

# Cultuur en lichaamszuivering

## Sjaak van der Geest

is hoogleraar Medische Antropologie aan de Universiteit van Amsterdam. Hij woonde ruim twee jaar in Kwahu-Tafo, Ghana, voor antropologisch veldwerk. Zijn huidige onderzoek gaat hoofdzakelijk over oud worden in Ghana.

## Gezonde stoelgang bij een bevolkingsgroep in Ghana

Onlangs heeft het Nederlandse tijdschrift *Medische Antropologie* een volledig nummer gewijd aan het thema 'Poep, cultuur en welbevinden'.\* De titel lijkt een beetje obscene, maar de zaak waarover het gaat is veel minder triviaal dan men zou vermoeden. Ontlasting heeft te maken met reiniging en met zuiverheid. Met lichaamscultuur, mag men zeggen. Maar cultuur in het algemeen is vuil opruimen, gevaar bezweren, orde scheppen. Daarover handelt dit artikel. Het beschrijft aan de hand van een Afrikaans voorbeeld hoeveel belang mensen hechten aan de bestrijding van lichaamsvuil.

## VUIL EN GEVAAR

Een aantekening uit een oud dagboek: Kwahu-Tafo, april 1969. "Word wakker van een melkerende geit. Het is nog half donker, maar buiten hoor ik mensen. Een emmer wordt neergezet, het hengsel valt met een scherpe klik. Gedempte stemmen, een vrouw roept iets. Voetstappen voor de deur. Brekend hout, er wordt vuur gemaakt. Eén geluid kan ik niet thuisbrengen, een eentonig en regelmatig 'zzzz, zzzz, zzzz'. Ik sta op en open de deur. In het schemerlicht zie ik een meisje van ongeveer veertien dat het erf aan het vegen is. Ze staat voorovergebogen, haar linkerhand op de rug, in haar rechter een bezem zonder steel die met grote regelmaat over het aarden binnenerf strijkt en het afval van gisteren naar het midden schuift: bananenschillen, een vod, proppen papier, een stuk plastic, een kapotte sandaal, uitgespuugde resten van een suikerrietstengel, kippenstront, een sardienblikje, houtsplinters, een oude ballpoint en een lepel die er tussen uit gevist wordt. Even

wordt het ritme onderbroken als ze de lepel oppakt en in de richting van de keuken gooit. Dan vervolgt ze haar werk, 'zzzz, zzzz, zzzz...'

Buiten het erf zie ik zwijgende gestalten voorbij komen, gehuld in een kleed dat hoog om de nek geslagen is tegen de ochtendkilt. Ze zijn op weg naar het openbare toilet dat vijftig meter verderop staat. Het is spitsuur maar stil. Er wordt niets gezegd. Op weg naar het toilet groet men niet, leer ik korte tijd later. Een jongen komt met een emmer op zijn hoofd het erf op en giet een gedeelte van het water in een pot die op het vuur staat. Badwater. Mijn eerste nacht in het huis van Emmanuel Asirifi is voorbij. De dag is begonnen."

De geluiden van de eerste dag in Kwahu-Tafo, een dorp in Ghana, zijn geluiden van reiniging. Vuil is de grote vijand. Wie gezond wil blijven, moet vuil verwijderen: van het erf, van het huis, van de keuken, van het lichaam, maar vooral uit het lichaam.

Vuil is een centraal begrip in de Akan-cultuur van Ghana, in hun fysiologie, in hun

pathologie en hun 'sociologie'. Vuil wordt gezien als een van de hoofdoorzaken van ziekte. Bijna de helft van de ziekteoorzaken die Warren verzamelde in een andere Akan-gemeenschap, was gerelateerd aan vuil. Men dient daarom altijd het voedsel af te dekken tegen vliegen en ander vuil. Men moet pannen en ander kook- en eetgerei zorgvuldig wassen, het erf goed vegen omdat afval op de grond insecten aantrekt die ziekten verspreiden. De drums, potten en jerrycans waarin water wordt bewaard, moeten steeds schoongemaakt worden, de kleren worden vaak en grondig gewassen en men neemt dagelijks minstens eenmaal, liefst tweemaal, een bad. *Adware yè oduro*: een bad nemen is in zichzelf al een medicijn, schrijft een Ghaneese socioloog. Voor de verwijdering van het echte, kwaadaardige vuil, dat wat zich in het lichaam bevindt, is een geregelde stoelgang een vereiste. Dagelijkse ontlasting is ultieme hygiëne.

Er is een analogie tussen het dagelijks wassen van het lichaam, de dagelijkse toiletgang en het dagelijks schoonvegen van het erf. De analogie wordt nog overtuigender als we bedenken dat alle drie 'reinigingsrituelen' in de ochtend plaats vinden. Ze markeren het begin van een goede dag. Wie de dag begint met weglating van een van deze activiteiten, maakt een slechte start en loopt de kans problemen tegen te komen.

Vuil is ongewenst, maar er zijn diverse soorten vuil die verschillen in hun graad van 'ongewenstheid'. *Efi* is vuil dat van buiten komt en zich hecht aan het lichaam, aan kleding, aan voorwerpen zoals eetgerei, en aan een huis. Het heeft een tijdelijk karakter. Het is geen ernstige vorm van vuil. Als men er tijdig iets aan doet, is het niet bedreigend. *Atantaneè* (letterlijk: weerzinwekkende dingen) is vuil dat meer zorgen baart. Het is vuil dat uit het lichaam komt: speeksel, braaksel, menstruatiebloed, urine en ontlasting.

Als er ergens menselijke uitwerpselen liggen, is dat ernstiger dan bananenschillen en stukken plastic op het erf. *Eho ye tan*, zegt men: het is smerig, weerzinwekkend – en gevaarlijk.

## STOELGANG ALS PREVENTIE

Er is een lange traditie van 'stoel-onderzoek': de kwaliteit van ontlasting wordt sinds mensenheugenis beschouwd als een betrouwbare indicatie van de gezondheidstoestand. Hippocrates schreef reeds dat fecaliën zacht en lichtbruin moeten zijn, een mooie vorm moeten hebben en niet te veel moeten stinken. Als ze waterig en bleek zijn, of geelachtig en oneffen, is dat een slecht teken. En als ze zwart zijn of loodkleurig, betekent dat dat de dood nadert. De moeders van Kwahu-Tafo die de ontlasting van hun kleuters inspecteren, zijn het in grote lijnen met Hippocrates eens. Ook zij hebben grote belangstelling voor kleur, reuk, vorm en substantie. Zij letten bovendien scherp op de aanwezigheid van wormen.

Mensen hebben altijd hun ontlasting bestudeerd of laten bestuderen door deskundigen en sinds ongeveer een eeuw brengen ze doosjes en potjes met ontlasting naar ziekenhuizen en laboratoria voor diagnostisch onderzoek. Zoals men aan de vruchten de boom kent, zo kent men aan de drol de mens, zijn fysieke maar ook zijn geestelijke conditie. "Zolang je drol goed is, is er niets met je aan de hand", aldus een oude oom van me.

Een geregelde stoelgang is niet alleen een teken van een goede gezondheid, het is er ook een voorwaarde voor. Zo zien de bewoners van Kwahu-Tafo het in ieder geval. Ontlasting is vuil dat zich ophoopt in het lichaam en zo snel mogelijk verwijderd dient te worden. Vuil dat niet uitgescheiden

**Er is een analogie tussen het dagelijks wassen van het lichaam, de dagelijkse toiletgang en het dagelijks schoonvegen van het erf. De analogie wordt nog overtuigender als we bedenken dat alle drie 'reinigingsrituelen' in de ochtend plaats vinden. Ze markeren het begin van een goede dag. Wie de dag begint met weglaten van een van deze activiteiten, maakt een slechte start en loopt de kans problemen tegen te komen.**

wordt, gaat gisten en broeien en veroorzaakt hitte in het lichaam, wat vervolgens tot allerlei ziektes kan leiden, zowel intern als extern. De hitte zoekt zich een weg naar buiten via zweren, aambeien en huiduitslag. Wie één dag niet naar het toilet is geweest, heeft 'constipatie'. Met laxemiddelen, inclusief darmspoelingen, tracht men de constipatie te bestrijden. De Ghanese socioloog Osei spreekt van een *abdominal theory of health and illness*: "Iedere ziekte heeft haar oorsprong binnen in het abdomen. (...) De hang naar en de zorg voor regelmatig geleedigde darmen is in de Akan-cultuur zogoed als een ritueel. Dat is de reden waarom de klisterspuit in elk Akan-gezin kan gevonden worden en allerhande soorten zepillen de meest gebruikelijke medicamenten zijn die iedereen kent en die zelfs door gewone leken worden voorgeschreven." – 'Maak eerst je darmen leeg', is het motto van een van zijn informanten, want als dat gebeurt, wordt men ook niet ziek en behoeft men geen medicijn.

Een geregelde stoelgang geeft ook een gezonde appetijt, men heeft immers plaats gemaakt voor nieuw voedsel. Een oudere informant citeert een spreekwoord om zijn visie hierop kracht bij te zetten: *Wo poma na wo to a, na egye*: als je een geweer goed laadt, geeft het een harde knal. Na geschoten te hebben, kun je het opnieuw laden (en weer een harde knal produceren). Het

spreekwoord geeft op plastische wijze de continue gezonde afwisseling tussen eten en stoelgang weer.

Niet alleen is het belangrijk dagelijks ontlasting te produceren, het is ook sterk aan te raden dat vroeg in de ochtend te doen. Als ik een vrouw vraag waarom dat zo is, antwoordt ze: "Voor je nieuw voedsel inneemt, is het goed het oude uit te drijven." Een man merkt op dat iemand die 's morgens niet naar het toilet gaat zich onder de zieken moet rekenen. "Stront vreest de zon", zegt iemand anders, "als je in bed ligt en het wordt dag, wil je maar één ding: naar het toilet."

Ontlasting is niet alleen gezond op de langere termijn omdat het de ophoping van vuil en daarmee het ontstaan van ziekte voorkomt. Ze verhoogt ook het menselijk welbevinden met onmiddellijk effect. Men voelt zich van een last bevrijd, opgelucht, en spreekt wel van een verlossing, zelfs van een (zware) bevalling. Lea vergelijkt defecatie met andere vormen van 'ontlasting': zijn hart of gemoed luchten, 'schoon schip maken', iets opbiechten. Poepen is catharsis, reiniging. In de activiteit van de 'geregelde' ontlasting beleven mensen hun gezond zijn, het perfecte evenwicht tussen vasthouden en loslaten, controle en bevrijding, inspanning en ontspanning.

Een geregelde stoelgang staat voor regelmaat in het algemeen, het basisprincipe van een leven dat men onder controle heeft. Als in Mary Douglas' woorden vuil 'wanorde' is, dan is een onregelmatige en ongeregelde stoelgang in dubbele zin wanorde, iets wat zich letterlijk aan de regels onttrekt die mensen voor zichzelf hebben opgesteld. Omgekeerd maakt de 'regeling' van de stoelgang de wanorde die het vuil is onschadelijk. Het gevaar dat uit het vuil voortkomt, wordt getemd. Orde is het doel en uitgangspunt van hygiëne. Een geregelde stoelgang is het summum van orde en beschaving, terwijl onzindelijkheid het toppunt is van verlies van status en onwelbevinden. "Vuil is het bewijs van de onvolmaaktheden van het leven",

citeert Valerie Curtis McLaughlin. Wie zijn darmen niet onder controle heeft is gewoonlijk een kind, dat nog niet volwaardig 'mens' is. Wie dit als opgroeiend kind of volwassene overkomt, bevindt zich in een uiterst pijnlijke situatie. Zo iemand is pas echt 'ziek'. Ziekte, net als vuil, is immers wanorde.

## CULTUUR ALS PREVENTIE

Als cultuur de wijze is waarop mensen, met elkaar, hun leven zo geriefelijk mogelijk inrichten, dan zou men cultuur één groot preventief systeem kunnen noemen. Cultuur is vuil opruimen, gevaar bezweren, orde scheppen. In alle instituten en levensterreinen die men in een klassiek handboek van culturele antropologie aantreft, is deze gedachte terug te vinden. Niet alleen religie is ordescheppend en dus welzijn-verhogend, zoals Geertz in zijn beroemde essay schreef. Op alle terreinen van de cultuur vegen mensen hun erf schoon en trachten ze orde op zaken te stellen om ziekte, ongemak, onheil en onrust te voorkomen, kortom, om 'gezond' te kunnen leven. Preventie is cultuur, cultuur is preventie.

Binnen dat stelsel van preventief denken

en handelen neemt de dagelijkse, geordende stoelgang een centrale plaats in. Het vuil dat men iedere dag op die wijze verwijdert (lieft op een veilige afstand van het huis, ook al zorgt dat voor enig ongemak) maakt deel uit van een 'reinheidscomplex' dat vroeg in de ochtend begint. ■

\* Wie er belang in stelt, kan dit nummer verkrijgen bij St. Van Wolputte, departement Culturele Antropologie, K.U. Leuven (Tiensestraat 102, 3000 Leuven).

### Literatuur

- V. CURTIS, *The dangers of dirt: Household, hygiene and health* (proefschrift), Wageningen, 1998  
M. DOUGLAS, *Purity and danger. An analysis of concepts of pollution and taboo*, Harmondsworth (Penguin), 1970  
R. LEA, 'The shitful body': *Excretion and control*, in *Medische Antropologie*, 1999, p. 7-18  
Y. OSEI, *Traditional medicine among the Akan of Ghana (inaugurale dissertatie)*, Heidelberg, 1978  
D.M. WARREN, *Disease, medicine and religion among the Techiman-Bono of Ghana: A study in cultural change*, Ann Arbor, 1974