



Active Health Foundation

‘Gezonde mensen en gezonde wereld’

Verkenning van een ethisch kompas

Dit document maakt onderdeel uit van het meerjarige project *Verkenning van een ethisch kompas*. Een project waarin de vraag centraal staat:

- Als je als individu of collectief ‘Gezondheid als een waarde’ⁱ centraal wilt stellen, welke voorwaardelijk afhankelijke ethische basisprincipes kunnen in principe(*) bijdragen aan een situatie van ‘gezonde mensen en een gezonde wereld’ in het ‘hier en nu’ en het ‘daar en later’?

(*) In principe, omdat wij mensen ethische keuzes over juist handelen maken in een context van verborgen gebreken en impactⁱⁱ van ons (niet-)handelen. We kunnen nooit alle gevolgen van ons handelen overzien noch kunnen we alle oorzaken kennen die tot een bepaalde situatie hebben geleid. Inherent aan ons menselijk onderscheidend vermogen is onvolledigheid. Door ons niet-weten veroorzaken wij in het dagelijks leven allemaal ongemerkt en ongewild in meer of mindere mate onvolkomenheden.

Hieronder wordt allereerst het theoretisch denkkader van de verkenning uiteengezet, gevolgd door de uitkomsten.

‘Gezonde mensen en een gezonde wereld’

‘Gezondheid als een waarde’ vertrekt vanuit de visie dat ‘Gezondheid’ betrekking heeft op alle (eco)systemen. Het raakt niet alleen de individuele mens, maar ook alle domeinen van een samenleving en alle natuurlijke systemen op de planeet aarde. ‘Gezondheid als een waarde’ centraal stellen, staat voor het bijdragen aan een situatie van gezonde mensen en een gezonde wereld in het ‘hier en nu’ en het ‘daar en later’ⁱⁱⁱ:

- Gezonde mensen: ieder mens heeft relatief gelijke kansen om op een duurzame manier te kiezen voor gezondheid. Hierbij gaat het om gezondheid als het streven naar ‘een toestand van volledig fysiek, geestelijk en sociaal welbevinden en niet slechts het ontbreken van ziekte of gebrek’ (World Health Organization, 2020, p.1). Met oog voor ‘het vermogen van mensen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven’ (Huber et al., 2011, p.2; Huber et al., 2016, p. 1)^{iv}. Laatstgenoemd concept van gezondheid benadrukt de veerkracht van het individu en de potentie om gezond te worden en/of zich gezond te voelen, zelfs als er sprake is van ziekte.
- Gezonde wereld: betreft samenlevingen wereldwijd en de planeet aarde. Het gaat om een duurzame balans tussen gezonde mensen, flora, fauna en natuurlijke hulpbronnen zoals bodem, water en lucht.

Denken vanuit ‘Gezondheid als een waarde’ sluit aan bij het inzicht van een onderlinge afhankelijkheid tussen de concepten ‘human health’ (humane gezondheid) en ‘planetary health’ (planetaire gezondheid).^v

Gezondheid betekent keuzes maken

De realisatie van ‘gezonde mensen en een gezonde wereld’ vereist prioriteit geven aan gezondheid. Vanuit ‘Gezondheid als een waarde’ keuzes maken. Als individu over alle facetten van het leven. En

als collectief over de inrichting van alle domeinen van de samenleving, waaronder de inrichting van de economie, de rechtspraak, het bestuur, de financiële sector, et cetera. Waarbij ieder mens gefaciliteerd wordt door toegang tot kennis, vaardigheden en hulpbronnen.

De ethische dimensie van keuzes

Inherent aan het maken van keuzes is dat het daaruit voortkomend handelen en niet-handelen gevolgen hebben. Handelen en niet-handelen hebben effect op de gezondheid van de persoon zelf, de samenleving en de planeet aarde zowel in het 'hier en nu' als het 'daar en later'. Omdat wij in het dagelijks leven voortdurend keuzes moeten maken die deze ethische dimensie 'wat is juist handelen?' in zich dragen, is het zinvol om te kunnen terugvallen op ethische basisprincipes die tezamen fungeren als een moreel kompas (Lama, 2014, p.74).

Verkenning ethische basisprincipes

Met bewustzijn van de relativiteit van ons weten, is een meerjarige verkenning uitgevoerd naar voorwaardelijk afhankelijke basisprincipes die tezamen een ethisch kompas kunnen vormen om te handelen vanuit 'Gezondheid als een waarde'. Op basis van reflecterende gesprekken met personen uit het netwerk van stichting Active Health Foundation, literatuuronderzoek en proefondervindelijk ervaren in de praktijk, is een niet-limitatieve set van voorwaardelijke afhankelijke basisprincipes tot stand gekomen die in principe bijdragen aan 'gezonde mensen en een gezonde wereld':

- inzicht en intuïtie
- innerlijke waarden
- bewustzijn en meditatie
- compassie
- gelijkheid in vrijheid
- sociaal inclusief
- regeneratief
- biologisch
- circulair
- groen
- lokaal
- social purpose

Inzicht en intuïtie:

Inzicht en intuïtie helpen bij het integraal benaderen van 'gezonde mensen en gezonde wereld' vanuit een bewustzijn dat alle elementen in het leven voorwaardelijk afhankelijk van elkaar zijn en ons weten begrensd is (niet-weten). Het ontwikkelen van systeeminzicht en intuïtie is van belang om persoonlijke en maatschappelijke keuzes te kunnen maken met zo min mogelijk verborgen gebreken/impact. Kwaliteit van leven kunnen ervaren, vraagt ook om bewust leven waarbij ieder mens in het 'labyrint van het leven' op zoek kan gaan naar zijn/haar doel (purpose). Mindful en hartful; het hart volgend en met compassie. Luisterend naar zijn/haar gut feeling met oog voor gevolgen van (niet-)handelen in het 'hier en nu' en 'daar en later'.

Innerlijke waarden:

Innerlijke waarden opgevat als universele waarden die in ieder mens aanwezig zijn, zoals: liefde, vriendelijkheid, compassie, empathie, geduld, verdraagzaamheid, respect, vergeving, altruïsme, moed, tevredenheid, zelfdiscipline en eerlijkheid. Het voeden van innerlijke waarden draagt onder meer bij aan geluk, zingeving en vrede.



Bewustzijn en meditatie:

Bewustzijn refereert aan een staat van open gewaarzijn, dat een mens in het dagelijks leven helpt om zijn/haar kernwaarden over de assen van IQ (cognitief/mentaal), FQ (fysiek), EQ (emotioneel), SQ (spiritueel/zingeving) te herinneren en van daaruit zelf richting te geven aan gezond(er) keuzegedrag. Gewaarzijn betekent aandacht schenken aan je eigen handelingen, gevoelens, gedachten en woorden. Op een manier die zich kenmerkt door opmerkzaamheid (mindfulness); de tegenwoordigheid van geest hebben in alledaagse handelingen. Gewaarzijn duidt ook op een algemene houding van behoedzaamheid of gewetensvol in de zin van zorgzaam en aandachtig zijn. Bij meditatie gaat het om het beoefenen en ontwikkelen van open gewaarzijn. Een leerproces van het ontwikkelen van vertrouwdheid met iets of een situatie om inzicht te krijgen in de unieke aard ervan en er in lijn met kernwaarden mee om te kunnen gaan (Lama, 2014, pp. 107-109; Tulku, 2014, pp. X).

Compassie:

Compassie is de wens het lijden van anderen te verzachten en hun welzijn te bevorderen van waaruit een weloverwogen keuze tot al dan niet handelen volgt. Universele compassie behelst het vermogen om de cirkel van zorg de gehele mensheid te laten omvatten en, in zijn uiterste dimensie, zorg voor alles wat leeft op de planeet aarde. Compassie bevordert positieve toestanden zoals welbevinden, hoop en veerkracht (Lama, 2014, pp. 54-55, 155-156).

Gelijkheid in vrijheid:

Gelijkheid in vrijheid verwijst een idee van solidariteit^{vi}. Het is een collectieve verantwoordelijkheid dat ieder mens met dezelfde mate van vrijheid wordt gefaciliteerd in de essentiële materiële en immateriële behoeften die nodig zijn om een menswaardig bestaan te kunnen leiden. Met respect voor keuzevrijheid raakt het vraagstukken als een eerlijke inkomensverdeling (basisinkomen), gezondheidsgelijkheid, gelijkheid in eigendomsverhoudingen (gemeenschappelijk bezit) en gelijke toegang tot basisvoorzieningen.

Sociaal inclusief:

Sociaal inclusief refereert aan het principe van non-discriminatie en veiligheid. Ieder mens heeft dezelfde rechten en vrijheden zonder enig onderscheid van welke aard dan ook, zoals gender, leeftijd, huidskleur, afkomst, nationaliteit, etnische origine, geloofsovertuiging, politieke overtuiging, seksuele geaardheid, burgerlijke staat, geboorte, vermogen, gezondheidsstatus, handicap, lichamenlijk kenmerk, soort arbeidscontract of arbeidsduur (General Assembly, 1948; *Algemene wet gelijke behandeling*, 2020). Sociale inclusie impliceert ook diversiteit. Diversiteit binnen een (eco)systeem draagt bij aan diens veerkracht om verschuivingen en verstoringen op te vangen.

Regeneratief:

Regeneratief impliceert een beroep doen op het zelfherstellend, zelfhelend vermogen van de mens, de samenleving en de planeet aarde.

Biologisch:

Biologisch verwijst naar een wijze van produceren en consumeren gericht op het ondersteunen en versterken van de gezondheid van bodems, planten, dieren, mensen en ecosystemen. Waarbij gezondheid wordt gezien vanuit het perspectief van heelheid en integriteit van levende systemen. Gezond is niet een kwestie van de afwezigheid van ziekte, maar het continu werken aan fysiek, mentaal, sociaal en ecologisch welbevinden. Landbouw vindt plaats als onderdeel van ecologische



systemen en natuurlijke kringlopen. Het vraagt aanpassing aan de lokale omstandigheden, ecologie, cultuur en schaal. De hele keten van productie tot consumptie dient bij te dragen aan de bescherming en de verbetering van de leefomgeving waaronder water, lucht, biodiversiteit, landschap, klimaat, et cetera. En aan eerlijkheid in de zin van billijkheid, respect, rechtvaardigheid en rentmeesterschap. Om de gezondheid van mens, samenleving en planeet nu en in de toekomst te beschermen, dient er vanuit het principe van voorzorg en verantwoordelijkheid gehandeld te worden. Dit betekent diepe reflectie (triage) als het gaat om experimenten of wetenschappelijke innovaties (IFOAM Organics International, 2020).

Circulair:

Circulair duidt op het toepassen van het principe van gesloten kringlopen. Zoals circulariteit van gebruik. Circulariteit van energie en materie; het zo min mogelijk beslag leggen op eindige grondstoffen, biologische reststoffen na gebruik veilig laten terugvloeien in de natuur en technisch hergebruik van materialen en grondstoffen. En monetaire circulariteit; een diepe reflectie op vergoeding en kapitaal (rente).

Groen:

Groen refereert aan een groene inrichting van de leefomgeving, de inclusie van natuur en het bewustzijn van de (verborgen) impact van ons keuzegedrag op de natuurlijke omgeving.

Lokaal:

Lokaal verwijst naar het prevaleren van 'nabijheid' als het gaat om productie en consumptie. Uitingen ervan zijn: korte ketens, autarkie, gemeenschappen van prosumers (productie door consumenten).

Social purpose:

Social purpose betreft eigendomsstructuren die zodanig zijn ingericht dat opbrengsten onderdeel zijn van de samenleving (toe te wijzen aan het algemeen nut beogende maatschappelijk verkeer). De opbrengsten van een activiteit komen toe aan de samenleving. Hierbij manifesteert 'Gezondheid als een waarde' zich onder meer in rentmeesterschap, het invullen van sociale noden, transparantie, een 'level playing field'^{vii}, 'true pricing'^{viii}, een gezondheidsbevorderende omgeving en integraal gezondheidsmanagement.

Vitale sectoren

Ethisch handelen om bij te dragen aan een situatie met gezonde mensen en een gezonde wereld, raakt ook het systeemvraagstuk: welke sectoren in een maatschappij zijn vitaal voor de essentiële voorzieningen en levensbehoeften van een mens, en dienen daarom de belangrijkste bestemming van (financiële) investeringen te zijn? Het unieke aan gezondheid is, dat het niet te koop is of verkocht kan worden. Ook al heeft het soms wel die schijn. Het betreft een universeel mensenrecht en niet een product van de markt. Vitaal in de context van 'gezonde mensen en gezonde wereld' zijn dus sectoren die bijdragen aan essentiële levensbehoeften van de mens, zoals voedsel, water, energie, veiligheid, sociale relaties, zelfverwezenlijking en zingeving. Waarbij aan die behoeften voldaan dient te worden met inachtneming van de gezondheidseffecten van keuzes voor de persoon zelf, de samenleving en de planeet, in het 'hier en nu' en het 'daar en later'.

Versie: 31 mei 2021



Notenapparaat

- ⁱ 'Waarde' in de betekenis van een denkbeeld over wat (in het algemeen belang) nastrevenswaardig, goed en juist is. Daarbij wordt aan gezondheid een intrinsieke waarde toegekend. Het is op zichzelf waardevol. Gezondheid heeft een waarde onafhankelijk van nut, behoeften of voorkeuren. Net als rechtvaardigheid, vrijheid, gelijkheid, et cetera, is gezondheid moreel relevant. Tegelijkertijd kan aan gezondheid ook een instrumentele waarde worden toegekend: gezondheid als middel om andere doelen en behoeften te verwezenlijken, zoals geluk, ontplooiing en vrede.
- ⁱⁱ Lees voor meer inzicht in de verborgen impact van ons handelen bijvoorbeeld 'De verborgen impact: alles voor een eco-positief leven' van Babette Porcelijn (Porcelijn, 2017).
- ⁱⁱⁱ 'Hier en nu' en 'daar en later' verwijst naar het belang van inzicht hebben in en het voorkomen van afruilrelaties bij het toepassen van 'Gezondheid als een waarde'. Keuzes van een individu of een collectief in het 'hier en nu' (op deze plek op dit moment) kunnen ten koste gaan van een situatie met gezonde mensen en een gezonde wereld elders op aarde (het 'daar') en toekomstige generaties (het 'later').
- ^{iv} Dit concept van gezondheid is vervolgens door Huber e.a. uitgewerkt in zes dimensies en tweeëndertig (later tweeënveertig) aspecten. De zes dimensies zijn: lichaamsfuncties, mentale functies en beleving, spirituele/existentiële dimensie, kwaliteit van leven, sociaal-maatschappelijke participatie en dagelijks functioneren. De uitwerking in zes dimensies kreeg de benaming 'Positieve Gezondheid' (Huber & Van Vliet, 2020).
- ^v Whitmee et al. schrijven bijvoorbeeld: "The concept of planetary health is based on the understanding that human health and human civilisation depend on flourishing natural systems and the wise stewardship of those natural systems" (Whitmee et al., 2015, p. 1974).
- ^{vi} Voor wie geïnteresseerd is in een veelheid aan betekenissen van solidariteit, zie het artikel 'Over solidariteit gesproken' van Hub Crijns (Crijns, z.d.).
- ^{vii} Level playing field verwijst naar het creëren van een gelijk speelveld voor producenten en dienstverleners vanuit een idee van rechtvaardigheid. Bij 'gelijk speelveld' zijn er op hoofdlijnen twee soorten definities te onderscheiden: (1) "rules-based level playing field: the rules are the same for all firms" en (2) "outcome-based level playing field: all firms have the same expected profit" (Appelman, et al, 2003, p.21).
- ^{viii} True pricing verwijst naar de echte prijs van een product/dienst. Een prijs waarin ook de verborgen impact op mens, samenleving en de planeet aarde is meegenomen.

Bibliografie

- Algemene wet gelijke behandeling* (BWBR0006502). (2020, 1 januari). Overheid.nl.
<https://wetten.overheid.nl/BWBR0006502/2020-01-01>
- Appelman, M., Gorter, J., Lijesen, M., Onderstal, S., & Venniker, R. (2003). *Equal Rules or Equal Opportunities? Demystifying Level Playing Field* (Nr. 34). CPB.
<https://www.cpb.nl/sites/default/files/publicaties/download/equal-rules-or-equal-opportunities-demystifying-level-playing-field.pdf>
- Crijns, H. (z.d.). *Over solidariteit gesproken*. de Sociale Alliantie. Geraadpleegd op 5 april 2021, van <https://www.socialealliantie.nl/index.php/achtergronden/thema-eerlijk-delen/over-solidariteit-gesproken>
- Huber, M., Knottnerus, J. A., Green, L., Horst, H. V. D., Jadad, A. R., Kromhout, D., Leonard, B., Lorig, K., Loureiro, M. I., Meer, J. W. M. V. D., Schnabel, P., Smith, R., Weel, C. V., & Smid, H. (2011). How should we define health? *BMJ*, *343*, d4163. <https://doi.org/10.1136/bmj.d4163>
- Huber, M., & Van Vliet, M. (2020, September 18). *Reactie van Machteld Huber en Marja van Vliet*. ZonMW. <https://publicaties.zonmw.nl/index.php?id=8692>
- Huber, M., Van Vliet, M., Giezenberg, M., Winkens, B., Heerkens, Y., Dagnelie, P. C., & Knottnerus, J. A. (2016). Towards a 'patient-centred' operationalisation of the new dynamic concept of health: a mixed methods study. *BMJ Open*, *6*(1), e010091. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2015-010091>
- IFOAM Organics International. (2020). *Beginnselen van de biologische landbouw*. IFOAM.
<https://www.ifoam.bio/principles-organic-agriculture-brochure>
- Lama, D. (2014). *Vrij van religie* (3de ed.). Milinda Uitgevers.
- Porcelijn, B. (2017). *De verborgen impact: alles voor een eco-positief leven* (3de ed.). Volt.
- Tulku, T. & Nyingma Centrum Nederland (Amsterdam). Vertaalgroep. (2014). Open bewustzijn. Zelfkennis en innerlijke vrede door meditatie (Herziene ed.). Dharma.
- General Assembly. (1948, December 10). *Universal Declaration of Human Rights* (A/RES/217 (III)). United Nations. [https://undocs.org/A/RES/217\(III\)](https://undocs.org/A/RES/217(III)).



-
- Whitmee, S., Haines, A., Beyrer, C., Boltz, F., Capon, A. G., De Souza Dias, B. F., Ezeh, A., Frumkin, H., Gong, P., Head, P., Horton, R., Mace, G. M., Marten, R., Myers, S. S., Nishtar, S., Osofsky, S. A., Pattanayak, S. K., Pongsiri, M. J., Romanelli, C., . . . Yach, D. (2015). Safeguarding human health in the anthropocene epoch: Report of the Rockefeller Foundation–Lancet Commission on planetary health. *The Lancet*, 386(10007), 1973–2028. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(15\)60901-1](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(15)60901-1)
- World Health Organization. (2020). Constitution of the World Health Organization. In *Basic documents. Including amendments adopted up to 31 May 2019* (Forty-ninth ed., pp. 1–19). World Health Organization. https://apps.who.int/gb/bd/pdf_files/BD_49th-en.pdf

Active Health Foundation (AHF) is een Algemeen Nut Beogende (ANBI) Stichting met als doel de verwezenlijking van 'gezonde mensen en een gezonde wereld'.

Voor contact omtrent dit document kunt u mailen naar: info@activehealthfoundation.org.

©Stichting Active Health Foundation

