

# ‘Ik zie jou.’

## Wat wij in Nederland kunnen leren van het Afrikaanse Ubuntu

We bereiden je vast voor: na het lezen van dit artikel heb je nog geen compleet beeld van Ubuntu. Wat je wel weet is wat de oorsprong is van deze filosofie, wat de uitgangspunten zijn en hoe je waarden uit Ubuntu in de praktijk kunt brengen in het dagelijks leven en in je werk als toegepast psycholoog. Ja, ook hier in Nederland, want Ubuntu mag dan zijn wortels hebben in Afrika, de waarden waar het om draait zijn universeel. We gingen erover in gesprek met **Annette Nobuntu Mul, Kathleen Ferrier en Babah Tarawally.**

### ■ Auteurs: Agnes Schilder en Petra Kuiper-Idi Moto

‘Hallo!’

Onze begroeting van de gasten in ons online overleg steekt magertjes af bij de begroeting zoals die gebruikelijk is in Ubuntu. We realiseren ons dat en benoemen het. Dat geeft direct ruimte om het onderwerp van gesprek in te duiken.

**Annette Nobuntu Mul:** ‘Bij Ubuntu hoort de groet ‘Sawubona’. Die betekent letterlijk: Ik zie jou. Het begint met het zien, het erkennen, van de ander. En als de ander zich gezien en gehoord voelt, dan kan die persoon antwoorden met ‘Sikhona’; ‘Hier ben ik’. Dan is het natuurlijk wel de vraag wat je ziet, hoe

je kijkt. Zie je bijvoorbeeld gender, huidskleur, levensbeschouwing, IQ, sociale status? Het is de kunst, óók voor toegepast psychologen, om die ander gaandeweg te zien in de volledige gelaagdheid en de onderlinge samenhang van die gelaagdheid. Daarbij heb je de ruimte om te beslissen wat je nu al van jezelf laat zien en wat je pas op een later moment toont. Mogobe Ramose, een beroemde Zuid-Afrikaanse Ubuntu filosoof, leerde mij ooit dat het niet alleen draait om ‘Ik zie jou’, maar eigenlijk om ‘wij zien jullie, jij en ik inclusief onze voorouders, onze nog niet-geborenen, die hele stroom van het bestaan.’

**Annette Nobuntu Mul, Babah Tarawally en Kathleen Ferrier** zijn alle drie als docent verbonden aan ISVW. Via ISVW kun je een complete online opleiding over Ubuntu volgen. Meer informatie: <https://isvw.nl/ubuntu/>

**Babah Tarawally:** Ik denk dat het belangrijk is om elkaar eerst als mens te zien. Dus: ik zie jou als mens. En daarna komt de rest. Als je terugkijkt naar het slavernijverleden, naar de Westerse bezoekers die naar Afrika kwamen; die bezoekers hebben de Afrikaanse mensen niet gezien als mens. Ze hebben de Afrikaanse mensen juist ontmenselijkt: 'ik zie jou niet'. Daardoor kon de hele slavernij plaatsvinden. Het vertrekpunt, ik zie jou, is dus heel erg belangrijk. Je praat met elkaar, vraagt naar elkaar, naar elkaars familie. Maar laten we eerlijk zijn, in het Westen hebben we problemen met tijd. We hebben de niet voor elkaar om die gesprekken te voeren. Het is 'hoi, hoi!' en dat is het.

**Kathleen Ferrier:** En dan 'doei, doei!'. Er is geen tijd voor. Heel wezenlijk is, ook voor jullie vak van toegepast psycholoog: hoe bejegen je de ander?

In Suriname is de begroeting, die veel Nederlands wel kennen van tante Es, het typetje van Jörgen Raymann): 'Wie is je vader, wie is je moeder?' En dat is in wezen de vraag: wat is jouw verhaal? Waar kom jij vandaan? Wat heeft geleid tot wie jij bent? Je vraagt dus en dat doe je hier in Nederland niet, want je hebt geen tijd, zoals Babah zegt.

Neem de tijd om naar iemands verhaal te vragen. Zelfs als je weinig tijd hebt kan ik zeggen: 'Ik ben de jongste dochter van Johan en Jenna.'

Maar die vraag naar wie je bent is voor veel mensen in Nederland verrassend en soms ook angstaanjagend, heb ik gemerkt. Men is het hier niet gewend. Het is 'hoi, hoi' en 'doei, doei', en weer door.

**Annette Nobuntu Mul:** Dit brengt mij dus bij mijn oude vak: psychosociaal-therapeut. Hoe neem je als professional voldoende tijd voor het stellen van die belangrijke vraag, terwijl je in de organisatie misschien gedwongen wordt om een intake binnen een uur af te ronden? De factoren tijd en structuur spelen daarin een rol, maar het begint wat mij betreft bij jezelf. Stel jezelf de vraag: hoe kijk ik naar dit mens en hoe relevant vind ik de familiegeschiedenis van die persoon, het levensverhaal? Welke vragen stel je, welke ruimte wil je daarvoor bieden? Als je dat relevant vindt, claim er dan ook tijd voor. Durf in de organisatie dan ook te zeggen: 'Ik doe geen intake van een uur. Ik heb een intakefase nodig en hoelang die duurt, dat weet ik nog niet.' Het gaat er ook om dat je die ruimte als professional, wat je relevant vindt, dat je die inneemt met een standpunt.

**Met de begroeting  
'Sawubona' geef je aan dat  
je de ander volledig erkent.**

**Kathleen Ferrier:** Waar het echt om gaat en zeker in jullie vak, lijkt mij, kom je pas na verloop van tijd te weten. Die tijdsinvestering heb je dus nodig, dus probeer juist met tijd flexibel te zijn. We houden hier in het Westen vast aan

een lineaire tijd. De tijd is een lijn en als dit moment weg is, komt het nooit meer terug. In andere culturen wordt daar heel anders naar gekeken. Dat gehaast effectief willen zijn houdt je weg van het verdiepen in je verleden, terwijl dat juist in balans moet zijn. Met een breder perspectief, misschien ook een breder cultureel perspectief, krijg je een veel completer beeld van een persoon, zelfs binnen korte tijd.

## Ik denk dat Ubuntu het grootste geschenk van Afrika is.

**Annette Nobuntu Mul:** Over toegepaste psychologie: ik begrijp dat het een heel brede opleiding is en dat dat als voordeel maar ook als nadeel gezien kan worden. Die eis vanuit de samenleving om je te specialiseren in één vakgebied veroorzaakt het gevaar dat we gefragmenteerd gaan denken. Ik heb niets tegen specialisaties, begrijp me goed. Als ik morgen word geopereerd aan mijn ogen hoop ik wat ik de beste oogspecialist van Nederland krijg, maar het gevaar bestaat dat we het gaan fragmenteren. Als je kijkt naar een persoon, hoort het verleden van die persoon daar ook bij. Terugkijken is van belang, want volgens Ubuntu zit je op de schouders van je voorouders. Gedacht vanuit de Ubuntu filosofie kun je persoon en professe overigens ook niet splitsen, al zie je dat in de politiek nu wel gebeuren: 'Nee, dat zei ik als persoon, dat zei ik niet als staatssecretaris.' Het gaat om persoonlijke professionaliteit.

Met de begroeting 'Sawubona' geef je aan dat je de ander volledig erkent. Erkenning en van betekenis zijn zijn twee fundamentele menselijke basisbehoeften. Het gaat mij zeer aan het hart hoe we momenteel in mijn ogen onmenselijk met vluchtelingen omgaan. Ook dat begint met erkenning én de wens om van betekenis te zijn.

**Babah Tarawally:** En als je kijkt naar erkenning, dan is de beste plek om oud te worden Afrika. Hier in het Westen ontbreken de erkenning en relevantie van ouderen. Alles wat je hebt meegenomen in je leven lijkt plotseling niet meer relevant voor de maatschappij.

**Annette Nobuntu Mul:** Kijk naar mensen met dementie. Toevallig zag ik vorige week nog weer de documentaire Human Forever, van Teun Toebes, de verpleegkundige die in een verpleeghuis ging wonen. Daarin draait het ook om inclusie, om relevantie. Wij hebben alle zorg uitbesteed aan professionals en ik ben ervan overtuigd dat we meer naar een samenleving moeten waarbij de zorg voor elkaar een morele plicht is, in plaats van dat we een recht op zorg claimen. Ik vind dat je het als hulpverlener een eer moet vinden om betrokken te worden bij de zorg van iemand. In het Afrikaanse perspectief is ouderenzorg niet een kostenpost, maar is het de zorg ván ouderen vóór de samenleving. Ik pleit voor zo'n herdefiniëring van ouderenzorg. Voor de film Human Forever is in 11 landen onderzoek gedaan naar de ervaringen met mensen met dementie. In Zuid-Afrika werd daarvoor een jonge vrouw geïnterviewd die voor haar ouders zorgde. Zij vertelde dat het voor haar als een grote eer voelde om voor haar ouders te mogen zorgen. Dat zien we in Nederland vaak heel anders. Hier zeggen ouderen vaak: 'Ik wil mijn omgeving niet tot last zijn.'

Mijn kinderen hebben een druk leven, ik wil ze niet vragen om voor mij te zorgen.' Maar als je een ander om hulp vraagt, geef je die ander ook de kans om van betekenis te zijn. In het Nederlands hebben we het woord 'deelnemer' en ik zou ook graag het woord 'deelgever' introduceren. Je geeft niet iets wég, maar geeft iets door. Je draagt bij aan een geheel waar je zelf onderdeel van bent.

**Babah Tarawally:** In Afrika gaan we heel anders om met mensen die dementeren. Daar wordt het een soort theaterstuk. Als een oudere bijvoorbeeld haar dochter als haar zus gaat zien, dan gaat die dochter daarin mee. Die zegt niet: 'Nee, het klopt niet wat je zegt', maar neemt de rol van zus op zich. Daardoor blijft die oudere gewoon deel van de familie en wordt de ervaring van die oudere niet ontkend.

**Kathleen Ferrier:** Dat in het Westen de ervaring van ouderen niet gezien wordt, komt door ons termijndenken. Ben je geen onderdeel meer van het arbeidsproces? Dan word je niet meer als nuttig gezien voor de samenleving. We denken in economische termen en consumptisme, terwijl juist die hele andere set van waarden van geschiedenis, van spiritualiteit, van tradities en rituelen helemaal aan de kant is geschoven. Dat is een enorme verarming.

**Babah Tarawally:** De essentie van het leven is niet wat je meeneemt, maar wat je achterlaat.

**Kathleen Ferrier:** Dat wil niet zeggen dat dat wat je achterlaat altijd gewaardeerd wordt door de samenleving. Men kan je irrelevant vinden, bijvoorbeeld doordat er alleen gekeken wordt naar etniciteit, gender of leeftijd. Als je dan geen waardering voelt, kun je vast-

lopen. Het is dan belangrijk om die kracht in jezelf te blijven voelen. Het gevoel te hebben dat je bijdraagt aan de samenleving, of je je nu gewaardeerd voelt of niet.

**Annette Nobuntu Mul:** Volgens een Afrikaans spreekwoord kun je een baobabboom niet in je eentje omarmen. Die boom is zo groot, daar heb je anderen bij nodig. Datzelfde geldt voor wijsheid. Ook voor wijsheid heb je anderen nodig. En het geldt ook voor het maken van fouten. Bij Ubuntu wordt niet uitgegaan van individuele fouten met schuld, boete en isolatie tot gevolg (de welbekende 'cancelcultuur'). Wezenlijk in het Afrikaanse denken is: er is iets gebeurd, de gemeenschap is beschadigd. Hoe kunnen we het gebeurde erkennen (dat is de waarheid) en wat is ieders aandeel in hetgeen gebeurd is: het draait niet om de schuld-vraag, maar om de vraag hoe we er samen van kunnen leren. Vervolgens heeft iedereen een aandeel op weg naar herstel en uiteindelijk naar verzoening. Voor ons in het Westen kost excuses aanbieden vaak veel moeite, want we zijn bang om daarmee de ruimte te bieden om 'gecanceled' te worden.

Vanuit de Ubuntu-filosofie wordt dit dus heel anders bezien. Toen ik voor de eerste keer in Zuid-Afrika kwam, voelde dat voor mij als een spirituele ervaring. Bijzonder, want ik dacht altijd dat ik heel rationeel was. Ik kom uit een familie waarin mensen elkaar bevochten

***Er zit een enorme rijkdom in het weten dat je elkaar nodig hebt.***

om het geloof en er zelfs scheuringen door zijn ontstaan. Voor mij waren spiritualiteit en geloof hierdoor zaken waar ik me, onbewust, niet mee bezig wilde houden, maar in Afrika kon ik dat niet meer ontkennen. Toen ik de Afrikaanse rode aarde zag, moest ik huilen. Daar was ik verbaasd over en ik weet nog dat ik een verklaring probeerde te vinden voor mijn emoties. Ik dacht: ik heb vast een burn-out, of last van een jetlag. Inmiddels probeer ik zulke mystieke gebeurtenissen niet meer te verklaren. Stef Bos zegt het mooi: 'Je moet niet alles willen verklaren. Voor je het weet verklaar je elkaar de oorlog.' Tegelijkertijd is Ubuntu ook heel pragmatisch. Het betekent ook dat als je bij de kassa komt en de mevrouw die voor jou staat haar portemonnee vergeten is, je haar boodschappen betaalt. En als ze je later wil terugbetalen, dat je dan zegt: 'Nee, ik vind het fijn als u de volgende keer ook zoiets voor een ander doet.' Pay it forward! Ik vind het mooi als je spiritualiteit bekijkt vanuit een holistische benadering. Men is nog weleens geneigd om spiritualiteit 'zweverig' te noemen. Terwijl, iemand die alleen maar rationeel is, die eigenlijk alleen maar in zijn hoofd zit, die wordt niet als 'zweverig' gezien. Wat mij betreft is het andersom: als je alleen maar de ratio hebt, negeer je je lijf, en zweeft je hoofd als het ware. Door het holistisch te bekijken verbind je je hoofd met de rest van je lichaam.

**Babah Tarawally:** Afrikaanse mensen leven een heel spiritueel leven. Net als in het geloof draait het bij spiritualiteit om ervaren. En die eigen ervaring mag niemand ontkennen. Als ik tegen je zeg: 'Ik heb vandaag God ontmoet in mijn eigen huis,' dan reageer je niet met: 'Dat kan niet.' Het is mijn ervaring, die hoeft ik niet te bewijzen. Dat is het vertrekpunt. Afrikanen kennen ook niet een gevoel van eenzaamheid. Ook als je alleen thuis bent, ben je namelijk omgeven door anderen. Misschien niet zichtbaar, maar ze zijn er, dus je bent niet alleen. Dat gevoel van verbondenheid kennen we in het Westen veel minder. Je hebt niemand nodig, want we zijn overal voor verzekerd: 'Mijn zekerheid is Menzis.' Je bent verzekerd tot je dood, maar misschien wel heel eenzaam.

**Kathleen Ferrier:** Wat ik opmerkelijk vind is dat men afhankelijkheid hier heel negatief duidt. Hier wordt gedacht: 'Ik kan beter afhankelijk zijn van Menzis, dan van andere mensen.' Terwijl er een enorme rijkdom zit in het weten dat je elkaar nodig hebt. Als je dat weet, kijk je er anders naar.

**Babah Tarawally:** Mijn blik hierop is wel een beetje veranderd toen ik van Sierra Leone naar hier kwam. Toen merkte ik: ik ben vertrokken, maar niet compleet aangekomen. Maar toen ik later terugkwam in Sierra Leone was ik ook niet meer helemaal dezelfde. Ik heb hier geleerd dat je alleen iets kan betekenen wanneer je je eigen ik goed ontwikkeld. Een goede opleiding is belangrijk, want dan kun je ook iets teruggeven aan een ander. Ubuntu heeft mij daarmee geholpen, omdat dat je doet beseffen dat je je succes niet alleen aan jezelf te danken hebt. Je staat op de schouders van je voorouders. Voor de boeken die ik heb geschreven was ik alleen maar een medium, waardoor het verhaal van heel veel generaties verteld kon worden.

**Vraag de ander:  
'Waar zit je zorg?'**



Annette Nobuntu Mul.

**Annette Nobuntu Mul:** Nelson Mandela zei: 'Je dient de wereld niet door je kleiner voor te doen dan je daadwerkelijk bent.' En Herman Wijffels had het ooit over de zielsopdracht, hoe je voelt dat wat je doet bijdraagt aan het geheel, zolang het verbonden is met de onuitputtelijke bron. Opdrachten moeten passen bij jouw talenten, anders raak je uitgeput. Schrijver en fysicus Marinus Knoope zei daarover: 'Als je een appelboom bent, mag je trots zijn op de mooie appels die je produceert en die geplukt gaan worden. Je moet alleen geen perenboom willen zijn.' Je kunt bijdragen aan een wereld in ontwikkeling. Ook Ubuntu is voortdurend in ontwikkeling. We zijn allemaal onlosmakelijk met elkaar én de wereld verbonden. Desmond Tutu vatte dat mooi samen in de woorden: 'I am because we are and we are because the planet is.' Ik zie momenteel helaas wel veel dat die gedachte wordt gebruikt om te denken in 'wij' en 'zij'. In de liefdevolle boerengemeenschap waarin ik woon verschijnen nu borden met AZC nee in de tuin. Dat is dus geen Ubuntu. Angst is voor veel mensen een belangrijke

drijfveer. Interventiekundige Marjo Korrel geeft het advies om in zulke gevallen op zoek te gaan naar de waarde van weerstand. Dat idee vind je ook terug in de pijlers van Indaba, de stamvergaderingen die Bantoe-stammen (de Bantoe zijn de grondleggers van Ubuntu) hielden. Voor Indaba is het belangrijk dat je de waarde onder weerstand leert te zien. Vraag de ander: 'Waar zit je zorg?' Dat is heel iets anders dan de ander proberen te overtuigen van de andere kant. Met die vraag kun je een dialoog creëren. We zien op politiek niveau, in eigen land, maar ook in Europa, dat daar nu geen ruimte voor is. Wat mij nu ook erg bezighoudt is het vetorecht in de Verenigde Naties. Dat past niet in de Ubuntu filosofie. In Ubuntu heeft iedereen het recht om mee te discussiëren en om gehoord te worden. Het recht op medezeggenschap gaat gepaard met de verplichting om verantwoordelijk bij te dragen aan het geheel. Daar past geen vetorecht in. Daar past een professionele, persoonlijke en goede onderbouwing in inclusief waar je angst of waar je moeite zit en wat je nodig hebt van de ander(en) om weer door te kunnen.

**Babah Tarawally:** Ik denk dat Ubuntu het grootste geschenk van Afrika is. Die filosofie moeten we gewoon echt omarmen. Voor vrijheid. Niet tegen, maar vóór menselijkheid.

***Er zit een enorme rijkdom  
in het weten dat je elkaar  
nodig hebt.***

**Kathleen Ferrier:** Ik hoop van harte dat dit interview in jullie blad mensen nieuwsgierig maakt naar andere manier denken van kijken naar anderen. Juist in het vak van de toegepast psycholoog kan dat een enorme verrijking zijn. Durf breder te kijken. Mensen breder te zien en vooral de samenhang, de verbondenheid van mensen met elkaar en van mensen met de planeet. Dat kan echt een verrijking zijn.

## Verder lezen?

Annette Nobuntu Mul schreef over haar kennismaking met Zuid-Afrika en Ubuntu het boek 'Opzoek naar Ubuntu. Zuid-Afrika onder mijn huid.'

Marjo Korrel, die wordt genoemd in dit artikel, schreef 'Het begeleiden van effectieve leerprocessen'. Over interventiekunde, de waarde van weerstand en de Interventiekaart als wegwijzer. ■

**Annette Nobuntu Mul** (zie foto) is founder van Ubuntu Society en Stichting Ubuntu Nederland. Ze is spreker en auteur in Nederland en Zuid-Afrika waar ze o.a. trainingen in Indaba verzorgt, hoofddocent en initiatiefnemer van de MOOC en de live opleiding Ubuntu, Leiderschap en Burgerschap aan de ISVW.

**Kathleen Ferrier** is voorzitter NL Unesco Commissie en deskundige op gebied van ontwikkelingssamenwerking, mensenrechten en diversiteit. Docent aan Aziatische universiteiten, tien jaar lang Tweede Kamer lid voor het CDA met als portefeuilles o.a. internationale samenwerking, onderwijs.

**Babah Tarawally** is schrijver en journalist. Hij vluchtte in de jaren negentig uit Sierra Leone vanwege het oorlogsgeweld. Tijdens zijn zevenjarige asielprocédure in Nederland publiceerde hij *De god met de blauwe ogen* (2010). In 2016 verscheen *De verloren hand*.