

De Vereniging voor Filosofische Praktijk in *Filosofie & Praktijk*



In dit katern van de Vereniging voor Filosofische Praktijk (VFP) doet Hilde van Aken verslag van haar ervaringen tijdens het winterseminar 'The Art of Questioning', waar zij zich verdiepte in de filosofische praktijk van Oscar Brenifier. Daarnaast vindt u er drie boekbesprekingen: over 'Het filosofisch consult' van Eite Veening, over 'Rational suicide: Is it possible? Reflections on the suicide of Martin Manley' van David Lester en over 'Aanwijzingen voor het goede leven, over levenskunst en de zoektocht naar zin' van Erik Pool. Tot slot vindt u er mededelingen en de agenda van de VFP.

Buiten adem van het denken Over de filosofische praktijk van Oscar Brenifier

Hilde van Aken

Sinds 2011 volg ik de hbo-opleiding filosofie aan de Hogeschool Geesteswetenschappen Utrecht. Tijdens colleges over de filosofische praktijk maakten we kennis met verschillende manieren van filosofisch consulteren. De manier die Oscar Brenifier hanteert, vond ik zo intrigerend, dat ik besloot om er persoonlijk kennis mee te maken. Daartoe heb ik in maart 2014 aan het Institute of Philosophical Practices in Argenteuil (Parijs) het winterseminar 'The Art of Questioning' gevolgd. Zelden heb ik zo hard gewerkt tijdens een seminar als die week in Parijs. Ons denken werd van 's ochtends tot 's avonds, in de vorm van allerhande workshops, op de proef gesteld. Na het avondeten werden de deelnemers uitgenodigd voor een individueel filosofisch consult met Brenifier, één consult per avond. In dit artikel probeer ik aan de hand van voorbeelden uit workshops en dialogen¹ met Brenifier een indruk te geven van zijn werkwijze.

¹ De dialogen zijn vertaald en geanonimiseerd.

Wijsheid als obstakel

Hoe moet ik leven? Levensbeschouwelijke tradities en religies proberen ons verder te helpen met die vraag door te voorzien in zogenaamde wijsheidsprincipes die ons in staat stellen een beter leven te leiden. Het gaat hierbij om traditionele wijsheid die wordt overgedragen van de ene persoon op de andere. Het is kennis die jou wordt gegeven. Bij de filosofische praktijk daarentegen gaat het niet zozeer om de vraag hoe te leven maar om de vraag hoe te denken, aldus Brenifier. Het is niet de bedoeling om iemand te vertellen wat hij moet doen. Het gaat om jouw relatie tot kennis en jouw relatie tot jezelf. Filosofie praktiseren is denken over denken en dat is hard werken. Zogenaamde wijsheden zijn dan vaak juist obstakels. Een wijs persoon wil de waarheid zoeken en beschrijven. In de filosofische praktijk gaat het niet om wat de waarheid is, maar om wat werkt of waar werking van uitgaat. Het gaat bij filosoferen om een persoonlijk geconstrueerde waarheid en geen a priori-waarheid. Op de vraag aan Brenifier of hij door jarenlang filosofisch practicus te zijn wijzer is geworden, antwoordt hij dat hij vooral moe is geworden. Vervolgens vraagt hij of de vraag beantwoord is. Neen, niet echt. Dat komt, zegt hij, omdat de vraag met een bepaalde verwachting gesteld is en zijn antwoord voldoet niet aan die verwachting. Er is een verschil tussen het hebben van een vraag en het hebben van een hypothese. Heel vaak heb je een hypothese.

Unanimititeit in twee seconden

Het seminar is ervaringsgericht. De belangrijkste bedoeling van de workshops is om je kritisch te laten denken en je door denkoefeningen te laten zien hoe je denkt. Het gaat daarbij niet zozeer om het resultaat van het denkwerk maar om het denkwerk zelf en onze patronen en obstakels daarbij. We oefenen in betekenistoekenning, problematisering en conceptualisering. Een voorbeeld is de oefening *ja* of *neen*. Kun je een vraag of stelling met oftewel ja oftewel nee beantwoorden, en jezelf er op dat moment toe verbinden, jezelf als het ware beperken tot die keuze? Als een persoon niet kan kiezen tussen twee mogelijkheden en het 'spelletje' niet kan meespelen, zegt dat iets over die persoon. Het laat bijvoorbeeld zien dat hij besluiteloos is, of bang, rigide enzovoort. Vaak is er voor beide antwoorden wel iets te zeggen, maar de verschillen zijn nog niet helder, of je haalt zaken door elkaar. Deze oefening helpt om je gedachten te richten. Je kiest één antwoord om te volgen en je kijkt waar het je heen leidt. De stelling die wij voorgelegd kregen, luidde: 'Het leven is niet zwart-wit.' Een van de workshops bestaat uit een oefening om de emotie te noemen die het moeilijkst te identificeren is en aan te geven waarom deze emotie het moeilijkst te identificeren is. We gaan hier in groepjes mee aan de slag en krijgen de opdracht om tot een unanieme beslissing te komen. Eén groep komt niet tot unanimititeit. Hierover worden ze uitgebreid bevraagd, want juist dit zijn de momenten waarom het gaat. Waarom kunnen ze niet tot unanimititeit komen? Brenifier is dus niet geïnteresseerd in de resultaten,

maar in de obstakels die resultaten in de weg staan en het gesprek dat daarover ontstaat. Iedereen denkt mee, er worden verklaringen opgeworpen waarom ze niet tot unanimiteit kunnen komen en die verklaringen worden gezamenlijk geproblematiseerd. Uiteindelijk komen we erop uit dat de opdracht voor de bewuste groep een wedstrijd is in plaats van een spelletje. Hun ego's staan op het spel. Er zijn bepaalde verdedigingsmechanismen waarmee ze opgescheept zitten, zoals willen winnen, boos worden, zich als kind gedragen enzovoort. Als je op zoek bent naar de waarheid, is het moeilijk om je te scharen achter de mening van een ander. Unanimiteit kun je in twee seconden bereiken, daarvoor hoef je het niet eens te zijn. Vervolgens schrijft iedere groep de gekozen emotie op een flip-overvel met daaronder de argumenten waarom deze emotie het moeilijkst te identificeren is. De argumenten worden gezamenlijk aan een nauwgezette analyse onderworpen. Er wordt steeds enorm doorgevraagd. Het vereist opperste concentratie. Tijdens de inhoudelijke discussie gaat het vaak over het proces, over de manier van antwoorden en redeneren en wat dat over jezelf zegt. Brenifier is bijvoorbeeld in gesprek met een deelnemer en stelt een vraag. De deelnemer (Bruno) antwoordt niet meteen. Hierop ontstaat de volgende dialoog:

Oscar: *Weet je wat de vraag was?*

Bruno: *Ja.*

Oscar: *Kun je de vraag herhalen?*

Bruno stottert en komt er niet uit.

Oscar: *Als ik nu aan de groep vraag of je mijn vraag wel of niet gehoord hebt, wat zullen ze dan zeggen, ja of nee?*

Bruno: *Waarschijnlijk nee.*

Oscar: *Oké, waarom ben je eigenlijk hier?*

Bruno: *Ik denk dat ik aan iets anders dacht.*

Oscar: *Ja. Zit je vast in je eigen denkbeelden?*

Bruno: *Ja.*

Oscar: *Is dat alleen vandaag?*

Bruno: *Nee.*

Een interessante vraag

Elke avond is er een consult van circa een uur waarin één deelnemer een vraag kan voorleggen. De andere deelnemers kijken toe. Alles wordt op video opgenomen en de opnames krijg je na afloop van het seminar mee naar huis. De bedoeling van deze filosofische consulten is niet zozeer om tot een antwoord te komen, maar om te onthullen hoe jij denkt over de ingebrachte kwestie, om je andere manieren van denken over die kwestie te laten zien en om je vraag een stap verder te brengen. Brenifier laat je middels een kritisch ondervragende stijl nadenken over je vraag op een manier zoals je dat nooit eerder hebt gedaan. Hij vraagt door tot op het bot. Het kunnen open vragen zijn, maar heel vaak zijn het ja/nee-vragen, niet zelden ironisch van aard. Je antwoorden en je manier van antwoorden – aarzelingen, stiltes, non-verbale communicatie – worden grondig onderzocht.

Met een antwoord dat niet de vraag beantwoordt of niet logisch is, wordt geen genoegen genomen. Dat alles leidt tot verwarring. Vanuit die verwarring probeert Brenifier een andere manier van denken over de kwestie met jou op te bouwen. Hij leidt je naar nieuwe gezichtspunten toe. Doordat je inzicht krijgt in je manier van denken over problemen, kun je nieuwe uitdagingen die zich in je leven voordoen makkelijker het hoofd bieden, omdat je leert er met een meta-blik naar te kijken.

Wat opvalt is dat de manier waarop een gesprek verloopt vaak een spiegel is van waar het in de vraag om draait. Bij de vraag 'Waarom maak ik niet meer van mijn leven?' verloopt het gesprek vanaf het begin zeer moeizaam. De deelnemer (Irina) probeert sociaal-wenselijke antwoorden te geven, spreekt zichzelf tegen en gaat al snel het contact met Brenifier uit de weg. Ze geeft na afloop aan dat ze het een naar gesprek vond en dat ze niet van plan is om de video te bekijken. De kernconcepten die tijdens het gesprek naar voren komen, zijn: ontevreden, zwak, calculerend, de realiteit ontkennend, masker/persona. Brenifier laat zien dat het denken van de deelnemer haar zijn reflecteert. Dat begint al vanaf het eerste antwoord.

Oscar: *Heb je een interessante vraag?*

Irina: *Ik heb over meerdere vragen nagedacht. Er ...* (ze wordt onderbroken)

Oscar: *Wacht, klinkt dit als een vraag?*

Irina: *Nog niet.*

Oscar: *O, deze zin zal, op een dag, als hij groot wordt, een vraag zijn?*

Brenifier reageert hier ironisch, maar heeft mogelijk ook al een kern te pakken van waar het om draait: ooit, als ze 'groot' wordt, gaat ze iets van haar leven maken.

Oscar (aandringend): *Heb je een vraag??*

Irina (na een stilte van 10 seconden): *Oké. Waarom maak ik niet meer van mijn leven?*

Oscar: *Klinkt dit als de vraag van een tevreden mens?*

Irina: *Nee.*

Oscar: *Dus je bent een ontevreden persoon.*

Irina: *Ja, ik ...* (ze wordt onderbroken)

Oscar: *Dit weet je, dat je ontevreden bent? Waarom kun je niet tevreden zijn?*

Hier vindt de eerste conceptualisatie plaats, van waaruit een gedachtegang over de vraag ontwikkeld zal worden.

Emotionele chantage

In een ander gesprek laat de deelnemer (Liz) heel specifiek non-verbaal gedrag zien. Ze heft haar handen omhoog en laat ze weer zakken, ze zit aan haar bril en ze zucht als ze bepaalde antwoorden geeft. Brenifier stelt hier vragen over. Vrijwel meteen ontstaat er weerstand bij de deelnemer.

Oscar: *Kun je me laten zien hoe je je handen houdt?*

Liz: *Waarom?*

Oscar: *Probeer je ruzie te maken?*

Bevragen van de vragen is *not done* bij Brenifier.

Liz: *Neen. Ze maakt weer de handbeweging.*

Oscar: *Kijk nog eens naar je handen. Wat betekent dat? Kun je het voor ons ondertitelen?*

Liz: *Wat, mezelf ondertitelen?*

Oscar: *Neen, de manier waarop je mijn vragen beantwoordt.*

Brenifier gaat niet graven in het verleden. Hij gaat uit van het hier en nu: wat zeg je, wat doe je? Je woorden en je non-verbale communicatie zijn het materiaal van het filosofisch consult.

Liz: *Verwarring.*

Oscar: *Is het verwarring? Handel je als iemand die in de war is, iemand die iets wil weten en opgehelderd wil hebben of was er een teken van afwijzing?*

Liz: *Geen bewuste afwijzing.*

Oscar: *Vroeg ik je of je bewust was?*

Liz: *Neen.*

Oscar: *Maar je vertelt me iets anders dan wat ik vraag.*

Liz: *Ik volg dit niet.*

Oscar: *En weet je waarom je dit niet volgt?* Liz zwijgt.

Liz loopt hier vast, en onderzoeken waarom ze vastloopt, kan iets wezenlijks over haar en over haar manier van denken aan het licht brengen.

Oscar: *Simpel, je weet het of je weet het niet.*

Liz: *Ik weet het niet.*

Oscar: *Wil je het weten?* Liz zegt niets en brengt haar hand naar haar bril. Praktische filosofie begint met willen weten. Je moet de bereidheid hebben om een probleem onder ogen te zien en het te onderzoeken. Als iemand 'ik weet het niet' zegt, kan dat ook betekenen 'ik wil het niet weten'. Dit moet je eerst nagaan. Willen weten is het begin van veranderen.

Oscar: *Kijk naar me en vraag me eens of ik een pizza met je wil gaan eten.*

Liz zwijgt.

Oscar: *Vraag het me gewoon.*

Liz: *Wil je een pizza met mij gaan eten?* Brenifier zucht, zit aan z'n bril, en zegt niets.

Oscar: *Decodeer dit nu.*

Brenifier spiegelt hier de non-verbale communicatie van Liz zodat zij daar – door deze geprojecteerd buiten zichzelf te zien – woorden aan kan geven.

Liz: *Je begrijpt me niet.*

Oscar: *Oké, dit gezucht en het vasthouden van mijn bril, betekent dit dat ik het niet begrijp of betekent het iets anders?*

Liz: *Ik denk dat het betekent dat je het niet begrijpt.*

Oscar: *Als ik het aan de groep vraag, zullen ze dan zeggen dat het 'ik begrijp het niet' betekent, of zullen ze iets anders zeggen?*

Vragen hoe de groep erover zal denken is bij Brenifier een veelgebruikte techniek om te peilen wat de algemene opinie is. Hij doet dit meestal op momenten dat je een ongeloofwaardig antwoord geeft. Deze techniek is overigens alleen van toepassing bij een filosofisch consult voor een groep.

Liz: *Ik ben zo in de war.*

Oscar: *Dat begrijp ik, en daarom zal ik het herhalen. We proberen momenteel de reden van je verwarring te achterhalen. Weet je waarom je verward bent? Of niet?*

Liz: *Ik weet het niet.*

Oscar: *Wil je het weten?*

Liz: *Neen.*

Oscar: *Precies, dank je! Je wil het niet weten. En wanneer iemand het niet wil weten, kan hij of zij het dan begrijpen?* Liz zwijgt.

Oscar: *Dit is een gemakkelijke.* Liz zwijgt.

Oscar: *Zie je je agressie, zie je het nu?*

Liz: *Mijn agressie?* Liz zucht luidruchtig.

Het gaat nog een hele tijd door op deze manier, waarbij Liz haar woorden en non-verbale communicatie leidend zijn. Liz blijft volharden en 'tegenwerken', maar Brenifier gaat niet mee in wat hij 'emotionele chantage' noemt. Hij geeft aan dat in filosofische consulten 'de rede moet zegevieren, niet chantage'.

Verzoening

Het resultaat van de consulten kan verschillend zijn, maar in ieder geval doe je in ongeveer een uur tijd een ervaring op die je niet licht vergeet. Soms is het resultaat alleen maar verwarring. Vaak is er weerstand. Meestal word je je bewust van denkpatronen of eigenschappen die je helemaal niet vermoedde bij jezelf. Je ervaart hoe je overkomt en wat voor jou moeilijk is in een gesprek, bijvoorbeeld zeggen dat je het niet weet. Wát ook de startvraag van het filosofisch consult is, in de loop van het gesprek stuit je stevast op weerstanden die typisch zijn voor jou. Zelden krijg je het antwoord op je vraag. Wel heb je kernconcepten en vervolgvragen die jou en je probleem karakteriseren en waarmee je verder aan de slag kunt. Die kernconcepten zijn een soort denkconditioneringen die bij de persoon in kwestie een specifieke lading en geschiedenis hebben. Een consult zoals Irina en Liz dat meemaken en waarvan hier slechts een fragment is weergegeven, fungeert als een krachtig middel om je die conditioneringen scherper bewust te worden. Analyse van de video-opname – aan de hand van vragen die Brenifier meegeeft – helpt vervolgens om een eigen onderzoekskader vorm te geven. Je hebt dan echt profijt van de blootstelling in het consult. Je ziet en hoort jezelf denken, haperen, weerstand opbouwen enzovoort. Eenmaal over bepaalde weerstanden heen, komen er bruikbare alternatieve denkpatronen op die verzoenend inwerken op het getroebleerde zelf.

Buiten adem

Ik begon het artikel met het verschil tussen kennis uit wijsheidstradities en kennis uit de filosofische praktijk. Ik eindig met een zen-verhaal dat voor mij de essentie van Brenifiers werkwijze beeldend verwoordt.

Een leerling bezoekt zijn meester om zich te beklagen. 'Meester, dat werken met de ademhaling begint me grondig te vervelen. In, uit. In, uit. Zonder ophouden. Op de lange termijn is het echt vermoeiend. Mag ik me niet met

interessantere zaken gaan bezighouden?' 'Ik begrijp het,' antwoordt de meester, 'kom met me mee.' Hij neemt zijn leerling mee naar de oever van de rivier en vraagt hem om voorover te buigen. Vervolgens grijpt hij hem bij de kraag en duwt hem kopje onder. Al snel begint de leerling zich te verzetten, maar de meester houdt hem met kracht onder water. De arme ziel vecht voor wat hij waard is. Uiteindelijk laat de meester hem los en hoestend, proestend en buiten adem komt de leerling terug overeind. 'Zo,' vraagt de meester, 'verveelt je ademhaling je nog steeds?'

Over de auteur

Hilde van Aken studeerde Nederlandse taal- en letterkunde aan de Universiteit Utrecht en hoopt dit jaar de bacheloropleiding filosofie te voltooien aan de Hogeschool Geesteswetenschappen Utrecht. Ze was taalkundig onderzoeker aan de Vrije Universiteit, docent in het Voortgezet Onderwijs en taaltrainer in professionele organisaties. In de toekomst wil ze haar werk als taaltrainer combineren met een filosofische praktijk.

Op 9 en 10 oktober 2015 organiseert zij een seminar met Oscar Brenifier over het praktiseren van filosofie. Dit is een unieke gelegenheid om in Nederland met de werkwijze van Brenifier kennis te maken. Geïnteresseerd? E-mail: hilde.van.aken@talenderwijs.nl

De filosoof als wijze en aandachtige collega. Boekbespreking door Timon Meynen

Eite P. Veening. *Het filosofisch consult*. 148 pp. ISVW Uitgevers, 2014. € 24,95.

Eite Veening is een van de grondleggers van de filosofische consultatie in Nederland. In 1998 promoveerde hij op de drie-wereldentheorie van Karl Popper, en deze theorie vormt een van de filosofische fundamenteën voor zijn opvattingen over het filosofisch consult. Volgens Popper leven mensen in drie verschillende werelden. Wereld-1 is die van de fysieke, materiële dingen, wereld-2 die van onze ervaringen, belevingen, gevoelens en gedachten. In wereld-3 bevinden zich alle dingen waar filosofen in geïnteresseerd zijn: ideeën, opvattingen, denkbeelden en theorieën, en hun 'ingrediënten': concepten, begrippen en abstracties. Veening noemt die leefwerelden 'ongemengd', maar wel 'verbonden' in een 'ecologisch systeem'. Een van de redenen waarom mensen bij een filosoof te rade gaan, is omdat er iets niet 'klopt' in hun ecologie. Het is typerend voor de laagdrempelige aanpak van Veening in *Het filosofisch consult* dat hij de uitleg over de leefwerelden vooraf laat gaan door een waarschuwing dat we daarmee even een uitstapje maken naar de 'echte' theoretische en abstracte filosofie en dat dat misschien ingewikkeld kan lijken. En dat hij zich meteen na die uitleg afvraagt: Wat hebben we hier aan?

Het antwoord daarop is dat het om te beginnen helpt om de filosofische praktijk te situeren ten opzichte van de medische en de psychotherapeutische praktijk. Artsen verlenen zorg aan patiënten in leefwereld-1, psychotherapeuten hulp aan cliënten in leefwereld-2, en in wereld-3 verlenen filosofen een dienst, te weten 'het realiseren van een voor de klant optimaal eigen denkproces over de eigen vragen, tijdens en na het consult'. Veening houdt het ook graag zakelijk, vandaar dat hij het expliciet heeft over klanten als het gaat om de mensen die een filosofisch consult willen: zij begeven zich op een markt en betalen voor een dienst. En waarom doen zij dat? Omdat ze vragen hebben, maar wel heel specifieke vragen. Daartoe maakt Veening om te beginnen een onderscheid tussen Af-vragen, dingen die je jezelf af-vraagt, en Stel-vragen, de vragen die je aan iemand anders stelt. Om te voorkomen dat die Af-vragen te veel op 'problemen' gaan lijken, en de filosoof in de verleiding komt hulpverlener te worden, heeft Veening het liever over 'puzzels' of 'algemeen menselijke' 'begrijping-zoekende Af-vragen', die varianten zijn van Kants vragen: wat kan ik weten, wat moet ik doen, wat mag ik hopen en wat is de mens.

Meer concreet onderscheidt Veening drie soorten mogelijke klanten. Klanten met dilemma's zijn mensen die voor een moeilijke keuze of beslissing staan, waarbij het vrijwel altijd gaat om een keuze tussen twee kwaden (scheiden of doormodderen) of twee goeden (kinderen of carrière). Ten tweede ontvangt de filosoof klanten met levensvragen, 'knagende trage Af-vragen' naar het Waarom van iets, zoals de zin van het leven. Deze twee klantengroepen samen vormen het leeuwendeel van de bezoekers van de filosoof. De derde categorie bestaat uit mensen die bijvoorbeeld gewoon een keer rustig en ernstig over een onderwerp willen doorpraten of rondlopen met een vage onrust.

Dit zijn drie soorten doelen waarmee een klant op zoek zou kunnen gaan naar een filosoof. Maar wat is het doel van de consulent zelf? 'Het doel van het filosofisch consult is het realiseren van een voor de klant optimaal eigen denkproces over de eigen vragen, tijdens en na het consult.' Nadat Veening aldus heeft vastgesteld waar de consulent werkt en welk doel hij daar heeft, is de rest van het boek grotendeels gewijd aan de vraag wat een consulent moet weten en kunnen. De consulent moet beschikken over kundigheid in het doen én in het laten op twee sporen: communicatief-interactief (CI) en filosofisch-inhoudelijk (FI). Het eerste spoor is natuurlijk niet uniek voor filosofisch consulenten, maar geldt voor iedereen die een goed gesprek moet kunnen voeren. Het gaat om de vaardigheden die nodig zijn om mensen het gevoel te geven dat ze zich voldoende begrepen en geaccepteerd voelen. Veening bespreekt in totaal zestien microvaardigheden, van aandacht geven tot zelfonthulling, waarvan hij een deel al eens eerder voor artsen beschreef. Daarnaast bestaan er nog elf mesovaardigheden, waarvan er slechts enkele veelvuldig aan de orde zijn in het filosofisch consult: accommoderen (je aanpassen aan de wijze waarop de ander spreekt), actief luisteren, uitvragen (al moet je daar mee oppassen, zie hierna) en begeleiden of coachen.

Eén van de uitgangspunten voor het filosofisch-inhoudelijke spoor is voor Veening dat de filosoof als consulent geen 'deskundige' is, 'die "weet" wat er met de klant aan de hand is en wat zij moet doen als zij voldoende informatie heeft'. Hierin scheiden zich wat Veening betreft de wegen tussen hem en zijn geestverwanten aan de ene kant en sommige of vele andere filosofisch consulenten aan de andere. Ooit, in 1999, heeft Veening op een congres geprobeerd de diversiteit en onenigheid tussen de verschillende filosofisch consulenten terug te brengen tot twee 'stromingen'. Veel meer aandacht heeft hij daaraan besteed in een eerder, in eigen beheer uitgegeven boekje: Klein handboek filosofische consultatie – volgens de Aristonide methodiek (2002, 2006). De andere stroming noemde hij de 'Platonide' vorm van filosofisch consulentschap. De platonide consulent meent dat er achter de problemen en vragen van de klant een dieperliggend patroon zit en dat diens problemen worden opgelost als de klant daar inzicht in krijgt. Deze benadering overlapt veel meer met vormen van zingevende en zinzoekende psychotherapie. Veening betreurt dat dit onderscheid geen ingang heeft gevonden, omdat hij een expliciet filosofisch referentiekader beschouwt als een voorwaarde voor duidelijkheid en verantwoording naar de klant of anderen.

In Veening's eigen methodiek staat op het filosofisch-inhoudelijke spoor intussen de 'mee-denken-kundigheid' centraal: 'de consulent vraagt (...) naar redeneringen, naar argumentaties, naar opvattingen en helpt de klant daar verder mee te komen. Iemand wegwijs maken in de conceptuele leefwereld-3 dus.' Bij klanten die staan voor dilemma's moet eerst worden vastgesteld waarom zij de beslissing precies zo lastig vinden. Weten ze eigenlijk wel wat het beste is, maar vinden ze dat gewoon moeilijk om te doen? Dan is dat meer iets voor een psycholoog. Een filosofisch consult is voor die mensen die nog niet goed weten wat het juiste is om te doen, en die dus aan de slag moeten met de ethische kwestie. Daarbij kan het gaan om drie soorten puzzels waarbij de consulent de klant helpt met het ordenen van de puzzel en het zoeken naar denkgereedschap. Bij kennispuzzels draait het om vragen naar de waarheid van de beschrijving van de situatie of de gebeurtenissen, bij waarderingspuzzels om vragen naar de goedheid van handelingen en bij praktische puzzels naar de handigheid van de verschillende concrete mogelijkheden.

Bij klanten die worstelen met existentiële vragen ziet Veening voor de filosofisch consulent onder meer de rol weggelegd van 'reis Leider' op zoek naar bewoonbare, leefbare 'streken' in leefwereld-3. Volgens Veening gaat het in dit soort gevallen om de verhouding van de individuele mens met de kosmos, en eventueel ook God. Een levensbeschouwing is altijd te vertalen naar een verhaal of betoog over deze relaties. Hierover zijn drie soorten levensverhalen te vertellen. Ten eerste het beleefde verhaal over wat mensen daadwerkelijk hebben ervaren. Vervolgens het verlangde verhaal: hoe had het eigenlijk moeten gaan. En ten slotte zijn er nog verkondigde verhalen, dat wil zeggen wat de deskundigen erover zeggen. Existentiële problemen zijn steeds te vertalen in conflicten tussen deze verhalen. De filosofisch consulent is voor Veening nadrukkelijk geen verkondiger van weer een nieuw deskundig verhaal over onze plek in de kosmos, maar in dit geval

vooral een makelaar in ideeënwoningen. De consulent kent de verschillende verkondigde verhalen als even zovele 'thuizen' waar de discrepantie tussen het beleefde en het verlangde verhaal begrijpelijk en dragelijk is geworden. In deze hoedanigheid heeft de consulent met name de argumentatieleer en de wijsgerige antropologie op de plank liggen.

Aan het slot van zijn boek komt Veening nog een keer terug op de oorspronkelijke inspiratiebron van de filosofische praktijken in Nederland: Gerd Achenbach, en wel op een lezing die deze verzorgde op het 2de internationale congres in Leusden in 1996. In deze lezing dacht Achenbach na over de identiteit van de filosofische praktijk, en hij deed dat als zo vaak in contrast met de psychotherapie. Wat zou een filosoof anders doen, bijvoorbeeld in het geval van een vader met een opvoedingskwesatie? Volgens Achenbach zou de filosoof zich moeten opstellen 'als vader'. Hij stelt niet de vragen die de pedagoog, psycholoog of psychotherapeut stelt en hanteert geen theoretisch onderbouwde opvoedmethode. De filosoof staat niet boven of tegenover de vader, maar naast hem. Hij is de 'wijze en aandachtige leek'. Daar moet hij zo goed mogelijk in worden. In feite is de filosoof voor de klant een collega en daarom zou de consultatiemethodiek uit de geneeskunde en geestelijke gezondheidszorg een model kunnen zijn voor de relatie tussen filosoof en klant.

Eite P. Veening schreef een interessant en vaak zelfs 'wijs' boek, waarin de meeste vragen over het filosofisch consult aan de orde komen, al mis je weleens de praktijk zelf, in de vorm van voorbeelden, casussen of vignetten. Doordat hij veel te vertellen heeft, maar dat niet allemaal in één betoog wist onder te brengen, heeft het boek meer het karakter van een labyrintisch gebouwencomplex dan dat het staat als een huis waar de filosofisch consulent in spe zo in kan trekken. Het lezen ervan is wel een reis waarop veel te beleven valt.

Over de auteur

Timon Meynen is van huis uit filosoof en psycholoog. Zijn filosofische praktijk Faidros biedt particulieren en organisaties begeleiding bij bezinning in de vorm van een filosofisch consult, socratisch gesprek of moreel beraad. Hij verdient zijn brood met het redigeren en vertalen van boeken op het gebied van psychologie, psychotherapie, management en levenskunst.

Rational suicide, is it possible?

Boekbespreking door Els van Wijngaarden

Lester, D. *Rational suicide: Is it possible? Reflections on the suicide of Martin Manley*. New York, Nova Science Publishers, 2014, 172pp.

Op 15 augustus 2013 wordt hij zestig. Op diezelfde dag pleegt hij zelfmoord. En vlak daarvoor, ook op 15 augustus, lanceert hij zijn website met een zeer

persoonlijke blog waarin hij heel precies uiteenzet waarom hij zelfmoord pleegt. Het is zijn bedoeling om de meest gedetailleerde zelfmoordbrief uit de geschiedenis te schrijven. In tientallen afzonderlijke essays gaat Martin Manley in op alle afwegingen die voorafgingen aan zijn beslissing: waarom überhaupt zelfmoord? Waarom op zestigjarige leeftijd? Welke impact heeft mijn opvoeding op mijn beslissing? Manley betaalde Yahoo vijf jaar abonnementsgeld vooruit om zijn website na zijn dood te onderhouden, maar kort na de lancering besloot Yahoo 'na zorgvuldige beoordeling' de toegang tot de website uit te schakelen, omdat de inhoud van de blog 'niet in overeenstemming was met hun gebruiksvoorwaarden'. Inmiddels hadden reeds velen de website bezocht. De essays zijn nog steeds te raadplegen op zogenaamde spiegelwebsites die niet gehost worden door Yahoo. David Lester, een bekende Amerikaanse suïcideonderzoeker, die al vele jaren publiceert over de mogelijkheid van een rationele suïcide, analyseert het grootste deel van de essays van Manley in het boek *Rational suicide: Is it possible? Reflections on the suicide of Martin Manley*.

Het boek is opgebouwd uit drie delen: het begint met een introductie rondom de vraag of rationele suïcide überhaupt bestaat. Daarna volgt het grootste deel, waarin zevententwintig essays van Manley integraal zijn opgenomen, telkens gevolgd door een reflectie van Lester: vertonen Manley's gedachten pathologische kenmerken of niet? En kan zijn besluit gezien worden als het resultaat van een rationeel denkproces? In deel drie trekt Lester een conclusie en geeft hij enkele praktische handvatten voor suïdecounselors.

Lester – zelf hoogleraar in de psychologie – richt zich in zijn inleidende betoog vooral op de gangbare denkwijze onder psychologen en psychiaters, die suïcide over het algemeen pathologisch duiden. In lijn met de DSM – het diagnostische en statistische handboek voor psychische stoornissen – worden suïcidedgedachten gelabeld als een symptoom van een psychische stoornis en dus irrationeel. Lester hekelt dit. Volgens hem komt dit oordeel voort uit een veel te reductionistische kijk op de suïcidthematiek waarbij symptomen een eigen leven gaan leiden en er nauwelijks gekeken wordt naar oorzaken en het levensverhaal van mensen. Suïcide kan een heel rationele, utilistische overweging zijn, betoogt hij. Een soort suïdec calculus: de voor- en nadelen worden afgewogen en de uitkomst van de weging bepaalt de mate waarin suïcide de meest te prefereren optie is. Hij noemt ook een aantal andere kenmerken waar een rationele suïcide aan zou moeten voldoen:

- 1) Het moet allereerst een vrije keuze zijn.
- 2) De keuze moet in overeenstemming zijn met iemands persoonlijke waarden; consistent met zijn leefstijl.
- 3) De afweging moet coherent zijn en navolgbaar voor een ander.
- 4) De persoon moet zich de gevolgen van zijn keuze voor zichzelf en zijn directe naasten goed realiseren. Dat impliceert ook dat het geen impulsieve keuze kan zijn.

Het beeld dat Manley van zichzelf schetst in de essays is intrigerend: hij is opgegroeid in een dysfunctioneel gezin – 'a complicated, emotionally cold, introspective, isolated family' – waardoor hij er al sinds jonge leeftijd een

zeer individualistische, egocentrische, enigszins teruggetrokken levensstijl op na houdt, zo verklaart hij zelf. Hij noemt zichzelf een workaholic: zijn werkeethos en zijn perfectionisme worden geroemd in een aanbevelingsbrief van zijn werk, die hij in een van zijn essays heeft opgenomen. Sinds hij met pensioen is, heeft zijn leven eigenlijk geen zin meer. Hij wil onder geen beding een oude vent worden – ‘a babbling, drooling, slobbering old man’ – die een beroep moet doen op de maatschappij. Dus verkiest hij de dood boven het leven. Hij wil niet zozeer dood, zo stelt hij in een van zijn eerste essays, maar hij wil zeker niet doorleven totdat hij te zwak is om zijn levenseinde zelf te kunnen regelen.

Geobsedeerd door symmetrie en statistiek – zo schrijft hij – bereidt hij zijn zelfmoord voor. Alles moet kloppen en met een wiskundige precisie op elkaar afgestemd zijn. Zelfs na zijn dood heeft hij de zaken tot in de puntjes op orde: hij heeft geregeld wie hem als eerste zal vinden, door welke uitvaartonderneming zijn afscheid zal worden verzorgd, en alle rekeningen zijn al betaald. Zijn zelfmoord moet daarnaast ook een bijdrage leveren aan een betere wereld. Met zijn nalatenschap hoopt hij anderen gelukkig te maken. Opvallend is dat hij een levende donor wil worden: hij stelt alles in het werk om voorafgaand aan de zelfmoord reeds een deel van zijn organen af te kunnen staan. Maar hij loopt niet alleen tegen een muur van bureaucratie op. Zijn voornemen roept vooral veel argwaan op bij de transplantatiestichting, want in de praktijk komt zoiets nagenoeg niet voor. Gezonde mensen staan bij leven eigenlijk alleen organen af als het directe familieleden of geliefden betreft. Er is niemand die ‘zomaar’ organen doneert aan een onbekende ander. Dus roept dit de vraag op: wie is deze zonderling? Maar Manleys redenering is simpel: zelf heb ik die nieren en die lever toch niet meer nodig. Waarom zou ik daar dan geen mensenleven mee redden? Hij is dan ook zeer onthutst over het feit dat het hem niet lukt om de donatie te regelen voor de geplande suïcidedatum.

Volgens Lester is Manley dan misschien een non-conformist met een bijzonder eigenzinnige kijk op het leven, een man met obsessieve, altruïstische en narcistische trekken, maar hij concludeert op basis van de essays dat de suïcide van Manley wel degelijk als een rationele suïcide kan worden beschouwd: ook al heerst in de essays een alles-of-niets-denken, zo analyseert Lester, Manley schrijft coherent. Hij vertoont geen kenmerken van een psychose of een ernstige depressie. Manley beschouwt zijn suïcide als een maximalisatie van het goede. Hij anticipeert op dingen die hij absoluut niet wil meemaken. En met zijn dood doet hij anderen vermoedelijk geen ondraaglijk verdriet.

Ik vind die conclusie toch wat kort door de bocht. Ik heb de essays in één middag uitgelezen en ik was echt geraakt door deze suïcidevoorbereiding, die zich als een soort dramatische performance voor mijn ogen afspeelde. Het is een buitengewoon intrigerend en lezenswaardig verslag, maar ik lees niet alleen het betoog van een calculerende, rationele man. Ik lees ook het verhaal van iemand die op de hielen wordt gezeten door de angst voor dementie en nutteloosheid. Van iemand die hunkert naar aandacht en zinvolheid. Iemand die hoopt op een vermelding in het Guinness Book of

World Records om zodoende niet in de vergetelheid te raken. Manley citeert: 'One lives in the hope of becoming a memory.' Tussen de regels door lijkt het erop dat hij in zijn beslissing eenzamer was, dan hij wilde laten merken. Zijn beslissing toont zich toch vooral als een enorme vlucht naar voren. In de context van de actuele discussie in Nederland over ouderen en het zelfgekozen levenseinde roept dit boek een aantal zeer wezenlijke vragen op: Wat bedoelen we eigenlijk als we zeggen dat iemand een weloverwogen, rationele en autonome beslissing neemt? In hoeverre kun je ooit voor jezelf – laat staan voor een ander – bepalen of een keuze vrij is of niet? In hoeverre ben je vrij als je wordt gedreven door angsten of door onmiskenbare invloeden van vroeger? Waar ligt de grens tussen rationeel en irrationeel eigenlijk? En wat is de impact van het onderbewuste? Die vragen zijn gemakkelijker gesteld dan beantwoord.

Ik heb geen enkele behoefte om een oordeel uit te spreken over een eventuele pathologische achtergrond van de suïcide van Manley. Maar ik heb wel moeite met de (in mijn ogen wat te) snelle conclusies van Lester. Ik vind dat hij te weinig oog heeft voor de complexiteit en de ambivalenties waar deze essays overduidelijk bol van staan. In zijn slotwoorden spoort hij suïdecounselors en -therapeuten aan om mensen met stervenswensen 'persoonsgericht' te behandelen en niet sec te focussen op het voorkomen van een zelfmoord. Ook stelt hij dat therapeuten zich veel meer zouden moeten inspannen om mensen die rationeel besluiten dat zij een zelfmoord verkiezen, ook daadwerkelijk te helpen bij de voorbereidingen: 'Remind the client that decisions are only decisions at that point of time, and that they can be reaffirmed continually. ... It is the client, and the client alone who must decide. ... Once the client has chosen, then the therapists final task is to help the client make that decisions and accomplish his or her goals. ... not to impose values on the client.' (pp.159-160)

Zelf zou ik willen zeggen – ook na het lezen van dit boek – dat het inderdaad belangrijk is om oordeelvrij te kunnen luisteren en presentie te beoefenen. Bij presentie doel ik op aandacht en toewijding voor de ander, om zo te zien wat er bij die ander op het spel staat – van verlangens tot angsten – en daarbij aan te sluiten, zónder therapeutisch paternalisme. Maar dat is iets anders dan therapeutische legitimatie. Ik denk dat het heel belangrijk is dat een therapeut zich rekenschap geeft van het feit dat dergelijke afwegingen zich begeven in een schemergebied van rationaliteit en irrationaliteit, van weloverwogenheid en onzekerheid, van calculeren en angst en dat een therapeutische legitimatie van een wens mogelijk iets versterkt wat ambvalenter is, dan het zich op dat moment toont.

Over de auteur

Els van Wijngaarden is als buitenpromovendus verbonden aan de Universiteit voor Humanistiek. Zij doet onderzoek naar 'voltooid leven bij ouderen'. Daarnaast is zij docent ethiek en onderzoeker bij het Lectoraat Palliatieve Zorg, Ethiek en Communicatie aan Hogeschool Windesheim. Email: els.vanwijngaarden@phd.uvh.nl.

Een boek om mee te leven? **Boekbespreking door Hans Bouman**

Pool, Erik, *Aanwijzingen voor het goede leven, over levenskunst en de zoektocht naar zin*. Boom, 2014.

Er zijn zoveel visies en (zelfhulp)boeken verkrijgbaar dat het je soms duizelt. En vaak sterft dan de echte toepassing in vaagheid of clichés. Het praktisch filosofische boek van Erik Pool dat eind 2014 bij Boom verscheen, *Aanwijzingen voor het goede leven*, is van een ander kaliber. Het is concreet en informatief en nodigt jong en oud uit om een eigen levenskunst te ontwikkelen. Pool laat zien dat die ambitie geen modegril is maar wortelt in de klassiek-filosofische traditie die met Socrates en Plato in de grondverf werd gezet.

Erik Pool is praktisch filosoof en medeoprichter van de Nederlandse academie voor levenskunst, La Scuola. In zijn boek wordt de lezer uitgenodigd een eigen visie te ontwikkelen en krijgt daarvoor inspirerende gedachten en vragen aangereikt. Zo staat in het hoofdstuk over de ontplooiing van het zelf – *Bildung* genoemd – een aantal aanwijzingen om actief aan de slag te gaan met de vorming van de eigen persoonlijkheid. Pool gebruikt daarvoor het gedachtegoed van met name Peter Bieri, alias Pascal Mercier (*Nachttrein naar Lissabon*). Prettig is dat Pool je als lezer serieus blijft nemen en je daarom voortdurend bevraagt op je eigen opvattingen. Daarnaast geeft met name het hoofdstuk (5) over zelfzorg een concreet handvat voor de vormgeving van het eigen leven door middel van een compact maar wonderlijk compleet schema (pg. 178): 'zes facetten van zelfzorg' en achttien bijbehorende levenskunstvragen. Deze zetten je aan het denken, onderzoeken je gevoelens en zetten je handelen op scherp. Hier is de leidende vraag: 'Zorg jij goed voor jezelf?'

Levenskunst en zingeving. De subtitel verraadt waar het boek in essentie over gaat: '*Over levenskunst en de zoektocht naar zin*'. Pool beschrijft het resultaat van zijn eigen zoektocht en heeft niet de pretentie dat zijn ideeën leidend voor anderen zijn. De hoofdstuktitels zijn tevens de hoofdvragen van het boek en, volgens Pool, van de levenskunst: *De filosofie van de levenskunst – leef je met een visie? De ongewoonheid van het alledaagse – weet je wat je bezighoudt? Het optimisme van de vrijheid – voel jij je vrij? De ontplooiing van het zelf – word jij wie je wilt zijn? De zes facetten van sociale zelfzorg – zorg jij goed voor jezelf?* Stuk voor stuk vragen die zo nu en dan, op bepaalde momenten in het leven of na ingrijpende gebeurtenissen, bij ons zelf naar boven (kunnen) komen. Vragen ook die een nader zelfonderzoek rechtvaardigen en nieuwsgierig maken naar wat een ander daarover te zeggen heeft. Pool slaagt erin de grote filosofische thema's van vrijheid en zelfzorg naar het alledaagse leven te vertalen in een leesbaar boek waarmee ook de filosofische leek uit te voeten kan.

Eénwording. Elke vraag werkt Pool uit aan de hand van wat klassieke en hedendaagse denkers, zoals Wilhelm Schmid, Joep Dohmen en Dick Kleinlugtenbelt, over levenskunst gezegd en geschreven hebben. Pool onderzoekt de hoofdvragen op een heldere manier en hij werkt toe naar zijn eigen definitie van levenskunst die hij 'precies, compact en concreet' omschrijft: bewust werken aan en beleven van de éénwording van mijzelf met mijn leven en de wereld om mij heen. Het sleutelwoord is éénwording, door Pool toegelicht met verwijzingen naar het Platoonse ideaal van harmonie en evenwicht. Bewust werken aan een evenwichtige levenshouding is voor Pool een actieve bezigheid vanuit de verwachting dat er een ervaring van eenheid van denken, voelen en doen zal ontstaan. Geeft hij daarbij een recept voor het goede leven en de zoektocht naar zin? Nee, want zulke recepten zijn niet 'los' verkrijgbaar. Pool waakt ervoor een visie op te dringen: hij gelooft dat ieder mens alleen voor zichzelf een levensfilosofie kan formuleren. Zijn boek geeft je de mogelijkheid om je te verdiepen in de levenskunst én om direct aan de slag te gaan met je eigen levensvragen, zonder dat je een groot aantal boeken over levenskunst hoeft door te werken. In *Aanwijzingen voor het goede leven* vind je genoeg. Een boek om mee te leven?

Over de auteur

Hans Bouman is trainer, mentor en gespreksleider. Heeft een praktijk voor praktische filosofie en socratisch gesprek. Speciale aandachtsgebieden: levensoriëntatie/spiritualiteit, de kunst van het goed ouder worden en levensvragen van alle tijden. Mentor van de Academie voor Levenskunst.

Mededelingen en agenda van de VFP

*Vereniging voor Filosofische Praktijk <http://www.verenigingfilosofischepraktijk.nl>
Secretariaat VFP: Trees Schopman, Kon. Wilhelminalaan 2, 7415 KS Deventer,
0570-641279, secretariaatvfp@gmail.com*

Verenigingsdagen VFP 2015

12 september: Intervisiedag werkendevraagmethode

26 september: Intervisie verzorgd door Dick Kleinlugtenbelt.

Jan Bransen probeert met zijn theater de cabaretier, de filosoof en de schoolmeester te verenigen. Samen met Marjan Slob en Marco Kunst doet hij dat met voordrachten die door het publiek in optima forma ervaren zullen worden als een boeiende middag uit denken.

21 november: ALV en studiedagdeel.

Meer informatie: Reinskje Talhout (talhout@planet.nl), VFP-website.

Redactie

Reinskje Talhout (030-2932556, talhout@planet.nl)

Timon Meynen (06-83513404, timon.meynen@faidros.nl)

De VFP-katernredactie is onafhankelijk van de F&P-redactie en het VFP-bestuur. U kunt hen benaderen met vragen of opmerkingen over het katern, bijdragen en mededelingen. De richtlijnen voor auteurs vindt u op <http://verenigingfilosofischepraktijk.nl/publicaties/auteursrichtlijnen/>