust dus op het ideaal trouw te zijn aan jezelf. Maar dat ben je niet zomaar. Het is een leerproces met de dialoog als drijvende kracht. Wie spreekt met wie in die dialoog? Het is een uitwisseling tussen de innerlijke waarden van het individu en de visie van de buitenwereld. Het leerproces is tweeledig: eerst legt men de weg van introspectie af: de weg naar binnen om 'je innerlijke rangorde van waarde te raadplegen'. (Dohmen, 2007, p.180) Hier moet een misverstand getackeld worden: authenticiteit verwijst niet naar een stabiele innerlijke kern dat je 'eigenlijke wezen' zou moeten zijn. Het gaat erom de *weg uit te vinden*, die jij te gaan hebt. Het gaat er niet om dat *je jezelf vindt*. Al doende evalueer je je verlangens in de betreffende context, en maak je een afweging tussen min en meer belangrijke waarden.

De tweede beweging van het leerproces is het aangaan van het dialoog met de buitenwereld. Vanuit een overwogen visie, of vanuit de vraag naar 'wat is goed en minder goed en wat is slecht en minder slecht' treed je in gesprek en vindt er uitwisseling, vraagtekens en overleg plaats. Hoe past de visie van de omgeving in de waardehiërarchie die jij voor meest waarachtig houdt? Op deze manier verhoudt men zich tot de omgeving. Zo'n gesprek houdt in dat men in nieuwsgierigheid luistert naar de ander zonder de mening van die persoon, of die persoon zelf, of het instituut dat die persoon zou kunnen representeren, als een bedreiging ziet. 'Authenticiteit is de competentie om telkens opnieuw op een waarachtige manier 'binnen' en 'buiten' op elkaar af te stemmen. Het verwerven van die competentie is levenskunst. Op die manier verwijst het begrip authenticiteit naar een vorm van sterke subjectiviteit.' (Dohmen, 2007, p.181).

Sterke waardevaluaties dienen dus een zekere mate van congruentie te hebben: de eigen binnenwereld is getoetst op de buitenwereld, en men komt uiteindelijk tot een handelingsoptie die de toets van de context doorstaan heeft. Waarachtigheid betekent niet dat niemand zich met jouw mening bemoeit heeft. Het betekent juist dat je binnen jouw gegeven context, samen met anderen nagedacht hebt over wat voor jou, het meest van belang is. De omgeving en daarmee je medemensen hebben een rol gespeeld bij de vorming van jouw waarden. Ze vormen niet een bedreiging, je hoeft je niet tegen het systeem af te zetten maar kunt je in je denken en handelen, en met je vocabulaire in positieve, krachtige wendingen er toe verhouden. Het gaat om de doorleefde instemming

vanuit het besef dat men een keuze heeft. Als men zich afzet tegen de mening van anderen, of het systeem, of de regels etc. dan laat men zien dan men over weinig keuzemogelijkheden beschikt. Zodra men durft te experimenteren, de echte dialoog durft aan te gaan en de omgeving niet als een bedreiging ziet, ontstaat er automatisch meer ruimte om een stevige eigen waardehiërarchie te ontwikkelen. Authenticiteit gaat ten slotte over de kwaliteit waarmee men de eigen ruimte invulling geeft; niet over het bewaken van de eigen ruimte.

Het verlangen naar zelfverantwoordelijkheid wordt op gang gebracht door de ontdekking van wat de kwaliteit van het individuele leven inhoudt. Het is een persoonlijke waardering van wat er in het eigen leven er toe doet, en de ontdekking dat het leven meer is dan een reeks functionele handelingen en omstandigheden gericht op groots mogelijk aangenaamheid. 'Zelfverantwoordelijkheid verwijst ook naar het verlangen niet oppervlakkig te willen zijn en volkomen samen te vallen met je genoegens en ongenoegens.' (Dohmen, 2007, p.42) Daarmee ontstaat de behoefte aan onderscheid tussen zwak en sterk evalueren.

Wij hebben allemaal het vermogen onze verlangens af te wegen, volgens Taylor kan dit op twee manieren gebeuren. We kunnen zwak evalueren of we kunnen sterk evalueren. Zwak evalueren is een afweging maken tussen twee verlangens uitgaande van een instrumenteel belang: wat levert het mij aan controle op? Sterk evalueren vertrekt vanuit een substantieel waardekader: hoe draagt dit bij aan de zin van mijn bestaan? In hoeverre vind ik dit goed of slecht, los van wat het mij oplevert? Als het individu onderzocht heeft wat zijn drijfveer en motivatie is, kan een sterke evaluatie leiden tot gepast handelen. Het neemt het gevoel van pure toeval en willekeur in de inrichting van het eigen leven weg. (Dohmen, 2008, p.175) 'Degene die aan zelfzorg doet in de zin van hogere-orde reflectie, heeft zich een grotere vrijheid verschaft om samen met anderen naar eigen behoeften, verlangens en waarden te leven.' (Dohmen, 2008, p.168)

Omdat wij authentieke keuzen niet alleen maken maar in afstemming op onze omgeving, en ons oordeel toetsen aan het oordeel van anderen, hebben we betekenisvolle anderen

nodig. Dit brengt me naar het derde en laatste belangrijke aspect van de zelfzorg volgens de filosofie van de levenskunst, die van de relaties in de vorm van de vriendschap.

2.5 Levenskunst en relaties

Levenskunst is samenlevingskunst. Zoals gezegd is het een illusie te denken dat we volkomen zelfstandige, autonome individuen zijn die telkens oorspronkelijke ideeën hebben en unieke keuzen maken. We leven met elkaar en bouwen op elkaar.

De Duitse filosoof Wilhelm Schmid omschrijft levenskunst als de beheerste relatie met jezelf, die de mogelijkheid biedt jezelf houvast te geven en je open te stellen voor anderen (Schmid, 2004, p.15)

De wezenlijke taak van de levenskunstvragen is dat wij ons leren verhouden tot de verschillende stukken in onszelf, dat het geheel maakt. Schmid noemt dit de ‘wij in jezelf’. De psychologie noemt dit meerstemmigheid. Een onderdeel van goede zorg voor jezelf is de integratie van je eigen verschillende ikken tot een wij, zodat je eerst goed met jezelf samen kunt leven, en op basis daarvan goed met anderen samen kunt leven. Wie de omgang met zichzelf vorm kunt geven, heeft grote kans van slagen de omgang met anderen gestalte te geven. Op die manier wordt er dubbel werk geleverd: innerlijk leef je met de ikken in jou, en uiterlijk geef je in interactie met anderen uiting aan de ikken in jezelf. Als het individu erin slaagt congruent te leven met diverse stukken van zijn persoonlijkheid, ontstaat er samenhang. Samenhang is de kern van zingeving, en de vragen die de motor van de levenskunst zijn, worden gevoed door het streven naar zin. Het moderne individu moet die zelf genereren.

Vrijheid tot kiezen is een groot goed en tragisch tegelijk: de vrijheid als bevrijding ontredert en ontbindt de mens, en laat ons achter in de verwarring dat alles kan. We laten ons niet meer leiden door grote verhalen en religies. Religie betekent letterlijk binding. Met het verlies van de zeggingskracht van diverse religies, zijn we de binding kwijt, en daarmee de samenhang. Met de opheffing van diverse samenhangen leiden we zinsverlies. De mens is nu op zichzelf aangewezen voor levensoriëntatie. Daarom is de

moderniteit als overgangsfase een filosofische tijd: wij stellen opnieuw vragen naar het wezenlijke, dat in andere tijden traditioneel vanzelfsprekend was (Schmid, 2004, p.12) Ik citeer Schmid hier omdat hij naar aanleiding van zijn analyse van de moderniteit tot de conclusie komt dat saamhorigheid een streven is van de zorg voor jezelf: in de oprechte saamhorigheid, en daarmee binding aan de potentiële ander schuilt relativering van jezelf als solist in je eigen bestaan, en met die zelfgekozen binding ontstaat zin. (Schmid, 2004, p.18)

Volgens Dohmen hebben we allemaal inspiratie en aansporing nodig van betekenisvolle anderen. Daarom is het onderhouden van vriendschappen zo belangrijk. (Dohmen,2008, p.180) Dit idee gaat juist in tegen de karikatuur van de levenskunstenaar als egoïst, als roekeloos, leeg consument en geluks-najagende behoeftebevrediger die de ander tot object reduceert. Gemeenschapsdenkers typeren zelfzorg maar al te graag zonder ruimte voor de ander, of zonder ruimte voor loyaliteit aan gemeenschappen en zonder respect voor tradities. Dit is allesbehalve waar. (Dohmen, 2008, p.184) Zelfzorgmoraal is zowel kritisch als empathisch, en verhoudt zich hoe dan ook, met zorg tot de banden en zorgrelaties met anderen. Dohmen haalt Schmid aan als hij schrijft: zelfzorg omvat alertheid jegens narcisme en is als zodanig beducht voor gemakzucht en egoïsme. (2008, p.185) het is een misverstand dat zelfzorg alleen leuk en ontspannen is, juist door bezinning en aandacht kan afstemming op de ander ontstaan. Dohmen staat er dan ook op dat de authentieke levenskunstenaar per definitie sociaal is. De levenskunstenaar dient een houding van betrokkenheid te ontwikkelen, en vanuit zelfreflectie bindingen met anderen aan gaan om goed samen te leven. Dan pas is er sprake van echte zelfzorg.

In het verlengde hiervan besteed Dohmen in het bijzonder aandacht aan de relatie van de vriendschap. Echte vriendschap vormt samen met zelfzorg de basis van een moderne sociale ethiek. Waarom is dat? Wel nu, vriendschap heeft geen geformaliseerde vorm en structuur en biedt daarmee een unieke ruimte aan twee mensen. Anders dan in werkrelaties en intieme, romantische relaties en familiale relaties, die in de functionele en traditionele context van betekenisnetwerken aan bepaalde verwachtingen moeten voldoen, koestert vriendschap ongebondenheid als inherente waarde. De inhoud van een

vriendschap is dat wat tussen twee vrienden als goed ervaren wordt. Vrijheid is een wezenskenmerk (Dohmen, 2007, p.265) die afhankelijkheid en claimedrag expliciet verband. Echte vriendschap mag dan ontspringen aan plotselinge sympathie en een vrij verlangen naar contact, het onderhouden van een vriendschap vereist geduld en inspanning. Ook al beschik je niet over elkaars agenda en is individuele zelfredzaamheid van belang in een vriendschap, er is eveneens wederzijdse betrokkenheid en wederkerigheid voor nodig. Juist in die gekozen binding, in de trouw die nodig is vrienden te blijven door alle vormen van levensellende die zich binnen een vriendschap kan voordoen, schuilt de zin en verdiepende meerwaarde van de vriendschap. Omdat het leven niet overgenomen wordt door een vriend, maar des te meer gedeeld en meebeleefd wordt, zowel in gelukkige als ongelukkige momenten, wint het bestaan aan samenhang. Omdat we niet opgesloten in onszelf aan levenskunst kunnen doen, is de toelating van een ander in de worsteling die wij met het leven voeren, van cruciaal belang. Een vriend functioneert als spiegel en beidt steun en aanmoediging bij zelfontplooiing, en helpt de kwetsbaarheid van het leven uit te houden. (Dohmen, 2007, p.278)

Dohmen spreekt zijn bezorgdheid uit over de instandhouding van werkelijke vriendschappen in deze drukke belevenismaatschappij. Geluk is een plicht en een keuze geworden, waarmee mensen op zichzelf teruggeworpen worden en individueel verantwoordelijk gemaakt worden als ze er niet in slagen al hun wensen te verwerkelijken op precies de manier en in de mate die zij zich gefantaseerd hadden. De media kloppen het beeld van maakbaarheid, keuzevrijheid en autonomie op tot enige en zaligmakende werkelijkheid. *Lifestyle* is een keuze. Ik durf te beweren dat menig mens in deze illusie gevangen raakt en daardoor gefrustreerd en vaak alleen achterblijft, ten eerste omdat het een illusie is dat wij in totale vrijheid leven; en ten tweede omdat we daarmee niet leren om nederlagen en tegenslagen te incasseren en verwerken als een natuurlijk deel van onze werkelijkheid. Schmid vindt dat we onszelf moeten behoeden voor te hoge verwachtingen van het leven. Als succes onze enige meetlat is, dan lijden we des te meer onder mislukkingen (Schmid, 2007, p.189).

Dohmen gelooft dat deze ontspoorde tendens een maskering van de actuele leegte is. (2007, p.279) Des te meer reden om tot vriendschap op te roepen als platform voor

persoonlijkheden- en karaktervormings. We moeten elkaar behoeden voor het onrealistische idee van de totale maakbaarheid. Juist binnen een vriendschap kan het individu aan zelfzorg doen op twee manieren: als ontvanger en als geveer. Deze wederzijdse uitwisseling is niet bij voorbaat vooraf in modellen en omgangsvormen vastgelegd, en is niet oplossingsgericht. Vriendschap blijkt juist goed te werken *omdat* zij niet functioneel is maar verrijkend, ondersteunend en begrenzend. Vrienden zijn aanwezig voor elkaar zonder per se iets van elkaar te willen. Dat betekent niet dat er binnen een vriendschap geen meningen geëneerd en grenzen getrokken mogen worden. Juist de biografie van een vriend is de spiegel waarin wij onze eigen biografie graag zien weerkaatst. Door dicht bij elkaar te leven verruimen we potentieel ons blikveld en wordt het leven niet alleen verbreedt maar ook verdiept.

Dohmen noemt drie aspecten van vriendschap als levenswijze die de ethiek en cultuur ervan bepalen. De meerwaarde van vriendschappen in de vorming van de eigen zelfzorg berust op bescherming tegen onzekerheden; aansturing tot zelfvervulling en, als kers op de taart, het delen in elkaars geluk. (Dohmen, 2007, pp.280 – 283)

Het eerste aspect is erop gericht elkaar te steunen in de confrontatie met de verschillende fases van macht en onmacht, van vrijheid en afhankelijkheid. Het cruciale punt is dat we onze kwetsbaarheid nooit kunnen opheffen en dat er geen garantie is op veiligheid, hoe goed we ons leven ook inrichten. Geluk kan uitblijven; we kunnen en zullen de moed verliezen; we kunnen door tegenslag de neiging krijgen ons van het eigen leven te distantiëren omdat het ons te veel wordt, en we het gevoel van controle voor korte of langere tijd kwijt raken. Vrienden helpen elkaar aan het leven gebonden te blijven door hoop te houden, en door betrokken te blijven door ellende heen. Vriendschap kan het ondragelijke draaglijk maken.

Tweede aspect van een ethiek van de vriendschap is nieuwsgierig zijn naar elkaars diepste motivatie (zie 2.4 voor zelfzorg en authenticiteit), en samen zoeken naar wat voor hen het goede leven is. Vrienden stellen elkaar vragen, en zijn oprecht nieuwsgierig naar de keuzen van de ander met als enige motivatie het beste voor de ander te willen. Dit vergt dat vrienden elk voor zich aan zelfzorg doen, om in het zelfzorg proces van de ander deel te kunnen nemen. Het is van belang jezelf van je vriend te kunnen scheiden, en

eveneens bewust te kunnen waarnemen wanneer je met elkaar samenvalt. Allebei de manieren van samen zijn zijn legitiem, mits het individu zich ervan bewust is. Juist vrienden kunnen elkaar helpen een eigen maat te vinden en het zelfzorgproces van zelfkennis, handelingsbekwaamheid en fundamentele motivatie door te maken en soms met elkaar, soms tegen elkaar, samen een weg te vinden. Het maakt vrienden uit hoe het met hun vrienden gaan. Dit beeld is een ideaalplaatje. De minder aimabele kanten van de menselijke betrekkingen zoals jaloezie, afgunst, irritatie, ongeduld en cynisme komen uiteraard ook in vriendschappen voor. Niemand kan zich volledig indekken tegen zijn eigen menselijk aard: we zijn kleinzielig en verdragen onzekerheid en toeval slecht. We worden dikwijls onredelijk en raken verblind als het leven niet gaat zoals we gepland hadden, en verliezen ons vermogen tot reflectie. In een vriendschap moet er ruimte zijn voor deze menselijkheid. Juist als vriend kan en moet men dit opmerken en teruggeven zonder per se te willen dat de ander het meteen verandert. Het wezenlijke punt is dat vrienden elkaar zien en er voor elkaar zijn als het moeilijk is mens te zijn. Derde en laatste aspect van een ethiek van de vriendschap is het delen in elkaars geluk en ongeluk. Het verdragen van elkaars ongeluk en onredelijkheid is hierboven net omschreven. Het delen in elkaars geluk maakt het eigen leven idealiter sterker en beter omdat men door de betrokkenheid en de liefde die een vriendschap bij elkaar houdt, oprecht het beste met de ander voor heeft, en daar zelf een rijker mens van wordt.

2.6 Resumerend

Het doel van de levenskunst is een eigen levenshouding te ontwikkelen. De zelfzorg van de levenskunst vertrekt vanuit het besef dat het leven niet maakbaar is, en dat we als mensen tevens een behoefte hebben aan enige controle. Daarom is de ethiek van de levenskunst die van de zelfverantwoordelijkheid: we moeten verantwoordelijkheid nemen voor hoe we ons leven inrichten en we moeten ons rekenschap geven van onze gesitueerdheid en beperktheid. Zelfverantwoordelijkheid is naast een behoefte aan controle en zelfbeheer, ook een verlangen naar zin en kwaliteit. Authenticiteit verwijst naar de motivatie van waaruit je handelt en oordeelt. Het is een houding van non-conformisme die tegelijkertijd niet anti-autoritair is. Zelfzorg is een houding ontwikkelen

die gebaseerd is op weloverwogen waarden, die tonen wat het individu het belangrijkste vindt. Vervolgens is de oproep conform deze waarden te handelen.

Hoofdstuk 3

Ethiek van de zorg als zorg voor de ander

There is no crime that a man
will not commit in order to save
himself.

Tadeusz Borowski, 'The
January Offensive'

3.1 Inleiding

In dit hoofdstuk omschrijf ik de centrale concepten van de zorgethiek begrepen als zorg voor de ander. Tot dusverre heb ik het gehad over het zelfzorg perspectief binnen de levenskunst. Maar er is nog een ander ethiek van de zorg: zorgethiek als zorg voor de ander. Hierin gaat het om de aard van de ethiek van de zorg als moreel perspectief op de zinvolle omgang tussen mensen. Ik ben benieuwd in hoeverre de zelfzorg volgens de levenskunst haaks staat op de zorgethiek zoals bepaald door feministische auteurs en christelijke gemeenschapsdenkers. In paragraaf 3.2 zal ik een introductie geven van zorgethiek als filosofisch concept volgens auteur en filosoof Vorstenbosch. In paragraaf 3.3 omschrijf ik de praktisch en politiek zorgethiek zoals door Tronto doordacht met aanvullingen van twee Nederlandse zorgdenkers, Manschot en Verkerk. In 3.4 geef ik tot slot een evaluatie van de zorgethiek vanuit de visie van ethicus Van Heijst.

3.2 Zorgethiek als filosofisch begrip

Het woord zorg

Zorg is een woord dat vele associaties oproept. Zorg als werkwoord en als bijvoeglijk naamwoord is in de taal verweven en wordt in diverse contexten met uiteenlopende betekenissen gebruikt. Zorg is zowel een activiteit – je kunt zorgen voor en zorgen dat – als een omschrijving van een manier waarmee iets tot uitvoering gebracht wordt: zorgvuldig, zorgzaam, met zorg gedaan.

Zorgethiek heeft zich de laatste jaren een eigen niche binnen de ethische filosofie toegeëigend met een pleidooi voor contextualiteit en voor het belang van relaties en emoties. Principes en algemene regels worden kritisch op praktische bruikbaarheid doorlicht. Zorg is fundamenteel voor de kwaliteit van het leven dat we leiden. Zorg is echter niet de enige menselijke activiteit die zich voor de meting van kwaliteit van leven leent. Alle menselijke handelingen kunnen als zorgzaam of slordig, zorgvuldig of onachtzaam opgevat worden. Zorg kenmerkt en kwalificeert activiteiten en relaties, als iets met zorg uitgevoerd is, is het per definitie goed; misschien verwijst zorg zelfs naar een manier van in-de-wereld-zijn (Vorstenbosch, 2005, p.12). De cultuurfilosofie plaatst zorg binnen de massamaatschappij die zich uitgeleverd heeft aan middelmatigheid, achteloosheid, onverschilligheid, kortetermijndenken, winstbejag, snel succes, kortom, alles wat tegenover zorgvuldigheid, betrokkenheid en zorg in kwalitatieve zin behelst. De essentie van zorg is niet algemeen maar moet steeds in directe relatie met het object of subject van zorg begrepen worden, van mensen tot dieren tot het hele ecosysteem (Vorstenbosch, 2005, p.13)

Smalle en brede zorg

Vorstenbosch geeft twee definities van zorg: een smalle en een brede betekenis van zorg. Smalle zorg wordt opgevat als geïnstitutionaliseerde zorg, waar ouderen, kinderen en kwetsbaren als één doelgroep beschouwd worden. In de moderne vrijheid is zorg een last geworden die via de gemeenschap en de politiek op rechtvaardige wijze opgelost moet worden. Het individu wenst niet gebonden te worden en legt zich liever niet toe op lange

termijn doelen want dat betekent dat men zich ergens aan moet binden. Op die manier wordt zorg als *caritas*, zorg om je naasten, uit de privé sfeer gehaald. Als individuen met een privéleven worden we verlost van de verplichting om ons iets aan te trekken van de kwetsbaarheid en afhankelijkheid van onze naasten wanneer zij in de positie van hulpbehoevende zijn beland. Daarmee hoeden wij ons voor de al te intieme confrontatie met aftakeling, afhankelijkheid en uiteindelijk met de dood. Met de *outsourcing* van onze naastenliefde lijken we vrij spel te hebben gekregen richting zelfzorg.

Brede zorg is zorg die alle dimensies van een situatie, dus de omgeving, de manieren van doen, dieren en mensen includeert en laat meetellen in zijn ethiek. 'Een van de kenmerken van de zorgethiek, de stroming die 'zorg' heeft uitgeroepen tot fundamenteel moreel concept, is dat zij zich keert tegen een traditionele ethiek die uitsluitend gericht is op *geïsoleerde* handelingen en die handelingen aan regels en plichten wil binden: 'gij zult niet doden', 'gij zult niet stelen'. De zorgethiek legt de nadruk op relaties, processen, deugden en attitudes die afzonderlijke situaties en handelingen in een specifiek betekenis perspectief plaatsen.' (Vorstenbosch, 2005, p.24)

Zorgethiek is dus een visie op *hoe* mensen op juiste wijze met elkaar dienen om te gaan zodat er recht gedaan wordt aan de beleving van alle actoren in de context, zowel ontvanger als geveer. Vandaar de nadruk op de *zorgrelatie* en de manier waarop de zorg in de relatie tot uitvoering gebracht wordt. Zorgethiek dient kwetsbaarheid en rechtvaardigheid en tracht de gemeenschap sociaal te houden door de betrokkenheid op elkaar te benadrukken als drijfveer voor samenleven, en, als neveneffect, voor zelfbegrip. Omdat wij ons met elkaars wel en wee bemoeien, en daarmee op elkaar betrokken zijn, idealiter zonder dat het overmacht en bemoeizucht wordt, verkrijgen we doorleefde inzicht in de kwetsbaarheid van het bestaan, dat de gedeelde context is van ons allemaal. Zorg dient begrepen te worden als een essentiële manier waarop personen op de realiteit betrokken zijn (Vorstenbosch, 2005, p.31).

Vorstenbosch licht met het volgende citaat de precieze strekking van betrokkenheid toe: 'Iemand die zorgzaam is, doorgaans een positieve kwalificatie, is iemand die alert is op de mogelijkheid om daadwerkelijk iets voor anderen te betekenen, die een goed oog heeft

voor behoeften en noden van anderen. Men kan niet zorgzaam zijn jegens zichzelf. Het achtervoegsel – zaam wijst meestal op een sociaal aspect.’ (Vorstenbosch, 2005, p.26)

De rol van moraal bij ethisch handelen

‘Met zorg iets doen’ lijkt te maken te hebben met twee algemene aspecten van handelingen: met het feit dat handelingen, expliciet of impliciet, door regels geleid worden en met het feit dat voor het correct of voorbeeldig uitvoeren van handelingen concentratie en aandacht vereist is. Het tweede aspect verklaart dat er een verschil is tussen geautomatiseerde handelingen zoals lopen, fietsen, wandelen enerzijds, en handelingen waarin de persoon *aandacht* moet investeren zoals schrijven, oordelen, zingen en schilderen anderzijds. Die laatste handelingen zijn veel complexer.’ (Vorstenbosch, 2005, p.29)

Twee suggesties ontstaan uit dit relaas. Ten eerste, er is een relatie tussen zorgvuldigheid en de tijd die vereist is om handelingen met een zekere complexiteit aandachtig en met zorg te kunnen doen. Ten tweede, de verbinding tussen zorg en handelingen ligt in de manier waarop ‘regels’ worden geïnterpreteerd en uitgevoerd worden.

Vorstenbosch werkt in het verlengde van deze conclusie de spanning uit tussen smalle en brede zorg. Smalle zorg spreekt met de taal van de marktwerking, zorg moet efficiënt zijn, georganiseerd en maatschappelijk toepasbaar binnen de toegewezen zorgminuten; het gaat om sturing, visie en regie. Samengevat: het functionele verdringt het substantiële, de smalle zorgvisie verdringt de brede zorgvisie. Vorstenbosch merkt wel op dat de inhoud in de concrete situatie voorop staat: in de concrete zorgsituatie treedt het efficiëntiedenken op de achtergrond en treedt de verhouding met elkaar, en de aandacht voor elkaar op de voorgrond. Dit is wat Vorstenbosch bedoelt met zijn tweede suggestie van hierboven: de verbinding tussen zorg en handelingen ligt in de manier waarop ‘regels’ in de concrete context worden geïnterpreteerd en uitgevoerd. Het abstracte begrip van zorgen is technisch-praktisch terwijl een ingevuld begrip van zorg een houding bevat die mensen leiden in hun denken, inschatten en handelen, en die hun gevoelens en relaties bepaalt.

‘Zo staat een algemeen ‘breed’ begrip van zorg als een kwaliteit van ons handelen en ons vermogen om aandacht te geven tegenover een ‘smal’ begrip van zorg dat zich beperkt tot de zorgrelatie met kwetsbare individuen.’ (Vorstenbosch, 2005, p.34)

Hiermee benadrukt en expliciteert Vorstenbosch de noodzaak en waarde van de normerende kanten van het begrip zorg. Dit wil niet zeggen dat smalle zorg, volgens het maatschappelijk systeemdenken gericht op groepsveiligheid en de best georganiseerde vorm van toegepaste opvang, per definitie verkeerd is. Medemenselijke betrokkenheid in de uitvoering is *de manier* waarop de praktische zorgtaken verstrekt worden. Ethiek is in de kern het oordelen over de juistheid of onjuistheid van menselijk handelen. Moreel onjuist handelen is in strijd met een principiële norm. Het principiële karakter van deze norm wordt herleid tot de centrale en vitale belangen en idealen van mensen.

Vorstenbosch citeert de Engelse filosoof Warnock: de menselijke natuur en de menselijke situatie wordt gekenmerkt door kwetsbaarheid – voor ziektes, pijn en de dood; met beperkte hulpbronnen (om te overleven) en beperkte redeneervermogens en beperkte onderlinge sympathie. De zin van de moraal is dat het tegenwicht biedt tegen deze negatieve beperkingen; zij is een streven naar een ideaal gericht op verbetering van de menselijke situatie om zo onderlinge betrouwbaarheid en solidariteit te vergroten en samenwerking en betrokkenheid te stimuleren.

Warnock zet een realistische kanttkening bij de overspannen opvatting van zorg als attitude en ideaal: mensen zijn beperkt! Met deze observatie wordt zorg als ideaal uit de spanning van perfectie gehaald. Ondanks alle goede intenties, ondanks dat we ons best doen om ons oprecht in de ander in te leven, schieten we als medemens te kort. Het lukt ons dikwijls niet om aansluiting te vinden. Mensen zijn beperkt en ondanks de beste bedoelingen en zuivere motieven kan het in de praktische uitvoering fout gaan. Zorg om de *condition humaine* ligt in de opvatting van moraal, onze zorg dient uit te gaan naar het zorgvuldig bewaken en respecteren van deze harde kern van normen voor onderlinge relaties. (Vorstenbosch, 2005, p.24)

Tevens wordt hiermee gelegitimeerd waarom moraal zo urgent is: morele normen waarborgen het overleven, het samenleven en de kwaliteit van het leven van mensen. Als mensen zijn we niet automatisch, inherent goed en op wederzijdse veiligheid gericht,

maar instinctief op eigenbelang geprogrammeerd. Hoe stroever de omstandigheden, hoe sterker de individueel gerichte overlevingsdrang. Hier is opvallend een parallel te trekken met het humanisme als wereldbeschouwelijke beweging die twee constanten kent. Een: het menselijke aan de mens is niet zomaar aanwezig, maar is een vermogen dat ontwikkeling moet worden gebracht. Twee: een mens kan bij zijn visie en houding alleen uitgaan van eigen ervaring. (Stuij, 2008, p.9). Vooral het eerste punt benadrukt dat we als mensen bewust dienen te werken aan onze medemenselijkheid, en aan onze moraal willen we goed met elkaar *mensen*. Toch wordt de zorg hierom niet als morele zorg gezien maar als een opgave die met praktische en toegepaste vaardigheden opgelost kan worden. Daarin wordt juist de inherente waarde van zorg, namelijk oprechte betrokkenheid en aandacht voor de ander, achterwege gelaten. Vorstenbosch schrijft: ‘De scheiding tussen het algemene, iedereen bindende maatschappelijke stelsel van morele normen en bijzondere praktijken, gemeenschapsverbanden en relaties, leidt ertoe dat zorg, met zijn connotatie van emotionele betrokkenheid en concrete karakter, niet gezien wordt als een morele houding.’ (2005, p.150)

3.3 De hoofdlijnen van de zorgethiek van Tronto

De Amerikaanse politicologe Tronto schreef al in 1993 over de complexe verhoudingen die schuil gaan achter zorgrelaties. In navolging van haar publiceerden de Nederlandse zorgethici Verkerk en Manschot in 1994 een doordenking van de zorgethiek zoals die tussen het zakelijke efficiëntiedenken en de relationele betrokkenheid beweegt. Zij vroegen zich af wat de grondgedachten zijn waarmee de taal van de zorgethiek opgebouwd wordt, en vulden daarmee de gelaagde visie van Tronto aan.

De ethiek van de zorg bij Tronto

Tronto plaatst zorgethiek in de maatschappelijke en politieke context. Maatschappelijk wijst op de waarde die tot uitdrukking komt met de houding, de activiteit en de genderbepaaldheid van het zorgen. Politiek wijst op de dimensie van het zorgen dat tot uitgangspunt wordt gemaakt voor de inrichting van de samenleving.

Met zorg als ethisch concept wordt de waarde van zorg als activiteit benadrukt. Zorg is, in de woorden van Tronto, 'die typische menselijke activiteit die alles insluit wat we doen om onze 'wereld' te handhaven, voort te laten duren en te herstellen, zodat we er zo goed mogelijk in kunnen leven' (Tronto, 1993, p.103). Hoewel zorg in deze omschrijving in de eerste plaats als een handeling wordt aangeduid, gaat het er tegelijkertijd om dat die handeling vanuit een bepaalde houding of motivatie wordt gedaan. Er zijn volgens Tronto drie sleutelfeiten ('key facts') van het menselijk bestaan die als het ware de coulissen vormen waarbinnen zorgethiek zich afspeelt. Het eerste feit is dat van afhankelijkheid: wij allen gaan door fasen van afhankelijkheid en onafhankelijkheid heen gedurende ons leven. Het tweede feit is dat van de kwetsbaarheid van het menselijke bestaan: ons lichaam maar ook onze gevoelens zijn onontkoombaar kwetsbaar. En ten slotte is er het feit van de interdependentie als onlosmakelijk aspect van het menselijke sociale bestaan: we zijn wederzijds op elkaar aangewezen in het vormgeven van ons leven. Tegen de achtergrond van die feiten is zorg te begrijpen als het gezamenlijk antwoord op kwetsbaarheid en afhankelijkheid. Zorg als ethisch concept geeft als het ware uitdrukking aan een viertal waarden: (1) responsiviteit ten aanzien van zorgbehoeften, (2) verantwoordelijkheid en competentie in het tegemoet komen aan zorgbehoeften, (3) de waarde van verbondenheid en (4) de waarde van het geven van zorg

De vier stappen in het zorgmodel van Tronto zijn een goede illustratie van wat zorgethiek kan zijn:

- zorg begint met bezorgd zijn om, aandachtig zijn voor de gehele cliënt ("caring about"). Met geheel wordt bedoeld zowel fysiek als emotioneel als geestelijk als sociaal. Dit staat tegenover de oplossingsgerichtheid, de eis tot efficiëntie.
- de bezorgdheid is het vertrekpunt van het handelen, het zorgen als activiteit ("taking care of"). Het individu neemt zijn verantwoordelijkheid als medemens en laat zich aanspreken door de nood van de ander. Dit staat tegenover het denken in termen van rechten en plichten ten opzichte van elkaar.
- pas daarna spreekt zij van professioneel, competent optreden ("care giving").
- ten slotte benadrukt zij de wederkerigheid ("care receiving") (Tronto, 1993, pp.127-136).

Goede zorg wordt daarmee door Tronto gedefinieerd als op aandachtige, verantwoordelijke, competente en responsieve wijze geven en ontvangen van zorg. Met het aanwijzen van deze vier dimensies onderstreept Tronto het karakter van zorg als een proces waarin verscheidene betrokkenen op verschillende niveaus een rol spelen. Zorgpraktijken kunnen beschouwd worden als verantwoordelijkheidspraktijken, waarin de verschillende betrokkenen verantwoordelijkheid jegens elkaar en zichzelf dragen in een proces van reageren op kwetsbaarheid. De normatieve verwachtingen die voorondersteld worden in een toedeling van verantwoordelijkheden, verwijzen naar wat iemand van waarde vindt, welke rol of taak iemand zich in de zorg toebedeeld en ten aanzien van wie hij die verantwoordelijkheid heeft.

De term 'zorg' verwijst naar een bepaalde waarde in het menselijke bestaan, alsook naar een morele houding van zorgzaamheid. Voor de zorgethiek betekent dat, dat zij gericht is op het formuleren van een moreel antwoord op een bestaan dat gekenmerkt wordt door afhankelijkheid, kwetsbaarheid en interdependentie.

Zorgethiek als moreel perspectief richt de aandacht op de mate waarin mensen betrokken zijn op elkaar. Daarmee onderscheidt zij zich van een meer liberaal perspectief, waarin de mate van ongewenste inmenging punt van morele zorg is. De nadruk op relationaliteit brengt ten tweede met zich mee dat niet individuele rechten maar morele verantwoordelijkheid jegens zichzelf en anderen het moreel vocabulaire in zorgethiek vormt. Ten slotte kenmerkt het zorgethisch perspectief zich door het ontwikkelen van een bepaalde morele sensitiviteit. Inlevingsvermogen, kennis van zaken en mededogen zijn eisen die aan ieder moreel oordeel in welke praktijk dan ook gesteld kunnen worden.

Het zorgethisch perspectief richt daarmee de focus op bepaalde, soms veronachtzaamde aspecten van de sociale werkelijkheid. Het brengt waarden als vertrouwen en verbondenheid aan het voetlicht, die in andere morele discoursen gemarginaliseerd lijken.

Socratische autonomie bij Manschot

Als reactie hierop heeft Manschot de doordenking van de afhankelijkheid en onafhankelijkheid in de zorg voortgezet. In de huidige inrichting van het leven staat zorg voor elkaar op gespannen voet met het ideale zelfbeeld van de vrije en autonome mens. Dat vereist dat de autonome mens zichzelf leert zien als lichamelijk en sterfelijk

wezen.(Manschot, 1994, p.99) Door het bewustzijn van diverse afhankelijkheidspraktijken en door de aansturing op meer gelijkwaardigheid in de zorgrelaties die uit deze wederzijdse afhankelijkheid komen, vindt Manschot dat we nog tezeer in de illusie van onafhankelijkheid blijven steken. Daarmee gaan wij voorbij aan het meest existentieel wezenlijke aan ons bestaan: dat we sterfelijk zijn. Daarmee zijn we per definitie afhankelijk omdat we niet eindeloos de tijd hebben om onze levensdoelen te realiseren. Als mensen zijn we zowel vrij als afhankelijk, zowel kwetsbaar als autonoom. Daarom overdenkt hij de zorgethiek vanuit de volgende vraag: hoe kunnen wij facetten van de lichamelijke kwetsbaarheid en eindigheid integreren in ons levenspatroon als vrije, autonome mensen?

‘Het onderscheid tussen zorg geven en zorg vragen moet de problemen aan het licht brengen die voortkomen uit het feit dat de zorgrelatie een asymmetrische relatie is, dat wil zeggen, een relatie tussen ongelijken. Precies dat maakt haar in de moderne cultuur waarin in omgangspatronen gelijkheid regel is, tot een kwetsbare relatie.’(Manschot, 1994, p.108)

Tronto benadrukt *attentiveness*: spontaan en onmiddellijk betrokken zijn op zorgbehoeften en zorgsituaties zoals die zich voordoen in onze onmiddellijke omgeving, is blijkbaar geen houding en gedragspatroon dat bij de autonome mens hoort. Wij binden ons liever niet omdat we angstig zijn onze eigen handelingvrijheid daarmee te beperken. We willen ook liever geen emotionele onduidelijkheid, die dikwijls ontstaat als wij ons betrokken voelen bij het wel en wee van de ander. Betrokkenheid geeft namelijk geen duidelijke grenzen aan *hoe* betrokken we moeten zijn, en *hoe* de zorg in het verlengde van de ervaren maten van betrokkenheid uit te voeren. We moeten zelf een afweging maken en zelf de grenzen trekken. Met andere woorden, we moeten aan overwogen zelfzorg doen! De vraag is dus: kan men aan zelfzorg doen en tegelijkertijd *attentiveness* uitdragen naar de onmiddellijke omgeving? Autonomie impliceert eerder het idee dat zorgbehoeften ieders eigen aangelegenheid is. Autonomie kan gemakkelijk leiden tot onverschilligheid, ieder zijn eigen hachje. Het idee dat zorg en moraal op betrokkenheid en relaties gebaseerd zijn, sneuvelt. De verbinding wordt verbroken en afhankelijkheid en autonomie worden opgevat als twee tegenovergestelden die niet binnen een en dezelfde levenskoers te verenigen zijn.

Manschot doet een voorstel dat teruggrijpt op het socratische model van beschaving: ‘Laten we eens terugkeren naar de socratische opvatting van autonomie en de daarbij behorende conceptie van zorg. In deze opvatting (...) wordt eindig en sterfelijk zijn niet geïdentificeerd met afhankelijk zijn. De termen afhankelijk en onafhankelijk duiden op een houding die de mens tegenover de behoeften, de passies en de begrenzingen waarin de eindigheid en sterfelijkheid aandient. Onafhankelijkheid neemt toe naarmate mensen er bewuster in slagen om alle dimensies van het lichamelijke bestaan in hun levenspraktijk te integreren. Zij betreft de eigen houding tot de eindigheid van het bestaan.’(Manschot, 1994, p.114)

In het verlengde hiervan pleit Manschot voor de vriendschappen als zorgrelaties die de waardigheid van de persoon als eerste bedoeling hebben. ‘Vriendschappelijke zorg is niet gericht op rechtstreekse leniging van behoeften. Zij richt zich op de bevordering van de existentiële autonomie van de ander. In dat kader worden de behoeften geïnterpreteerd. De ander is geen object maar blijft subject.’(Manschot, 1994, p.115)

Vanuit de socratische visie zou niet afhankelijkheid maar eindigheid van het lichamelijke bestaan en het streven naar verbondenheid en zin de uitgangspunten van een theorie van de zorg moeten zijn. We moeten over eindigheid denken in andere termen dan in afhankelijkheid, de moderne zorgopvatting is daar heel eenzijdig in. ‘Terecht heeft van Asperen opgemerkt dat een gemeenschappelijk vocabulaire waarin we zouden kunnen spreken over de eindigheid van het menselijke bestaan, ons vooralsnog ontbreekt.’(Manschot, 1994, p.116) Het lijkt dat wij een doordachte zorgethiek niet durven plaatsen in het perspectief van de dood. Wij verkiezen in onze taal de noties van stuurbaarheid en zelfstandigheid boven die van kwetsbaarheid en verdragelijkheid.

Zorg en verantwoordelijkheid bij Verkerk

Verkerk plaatst de zorgethiek in een maatschappelijk kader en veronderstelt dat het individu juist zijn autonomie in een zorgrelatie bevestigd krijgt. Hoe dit te verstaan? Vanuit het kader van Tronto, die zorg opvat als het geheel aan inspanningen dat ertoe dient een bepaalde kwaliteit van leven te garanderen (Tronto, 1993, p.105), herwaardeert Verkerk de zorgethiek. Dit doet zij als kritische feedback op de vermaatschappelijking en institutionalisering van de zorg zoals die zich steeds verder voltrekt. Maatschappelijke

zorg karakteriseert zij als het geheel aan voorzieningen die individuen in staat stellen het bestaan met andere leden van de samenleving te delen, in stand te houden en idealiter, te verbeteren. Dit is zorg als inspanning. (Verkerk, 1994, p.53)

Zorg als morele houding daarin tegen, is een wijze van verhouden tot en reageren op menselijk lijden. Deze houding geeft uitdrukking aan onze verbondenheid met het welzijn van de ander en onze bereidheid tot inleven in de pijn en de worsteling van de ander, en ons verlangen iets te doen, en te betekenen voor de ander.

Vanuit de verzorgingsstaat is zorg een sociaal recht, dit doet een appel op een morele zorgstaat waarin onderlinge solidariteit en zorg voor elkaar benadrukt wordt, Verkerk bepleit dat we het zorgbegrip dusdanig moeten verbreden dat de zorghouding een wezenlijker element wordt van ons zelfbegrip en ons begrip van onze relaties met anderen.

Het contractdenken als notie voor samenleven versmalt het zorgethisch kader en de taal waarmee we uitdrukking geven aan de al dan niet morele houding die we met zorg wensen te uiten, en versmalt de notie van samenleven tot wederzijds voordeel. De samenleving behoort gelijke voorwaarden te scheppen waaronder particuliere levensplannen opgesteld en gerealiseerd kunnen worden maar daarmee is een zorgethiek niet gegoten. De ethiek van een liberale samenleving is een ethiek van rechtvaardigheid en niet een 'ethiek van het goede'; daarmee is er levensbeschouwelijke vrije keuze. (Verkerk, 1994, p.57) Het is een gelijkheidsethiek. De vraag is nu: hoe past zorg en solidariteit in dit sociaal-contract-model?

Verkerk stelt verantwoordelijkheid in wederzijdse zorg voor als alternatief zorgperspectief tegenover het dominante contractuele rechtvaardigheidsdenken voor. Het zorgzaamheidsperspectief laat zich niet begrijpen in termen van contractuele rationaliteit en onpartijdigheid, maar wel in termen van betrokkenheid, inleving en verantwoordelijkheid voor eigen behoefte.

Binnen het zorgperspectief begrijpt het morele subject zichzelf in verbondenheid met, en betrokkenheid op anderen. Relaties met anderen zijn constitutief voor de identiteit van het morele subject: gesitueerd en particulier in plaats van abstract en veralgemeniseerd in vuistregels. Het resultaat is een beter zelfverstaan waarbij het individu juist zijn autonomie via de zorgrelatie bevestigd krijgt.

Precies dit punt is overeenkomstig met de filosofie van de zorg zoals hierboven door Vorstenbosch omschreven. Morele problemen worden begrepen in termen van de verantwoordelijkheid die het individu heeft ten opzichte van anderen. De gerichtheid bij conflictoplossingen is de instandhouding van de relaties die mensen onderling met elkaar hebben.

Verkerk schrijft vanuit de gedachte dat zorg een wezenlijk deel uitmaakt van zowel ons zelfbegrip, als ons begrip van menselijke relaties. Ter ondersteuning van de gedachte dat zorg een belangrijke, nog niet geëxploreerde ingang tot onze identiteitsvorming is haalt Verkerk Taylor aan. Taylor (1989) wijst op verborgen bronnen die een breder perspectief bieden op onze identiteit zonder dat het moderniteitsdenken afgewezen wordt. (Verkerk, 1994, p.63) Op die wijze wordt zorg niet meer in oppositie gedacht met autonomie en individualiteit, maar maakt het deel uit van ons moderne zelfbegrip. Het is vooral nog verborgen wat de waarde van zorg is voor ons *samen* leven, maar door betrokken op en met elkaar te leven, kunnen we de waarde van de zorgrelatie aangaan, en zodoende onszelf beter leren kennen.

Verkerk zet dit debat voort met de gedachten van Ricoeur (1992). Hij spreekt van de mens als naaste, en wenst daarmee op beeldende wijze aan te tonen dat ons zelfbegrip onlosmakelijke verbonden is met de erkenning van fragiliteit en sterfelijkheid.

Zorgdragen is niet uitsluitend eenrichtingsverkeer waarbij de zorgende alleen geeft en de hulpbehoevende alleen ontvangt. Het is niet een asymmetrische relatie. De gever vindt in de ontmoeting van (tijdelijke) ongelijke krachten een authentieke reciprociteit. We beseffen dat we niet alleen zijn, maar een van velen. Zodoende wordt zorg dragen juist onderdeel van onze autonomie, en staat het niet gelijk aan zelfverlies en wegcijferen van eigen behoeften, of aan een onevenwichtig machtbalans. Volgens Ricoeur is de autonomie van het zelf noodzakelijk verbonden met de zorg voor naasten. (Verkerk, 1994, p.65) Als we ons iets van de levenssituatie van anderen in nood aantrekken, verbinden we ons tijdelijk met de afhankelijkheid van de ander, en leren wij ons tot onze eigen afhankelijkheid en eindigheid te verhouden, en pas daarmee kan men spreken van

autonomie. De zorg voor de ander is een waarde als zodanig geworden binnen het eigen bestaan, die tot uitvoering gebracht kan worden zonder verlies van eigen grenzen.

3.4 Evaluatie van de zorgethiek als menslievende zorg

Als laatste auteur in de rij van deze deskundigen met elk hun uitleg van zorgethiek, draag ik Annelies van Heijst aan: katholieke theologe van de Universiteit van Tilburg.

Kritiek op de technische zorginvulling

Van Heijst vraagt zich af hoe menswaardig en menslievend de huidige zorg eigenlijk is. Het is inmiddels een bekend geluid, dat de zorgverlening van vandaag de dag tekortschiet aan medemenselijke warmte. Zowel de media als theoretici benadrukken al jaren dat de gezondheidszorg geregeerd wordt door een hang naar technisch ingrijpen, juridisch indekken, wetenschappelijk jargon en financieel-economische beheersing. De taal van de zorg is er een van procedures en randvoorwaarden, niet een van zorginhoudelijke overwegingen. Wat is de meerwaarde daarvan en wat moet de kernwaarde van zorgethiek zijn, vraagt Van Heijst in haar boek *Menslievende Zorg* (2005). Daarop zal ik deze afsluitende toelichting op de zorgethiek baseren.

De zorgsector lijdt onder verzakelijking, rationalisering, functionalisering: media en theoretici signaleren zowel onder zorgverleners als zorgontvangers een onbehagen over deze procedurele vastlegging van wat goede zorg hoort te zijn. Van Heijst bepleit dat de inhoudsbepaling van goede en minder goede zorg in termen van het productiedenken over zorg verdwijnt. Zij onderzoekt vanuit haar professie als ethica, met de knowhow en ervaring als patiënt in haar privésituatie, naar hoe menswaardig en menslievend de huidige zorg in de praktijk is.

Waardigheid en behoefte

Zorg is relatiegebaseerd. Zij is een houding en een praktijk. Wat voegt Van Heijst daaraan toe? Zij poogt de drie groundbegrippen: betrokkenheid, relationaliteit en kwetsbaarheid aan te scherpen. ‘Zorgethisch kernthema nummer één is wat mij betreft:

doordenken van de volwaardigheid van de zorgbehoefte, ofwel het samengaan van waardigheid en behoefte.'(van Heijst, 2005, p.40) Juist hetgeen wat ons van elkaar verschillend maakt, maakt ons allemaal hetzelfde: namelijk, dat we van elkaar verschillen. Daar moet zorgethiek zich rekenschap van geven. Met deze visie houdt Van Heijst de huidige zorgindustrie kritisch tegen het licht.

Een puur beheersmatige opvatting over het goede strookt niet met de menselijke maat en de menselijke conditie. Van Heijst vraagt zich af hoe op zoek te gaan naar zorg op de juiste maat? Essentieel bij de menselijke maat hoort ruimte voor het ongewisse, voor het nieuwe, frustrerende en tragische. Men moet de mens durven zien buiten de protocollen van uniformiteit en transparantie. Een *totaal*greep aan gestandaardiseerde behandelplannen geeft een onmenselijke omgeving. Er moet weer ruimte komen voor zorgverleners om een persoonlijk stempel op de zorginteractie te drukken, want zorgen is in wezen interactie tussen mensen die allen uniek zijn, ook al hebben ze allerlei overeenkomsten. De concentratie moet weer terug naar de primaire zorg, waar hij nu op managementniveau op beheersbaarheid ligt (Van Heijst, 2005, p.26). Tegen de achtergrond van de massieve en onbeïnvloedbare zorgfabriek, zoals Van Heijst de zorgsector en in het bijzonder behandelende instanties en ziekenhuizen noemt, zoekt zij de ruimte voor de menslievende zorg op. Bij het doordenken van de lacunes en mogelijke verbeterpunten van de zorgfabriek, zijn het niet nieuwe richtlijnen of protocollen die als oplossing uit de bus komen. Dit denken dient eerder het sensibiliseren voor deze vraagstukken en moet ons behoeden voor een voortijdige oplossing. Als iemand even 'gefixt wordt', met andere woorden snel wordt opgelapt, is zij/hij vaak verre van gefixt. De hang naar doenerige, activistische oplossingsgerichtheid, is een deel van ons probleem en daarmee houden we onszelf in de mechanische bejegening. Heel wat mensen die naar de zorgfabriek voor behandeling komen, ervaren verdriet, onmacht en vernedering. Voor krenkingen van de ziel is er geen klachtencommissie en geen taal. Ze worden ook niet op tevredenheidsonderzoeken geëvalueerd. De zorgfabriek toetst zichzelf op gehaalde targets maar voor ruimte voor de menselijke maat bestaat geen criterium. (Van Heijst, 2005, p.34) Met deze systeemkritiek probeert van Heijst de mensen die in de zorg werken aan te spreken: zij moeten tenslotte de verandering *zijn*. Een institutie kan zichzelf niet omvormen, aldus de

cultuurfilosoof Taylor. (Van Heijst, 2005, p.36) Onvrede kan een aangrijpingspunt voor een radicalisering van de zorgethiek zijn. Deze wenst Van Heijst dor te voeren door iedereen in het zorgproces, geveer en nemeer, bij de zorgethiek te betrekken.

Van zorgfabriek naar bestaansvragen

De claim van de zorgethiek was altijd op heel de sociale werkelijkheid van het menselijk leven. Toch is zorgethiek het meest bekend geworden binnen de toegepaste professionele zorg- en hulpverlening. Maar het is ook een ethiek van het persoonlijke leven, waarin mensen met bestaansvragen over hun eigen leven en hun onderlinge verhoudingen worstelen. Mensen hebben elkaar nodig om zinvol te leven. Hier verscherpt Van Heijst het afhankelijkheidsconcept van de zorgethiek: we zijn inderdaad onderling afhankelijk. Op dat besef baseren Ricoeur en Manschot hun theorie: juist die relationele afhankelijkheid motiveert tot betrokkenheid en in de ontmoeting met de begrenzing van de ander, groeit het eigen autonomiebesef. De wederzijdse afhankelijkheid zou ons gelijk maken volgens deze redenering. Van Heijst merkt op dat afhankelijkheidsrelaties *juist* ongelijk zijn en dat dat de uitdaging is in het besef dat we elkaar nodig hebben voor een zinvol samenleven. Behoeftigheid is vaak ongelijk. ‘Om iets van het leven te maken, hangen mensen van elkaar af. Dat delen ze, en maakt dat zij over en weer iets te geven hebben.’ (Van Heijst, 2005, p.42) Zorgethiek is een *bestaansethiek* zoals ook Verkerk herhaaldelijk benadrukt in haar werk.

Ethisch zorgen vanuit betrokkenheid

Van Heijst vraagt zich hiermee af of wij tegenwoordig nog op elkaar kunnen rekenen in een samenleving waar de gezamenlijke levensbeschouwelijke overtuiging is komen te vervallen.

‘Het christelijk geloof beoogt iets te betekenen voor het reilen en zeilen in alle delen van de samenleving. Kunnen christelijke grondbegrippen zoals barmhartigheid, gerechtigheid en liefde in verband worden gebracht met wat momenteel gaande is in de zorgsector? Kan het christelijk geloof fungeren als cultuurkritiek en als cultuurinspiratie: biedt het stof tot bezinning en omvorming van de hedendaagse praktijk?’ (Van Heijst, 2005, p.47)

In een pluriforme samenleving is het christendom niet meer gebiedend – kan het wel inspirerend zijn? De praktijk van de multiculturele samenleving is dat mensen met zeer uiteenlopende visies in de zorgsector nauw samen werken; in die pluriformiteit blijkt menswaardigheid een bindende norm. Het is van belang iemands beminnenswaardigheid te erkennen. Van Heijst vestigt hiermee het wezen van de zorgethiek als een betrekking en binnen die betrekking worden dingen gedaan. Zorgethiek is dus niet sec een praktijk, maar *een manier* waarop die praktijk tot uitvoering gebracht wordt: menslievend met lef, en tijd, om oprecht begaan te zijn met elkaar. We voelen ons in de publieke ruimte niet meer spontaan aangesproken op een zorgzame reactie bij de confrontatie met iemand in nood. Van Heijst beschouwt zorgethiek als een perspectief dat vastgeroeste zorgpatronen ter discussie stelt die gekoppeld zijn aan ongelijke sociale machtsverhoudingen.

Als professionele zorgverleners durven afstemmen en vanuit betrokkenheid in de zorgrelatie staan, juist ook als die zorgrelatie professioneel van aard is, maken ze ruimte voor dat wat zorgvragers en zorgverleners echt bij elkaar brengt: een medemenselijke omgang met kwetsbaarheid en ongelijkheid. Ze introduceren de vermenselijking van de zorg in de zorgfabriek.

Van Heijst sluit af: 'Ik beschouw zorgethiek ten diepste als een cultuurkritiek op heersende waarden en op gevestigde menselijke verhoudingen' (Van Heijst, 2005, p.70) Succesvolle, gezonde, rijke, westerse blanken maken het boegbeeld en het hart van *the global city*. Oude, zeer jonge en zieke mensen belanden in de marge. 'Er is behoefte aan een nieuwe kijk op een gelukt en gelukkig leven, die haaks staat op wat men doorgaans voor gewichtig houdt.' (Van Heijst, 2005, p.71)

3.5 Resumerend

De zorgethiek is een relationele ethiek gericht op betrokkenheid. Zorgethiek betreft zowel *zorghandelingen*, als een *zorghouding*. Zorg moet zich in de concrete relatie tussen mensen manifesteren, en concretiseren. Manschot en Verkerk schrijven dat zorg in de kern van een morele houding uitgaat. Het is een wijze van zich verhouden tot en reageren op menselijk lijden, die uitdrukking geeft aan onze verbondenheid met het welzijn van de

ander en onze bereidheid tot inleven in de pijn en de worsteling van de ander. Zorg dragen drukt onze verlangens uit iets te doen, en te betekenen voor de ander. Door ons te laten aanspreken op onze medemenselijke verantwoordelijkheid om op geëngageerde wijze met elkaar te leven, en het lef te tonen een asymmetrische relatie aan te gaan, die per definitie kwetsbaar is, gaan we tijdelijk onze eigen kwetsbaarheid aan. We zijn allemaal afhankelijk van elkaar, en we zijn allemaal sterfelijk. Manschot pleit voor een verzoening met onze sterfelijkheid als het ultieme zorgbesef, dat ons motiveert om ons aan elkaar te binden, en niet door te schieten in geïsoleerde autonomie, waarbij we genoeg denken te hebben aan ons zelf, en daarmee het idee van afhankelijkheid afwijzen. Alle auteurs voeren de zorg als zorg voor de ander aan als de bereidheid eigen menselijkheid onder ogen te zien, en van daaruit juist zorgrelaties met anderen aan te gaan. Tronto plaatst het geheel van de zorg als zorg voor de ander in een maatschappelijk, cultureel en politiek kader dat gender, klasse en etniciteit overstijgt. In Tronto's visie is zorg een praktijk, een bezigheid die zich altijd binnen een sociale traditie voltrekt. Van Heijst is geïnteresseerd in de *vormen van zorgverlening* als gemeenschappelijkheid en vindt zorg dragen beslist niet een moreel neutraal gebeuren, maar een activiteit met een inherent besef van goed en minder goed. Vanuit die aanname zoekt zij naar een invulling van zorgethiek die recht doet aan de uniciteit van het individu.

Hoofdstuk 4

Conclusie

4. 1 Inleiding

Met deze scriptie ben ik op zoek gegaan naar de betekenis die de zorgethiek als zorg voor de ander zou kunnen hebben voor het zelfzorgconcept, zoals dat in de filosofie van de levenskunst ingevuld wordt. De laatmoderne levenskunst onderzoekt het leerproces waartoe we tegenwoordig veroordeeld zijn. Levenskunst als zelfzorg is een actuele moraal van zelfverantwoordelijkheid. De twee belangrijkste aspecten van deze zoektocht zijn controle en kwaliteit, volgens Dohmen uitgewerkt als autonomie en authenticiteit, zie ook 2.3 en 2.4 in hoofdstuk 2.

Zorgethiek als zorg voor de ander is gericht op relationaliteit en houdt een pleidooi voor hernieuwde betrokkenheid op elkaar in het besef dat we van elkaar afhankelijk zijn om goed te leven.

Ik heb deze twee stromingen binnen de filosofie naast elkaar gelegd met de vraag of ze elkaar aanvullen of uitsluiten. Zijn er raakvlakken? Of moet men kiezen – óf men doet aan zelfzorg volgens de principes van de levenskunst en wijdt zijn leven aan het ontwikkelen van een eigen levenshouding waarmee men zich bewust tot anderen verhoudt; óf men verbindt zich aan zijn omgeving en ontwikkelt een houding van betrokkenheid en beoefent daarmee zijn inlevingsvermogen? Staat het ontwikkelen van een eigen levenshouding volgens de zelfzorg van de levenskunst daadwerkelijk zorg voor een ander in de weg? Kun je volgens het relationele zorgethische ideaal van samenleven in het besef van wederzijdse afhankelijkheid, geen eigen levenshouding ontwikkelen zonder in egoïsme te vervallen? Is er in de huidige tijd waarin het individu op zichzelf teruggeworpen wordt als bron van zingeving, reflectie en het aanbrengen van richting en samenhang, ruimte voor differentiatie en verbreding van het zorgethische begrippenkader? Is het tegenwoordig legitiem het eigen leven met aandacht en met zorg in te richten? Ik ben nieuwsgierig of de zorgethiek als zorg voor de ander, ondersteunend kan zijn voor het zelfzorgbegrip van de praktische levenskunst.

Beide stromingen pleiten voor goed samenleven vanuit zelfverantwoordelijkheid. In deze slotsom zal ik zowel zelfzorg volgens de levenskunst als zorgethiek kritisch tegen het licht houden. Daaruit volgend zal ik in de conclusie een antwoord geven op de vraagstelling zoals aan het begin van de scriptie gesteld: *Welke betekenis kan het zorgconcept van de ethiek van de zorg als zorg voor de ander hebben voor het zelfzorgconcept van de filosofie van de levenskunst?*

4.2 Samenvatting en kritische bespreking van de zelfzorg van de levenskunst

Levenskunst is gericht op het aanleren van de houding waarmee je in het leven staat. Levenskunst is een complex leerproces met als bedoeling een houding van betrokkenheid te leren. Tot de actuele levenskunst behoren diverse thema's, eigenschappen en vaardigheden van het individu om het eigen leerproces van de levenskunst te componeren. De voornaamste thema's die aan bod komen zijn: authenticiteit, autonomie, geluk, genot, houding, idealen, oefenen, tijd, verantwoordelijkheid voor jezelf, vriendschap, waarden, zelfkennis en zelfzorg.

Bewust leven is nagaan welke leefregels je er daadwerkelijk, dus niet alleen in je ideale verbeelding, op na houdt. Reflectie op de eigen waardehiërarchie is daarom van belang teneinde een waarachtig leven tot uitvoering te kunnen brengen. Door vragen te stellen als: wat wil ik; waarom wil ik dat, weet ik het zeker, en zo ja, hoe tot uitvoering te brengen, begint het reflectieproces dat de opsporing van de eigen waarden inluit. Moderne levenskunst heeft betrekking op twee dimensie van het persoonlijke leven: controle en zingeving. Zelfverantwoordelijkheid is een bewuste houding van zelfonderzoek gestuurd door twee vragen: welke richting wil ik op, en wat vind ik van de kwaliteit van mijn leven? Het gaat hier om autonomie, om authenticiteit en vriendschap.

Kritiekpunten:

1. Levenskunst als zelfzorg biedt geen garantie op een goed leven.

Zelfzorg legt de nadruk op controle en kwaliteit, dus op autonomie en op authenticiteit, en expliciteert dat dit geen garanties levert. Echter, het is nalatig in de uitwerking van de effecten van ongeluk en onstuurbaarheid. Bij overweldigende existentiële gebeurtenissen waar we geen invloed op uit kunnen oefenen, moeten we het noodlot verdragen, maar hoe? Mensen zijn onzekere en kwetsbare wezens die verlangen naar veiligheid.

Levenskunst is transparant in zoverre dat het expliciet geen garanties biedt op geluk, noch op tevredenheid of kans op slagen. Men kan driftig aan zelfzorg doen, bewust bezig zijn met controle en met zingeving en met samenleven, en toch kan het leven mislukken. De vraag is of de levenskunst voldoende rouwverwerking biedt en ook soelaas biedt als het leven pijn doet.

2. Is levenskunst wel universeel toepasbaar?

Levenskunst als zelfzorg roept op een kunstwerk van je leven te maken door bewust te worden van eigen waarden, door in gesprek te gaan met de omgeving en op die manier goed samen te leven. Levenskunst roept op rekening te houden met context en met tijd, en vraagt het individu te leven volgens een eigen maat zonder zich te verliezen in egoïsme en oppervlakkigheid. Is dit niet een elitair project voor de erudiete bovenlaag van de maatschappij? Niet alle mensen zijn reflectief ingesteld, waar moeten die hun levenskunst zoeken? Is deze ontwerpvorm geschikt voor allochtonen? Kan zij al op school geleerd worden?

3. Waarom zou je aan levenskunst als zelfzorg doen?

Levenskunst als zelfzorg roept op tot zelfbehoud en poogt een samenlevingsethiek van deze tijd te zijn. Maar hoe motiveer je mensen tot levenskunst? Hoe zet je de eerste stap? Levenskunst is een levenslang proces van zelfonderzoek zonder garanties op slagen. Hoe kweek je uithoudingsvermogen dit een leven lang te blijven doen? Levenskunst is geen toverformule. Langzaam moet de winst ervaren worden als de eigen waarden, dus het vermogen om kwaliteit en sturing in het leven aan te brengen en zich bewust te worden van eigen grenzen, tot concrete kaders en handelingen in het dagelijkse leven omgevormd worden. Hoe maak je dat mensen uit de harde cultuur van 'ieder voor zich' stappen? Wie durft als eerste vriendelijk te zijn en zelf verantwoordelijkheid te nemen, en daarmee het

gesprek letterlijk aan te gaan en zijn vriend, collega, medereiziger aan te spreken op wat men vindt? Hoe leert de zelfzorg van de levenskunst mensen een gesprek voeren en belangrijker nog, hoe leert de levenskunst mensen naar elkaar te luisteren? De vraag is dus of levenskunst niet zelf de inspiratie mist en de volhardendheid die nodig zijn om levenskunst op gang te brengen en aan de gang te houden.

4. Is authenticiteit genoeg om de kwaliteit van het leven te waarborgen?

De *bottom line* van levenskunst is authenticiteit: leven volgens eigen waarden. Maar wat als iemand erop uitkomt dat zijn diepste waarde het eigen geluk is en dat erg privé invult en alsmat alles in eigen voordeel doet, hetzij in contacten, hetzij met materiële zaken zoals bonussen en aandelen? Kan levenskunst garanderen dat dit niet gebeurt?

Levenskunst sluit zelfzuchtig en amoreel gedrag niet uit. Het roept op tot goed samenleven met ruimte voor elkaars invulling van het goede leven maar geeft geen antwoord op wat te doen als iemand het eigenbelang te zeer op de voorgrond stelt. Vorstenbosch vindt het ideaal van authenticiteit, autonomie en reflexiviteit van de filosofie van de levenskunst te smal als criteria van zelfzorg. Een implosie van het individu dreigt zodoende. Authenticiteit dient niet zozeer een criterium of doel van zelfzorg te zijn, als wel een min of meer logisch gevolg van een naar buitengerichtheid van een individu. Dat wil zeggen dat als we in onze zoektocht naar eigen wezenlijke, kernwaarden het gesprek met onze medemensen aangaan, we op een meer reële manier voor ons zelf zorgen door de beweging van betrokkenheid en intentie tot samen leven, dat er vanuit dat gesprek gaat. De zorg voor het zelf is een weg naar buiten.

Hier is wel degelijk sprake van een sociale agenda terwijl sommige levenskunst de vrije ruimte lijkt te laten voor de invulling van wat de kwaliteit van diens leven mag worden. Volgens Taylor (1994) is de oproep tot gesprek over de gedeelde betekenis horizon, dus over onze gedeelde gesitueerdheid en culturele bepaaldheid, niet een voorstel maar een *must* wil men zich ten rechte beroepen op authenticiteit. We worden onherroepelijk bepaalt door onze omgeving, dat wat Taylor betekenis horizon noemt. De context van de eigen levenskunstkoers is vooraf gegeven. Een bezwaar tegen de levenskunst zou kunnen zijn dat menigeen tegenwoordig die context gewoon 'authentiek' aan zijn laars lapt..

4.3 Samenvatting en kritische bespreking van de zorgethiek als zorg voor de ander

Zorgethiek als zorg voor de ander is gericht op relationaliteit en houdt een pleidooi voor hernieuwde betrokkenheid op elkaar in het besef dat we van elkaar afhankelijk zijn om goed te leven. Zorgethiek als moreel perspectief richt de aandacht op de mate waarin mensen betrokken zijn op elkaar. Daarmee onderscheidt zij zich van een meer liberaal perspectief, waarin de mate van ongewenste inmenging punt van morele zorg is. De nadruk op relationaliteit brengt ten tweede met zich mee dat niet individuele rechten maar morele verantwoordelijkheid jegens zichzelf en anderen het moreel vocabulaire in zorgethiek vormt.

Zorgethiek overdenkt ook de handelingen van zorg vanuit het perspectief van relationaliteit. Zorg kenmerkt activiteit zowel als houding. De zorgethiek is een relationele ethiek gericht op betrokkenheid. Zorgethiek betreft zowel *zorghandelingen*, als een *zorghouding*. Zorg moet zich in de concrete relatie tussen mensen manifesteren, en concretiseren. Manschot en Verkerk schrijven dat zorg in de kern van een morele houding uitgaat. Het is een wijze van zich verhouden tot en reageren op menselijk lijden, die uitdrukking geeft aan onze verbondenheid met het welzijn van de ander en onze bereidheid tot inleven in de pijn en de worsteling van de ander. Zorg dragen drukt onze verlangen uit iets te doen, en te betekenen voor de ander. Door ons te laten aanspreken op onze medemenselijke verantwoordelijkheid om op geëngageerde wijze met elkaar te leven, en de durf te tonen een asymmetrische relatie aan te gaan die per definitie kwetsbaar is, gaan we tijdelijk onze eigen kwetsbaarheid aan. We zijn allemaal afhankelijk van elkaar, en we zijn allemaal sterfelijk.

Kritiekpunten:

1. Hoe bereidwillig zijn mensen om zich iets van anderen aan te trekken?

Zorgethiek doet een beroep op mensen hun inlevingsvermogen door ons allen op onze wederzijdse afhankelijkheid aan te spreken, maar hoe bereidwillig zijn mensen tegenwoordig om zich aan elkaar te verbinden? Hoe kweek je een groeibodem voor

hernieuwd verantwoordelijkheidgevoel richting elkaar? Hoe spreek je mensen aan op actie op basis van het besef van wederzijdse afhankelijkheid? Hoe voer je zorgethiek van betrokkenheid en relationaliteit in op scholen en in de gemeenschap?

2. Hoe maakt de zorgethiek wederzijdse zorg weer tot gemeengoed?

De maatschappij is individualistisch geworden. We houden amper rekening met elkaar. Een bezwaar is dat de roep om zorg niet gehoord wordt in de huidige tijd. Hoe maak je ruimte zorg in de overvolle werk- en privéagenda's van mensen? Hoe lobby je zorg weer terug in de belangstelling?

3. Wat zijn de garanties voor de juiste manier van zorgen?

Wie garandeert dat de ethiek van de zorg voor de ander niet weer omslaat in bemoeizucht? Wanneer slaat zorg om in ongewenste inmenging en bemoeizucht? De machtverhoudingen moeten goed bewaakt worden, en hoe doen we dat met zijn allen? Zelfs met de beste bedoelingen, en vanuit een oprechte houding van inleving en betrokkenheid, biedt de zorgethiek geen garanties dat mensen elkaars grenzen niet overtreden.

4. Zorg en slachtofferschap

Een laatste bezwaar is dat zorg en mededogen ook tot slachtofferschap kan leiden. degene voor wie gezorgd wordt moet natuurlijk wel op de juiste manier reageren op die zorg. Soms is het misschien beter als er even niet gezorgd wordt. Dit punt laat zien dat het bij zorgethiek niet zomaar om relaties gaat, maar dat ook en vooral om de kwaliteit van relaties.

4.4 Conclusie: in hoeverre is de zorgethiek ondersteunend voor de zelfzorg van de levenskunst?

Levenskunst als zelfzorg vertrekt vanuit een individueel project, namelijk het zoeken van een eigen levenshouding. Zorgethiek vertrekt vanuit een gezamenlijk project, namelijk betrokkenheid op elkaar. Allebei de visies pleiten voor het nemen van verantwoordelijkheid voor eigen behoeften en eigen gedrag, dus voor individuele

zelfzorg. Eveneens pleiten ze allebei betrokkenheid op en zorg voor de ander, teneinde goed samen te leven. Daarmee lijken ze elkaar geheel niet uit te sluiten, zoals eerder gesuggereerd in deze scriptie. Wat is het verschil dan? Het verschil tussen zelfzorg volgens de levenskunst en de zorgethiek als zorg voor de ander, is hun vertrekpunt. Zelfzorg als levenskunst spreekt het individu aan op zijn levenshouding en vraagt het individu bewust te worden van eigen grenzen, wensen en waarden. Dit is vervolgens de basis van waaruit men in betrokkenheid op de omgeving leeft.

Zorgethiek spreekt het individu aan op zijn gesitueerdheid als mens, als zijnde kwetsbaar en eindig. Daarmee zoekt de zorgethiek naar een gezamenlijk vertrekpunt van waaruit in betrokkenheid geleefd wordt. Dat wil echter niet zeggen dat het individu vanuit een houding van betrokkenheid zichzelf verliest, of verwaarloost. Net als het volgens de levenskunst niet wil zeggen dat mensen die zich aan het ontwikkelen van een eigen levenshouding, puur voor zichzelf gaan. Beide houdingen pleiten voor samen goed leven vanuit een eigen waarde.

Zorgethiek kan de zelfzorg van de levenskunst ondersteunen omdat het argumenten geeft *waarom* het van belang is om in betrokkenheid op onze medemensen te leven, en ons iets van elkaars levenslot aan te trekken. Als we begaan zijn met elkaar worden we er sterker van omdat het ons besef van gesitueerdheid vergroot. Als we voor een ander zorgen binden we ons tijdelijk aan diens levenslot en levenspijn. Deze beweging, dit 'zelfverlies' zou men kunnen zeggen, relativeert de eigen leefwereld, en dat behoedt ons tevens voor overmoed. De karikatuur van de levenskunst is dat van de dromer en de egoïst, iemand die continu met zichzelf bezig is, en zichzelf op nummer één heeft staan. De zelfzorg van de levenskunst benadrukt echter het belang van zelfkennis zodat we goed *met* anderen kunnen leven. Zelfzorg van de levenskunst is in de kern samenlevingskunst. Om goed samen te leven moeten we op elkaar afstemmen vanuit een houding van zelfverantwoordelijkheid. Levenskunst bepleit dat vanuit een bewuste levenshouding waar we een moraal van zelfverantwoordelijkheid voor de dag leggen. Zorgethiek bepleit dat vanuit betrokkenheid op de ander, en vanuit het bewustzijn dat we relationele wezens zijn, en elkaar nodig hebben om goed te leven.

Liefde rekt de grenzen van zelfbehoud, en vergroot onze draagkracht. Als men zichzelf niet goed kent, en onvoldoende in staat is de eigen behoefte beantwoord te krijgen, dan kan de neiging voor een ander te zorgen je uithollen, en de oorspronkelijke liefde en mededogen, in afkeer, en zelfs in haat omkeren. Mensen moeten in deze maatschappij de juiste maat leren hanteren, en belangrijker nog, een taal ontwikkelen die ruimte biedt de eigen behoefte uit te drukken op een acceptabele manier. Dit laatste noem ik omdat onze cultuur zich nog steeds kenmerkt door de christelijke waarde van naastenliefde dat eigenliefde per definitie afkeurt. We hebben gewoonweg niet geleerd naar onszelf te luisteren. Als iemand voor zichzelf opkomt wordt het al dan niet stilzwijgend afgekeurd, of er wordt niet geluisterd. Daarom schreeuwen mensen zo, om de afkeuring van de ander niet te horen en om te manifesteren dat het *heus prima is* om te nemen waar je behoefte aan hebt.

Tot slot

De ethiek van de zorg als appel vooraf aan de zelfzorg omdat het als vertrekpunt relationaliteit heeft. Wie zich goed tot anderen kan verhouden, en goed met anderen leert leven, heeft een grotere kans zijn eigen poging tot levenskunst goed te laten slagen.

De zorgethiek heeft duidelijk gemaakt dat we wederzijds afhankelijk zijn. We hebben allemaal van tijd tot tijd zorg en steun van potentiële anderen nodig. Zo ook de levenskunstenaar. Dat wil zeggen dat zorgethiek vaak nodig is onderweg in de levenskunst. Als levenskunst zorg is, betekent dat dat men zich rekenschap geeft van zijn eigen afhankelijkheid en begrenzingen, en op anderen durft te leunen vanuit het besef dat anderen dat ook bij een zelf kan komen zoeken. Dat is sociale levenskunst.

Bij de levenskunst als zelfzorg wordt gesuggereerd dat men eerst helmaal in het reine moet zijn met zijn eigen waarden en handelingstrategieën voor de ander in beeld komt. Echter, de ander verschijnt al van voor af aan op het toneel, en niet pas als de zelfzorg een houdbare levenshouding is geworden. Het hele leven is relationeel, dus ook dat van de levenskunstenaar die aan zelfzorg doet. Het mag dan ieders eigen project zijn, het is niet individualistisch.

Het is nog lang niet altijd evident dat er uit goede zelfzorg goede relaties ontstaan, of dat een levenskunstenaar zich op de juiste betrokken manier tot de ander kan verhouden. De levenskunst behoedt niemand tegen isolement of arrogantie. De levenskunstenaar kan de ander altijd nog negeren. In dit licht kan men uiteraard opmerken dat de zorgethiek eveneens door kan schieten in overbezorgdheid om de ander, en daarmee niet de grenzen van gewenste relationaliteit in de gaten houdt. Dit kan ten deels opgevangen worden door heldere communicatie en door elkaar te bevragen.

Als eindargument voor de zorgethiek als meerwaarde voor de zelfzorg draag ik het punt van goed samenleven aan. De zorgethiek houdt de levenskunstenaar bij de les want leven is samenleven. Dezelfde claim kan de zelfzorg bij de zorgethiek neerleggen: omdat leven samenleven is, is het van belang een eigen houding ontwikkeld te hebben zodat het individu niet geleeft wordt door de een ethiek van buiten af.

Literatuur

Dohmen, J.(2007). *Tegen de onverschilligheid*. Amsterdam: Uitgeverij AMBO.

Dohmen, J.(2007a). *Moderne lessen in zelfbeheer. Over de noodzaak van opvoeding tot persoonlijke autonomie*. In: Kunneman en de Wit (red.) (2007). *De autonome mens: visies op gemeenschappelijkheid*. Uitgeverij Boom/Sun en het Humanistisch Verbond.

Dohmen, J. (2008). *Het leven als kunstwerk*. Stichting Maand van de Filosofie. Uitgeverij: Lemniscaat.

Kunneman, H. (2005). *Voorbij het dikke-ik. Bouwstenen voor een kritisch humanisme*. Amsterdam, uitgeverijg SWP.

Manschot, H en van Dartel, H (red.) (2003). *In gesprek over goede zorg. Overlegmethoden voor ethiek in de praktijk*. Amsterdam: Uitgeverij Boom.

Manschot, H. en Verkerk, M. (red.) (1994). *Ethiek van de zorg. Een discussie*. Amsterdam, Boom.

Stuij, N. (2008). *Verbonden door humaniteit over de h van hvo*. Stichting HVO.

Schmid, W. (2001). *Filosofie van de levenskunst. Inleiding in het mooie leven*. Amsterdam: Uitgeverij AMBO.

Schmid, W. (2004). *Handboek voor de levenskunst*. Amsterdam: Uitgeverij AMBO.

Schmid, W. (2007). *Het volle leven. 100 fragmenten over geluk*. Amsterdam: Uitgeverij AMBO.

Taylor, C. (1994). *De malaise van de moderniteit*. Kampen Kok Agora.

Tronto, J.C. (1993). *Moral Boundaries. A political argument for an ethic of care*. New York/London, Routledge.

Van Heijst, A. (2007). *Menslievende zorg. Een ethische kijk op professionaliteit*. Kampen: Klement.

Verkerk, M. Zorgethiek: naar een geografie van verantwoordelijkheid. in: Manschot, H. en Van Dartel, H. (red.) (2003). *In gesprek over goede zorg. Overlegmethoden voor ethiek in de praktijk*. Amsterdam: Uitgeverij Boom.

Vorstenbosch, J. (2005). *Zorg. Een filosofische analyse*. Uitgeverij Nieuwezijds.

Dankt!

Een scriptie schrijf je zelf maar gelukkig niet helemaal alleen. Ik wil Joep Dohmen en Jan Hein Mooren hartelijk danken voor hun steun, aanmoediging, betrokkenheid en tijd dat buiten elk protocol en agenda om ging. Dank voor jullie inzichten en adviezen, Jan Hein voor de procesmatige steun en het herhaaldelijke bellen (!); Joep voor de inhoudelijke scherpte en inspiratie.

Mijn familie in Denemarken wil ik bedanken voor al hun steun op afstand. Voor de hilarische gesprekken over skype en de opbeurende fotoalbums over het internet. Eindelijk studeert hun oudste dochter, en grootste zus ook af!

De UvH wil ik bedanken, als bijzonder opleidingsinstituut met oog voor persoonlijke omstandigheden; en als werkgever. Ik heb buitengewoon veel genoten van mijn werk als student-assistent en als trainer op de UvH.

Verder gaat mijn dank met een grote lach uit naar vrienden en vriendinnen waar ik de laatste jaren van dit proces mijn leed en leven mee gedeeld heb. Dank voor het tolereren van mijn verwaarde verstrooidheid en afwezigheid. Dank voor opvang, voor goed koken en eten, wandelen en volhouden.

Als laatste wil ik Lucas bedanken, voor de mooie voorkant en zo veel meer!