

Transformaties



Teksten van het symposium over “transformaties” van de
Stichting Psychiatrie en Filosofie aan de Universiteit voor
Humanistiek, 8 februari 2013

Voor verdere informatie, zie www.psychiatrieenfilosofie.nl

Arnold Ziegelaar: Dier onder de dieren.....	3
Huub Mous: De psychotische ervaring in tijden van secularisering.....	8
Wouter Kusters: Zeven stappen van waanzin. En daarna?.....	14
Joeri Calsius: Ruimte voor angst.....	27

Arnold Ziegelaar: Dier onder de dieren

1. Inleiding

Er is mij gevraagd iets te zeggen over het begrip ‘transformatie’ in verband met het thema ‘leegte’. Ik zal dat doen in de context van mijn geschrift Het Ogenblik, vlak voor de deadline ingezonden voor de Van Helsdingenprijs 2012. Voor het geschrift heb ik een eervolle vermelding ontvangen waarvoor ik de jury hartelijk wil danken.

Het Ogenblik is mijn eerste langere filosofische geschrift dat ik voornamelijk in de tweede helft van jaren negentig geschreven heb. Het is voor mij iets bijzonders omdat het een getuigenis is van een innerlijke crisis die ik in die jaren doormaakte. Oorzaken van deze crisis lagen deels in mijn jeugd van emotionele verwaarlozing, deels in mijn toenmalige persoonlijke omstandigheden die deels ook met die jeugd te maken hadden. Het gaat mij hier echter niet om die oorzaken, maar om de aard van de ervaringen en de met hen samenhangende filosofische gedachten.

Het Ogenblik is vanuit een crisistoestand gedacht en is tegelijk een poging er mij filosofisch uit weg te denken, wat in bepaalde zin gelukt is. Ik geef geen interpretatie van Het Ogenblik. Het is geschreven en er staat wat er staat. Ik zou het nu niet meer kunnen schrijven, maar ben trouw aan de inhoud die bij een vroeger zelf is ontstaan. Hopelijk zal het werk zijn weg in de wereld vinden. In het onderstaande doe ik een poging om vanuit huidig perspectief iets zinnigs over dezelfde thematiek te zeggen.

Toen ik Het Ogenblik herlas, bemerkte ik dat de gemoedstoestanden van waaruit ik het schreef, weer opgeroepen kunnen worden. De persoon die ik toen was, huist nog in mij, is een vroeger zelf dat zijn intensiteit verloren is. Het is toegedekt onder latere lagen van mijn levensgeschiedenis, waarin geluk en sereniteit meer de boventoon zijn gaan voeren.

Er was een samenstel van eenzaamheid, vervreemding van de wereld en wanhoop over de zin en de bestemming van mijn leven. Deze bestaanspijn nam mij innerlijk in beslag en nam soms een onbegrijpelijke en beangstigende omvang aan. Het leek of zij mij boven het hoofd groeide, want zij ondermijnde en kleurde alles wat ik dacht en deed. Ik ervoer de wereld en het leven als monsterlijke gevangenis die geen enkele hoop bood op zin, liefde of transcendentie. Ik las de tekst van Kierkegaard De Ziekte tot de dood, die mij trof als de bliksem, want hij analyseerde mijn situatie op ongeëvenaarde wijze, al vond ik dat het met hem beter was gesteld omdat hij uiteindelijk de sprong in het geloof kon maken. Die sprong was voor mij onmogelijk om redenen die ik ook Het Ogenblik uiteenzet.

De innerlijke crisis was onmiskenbaar, maar ik ervoer haar niet als psychologisch of psychiatrisch van aard, wat zij in de ogen van psychiatrisch deskundigen misschien wel was. Ik ervoer haar als levensbeschouwelijk: mijn verhouding tot het leven of tot mijn leven was problematisch. Zo noemde ik dat toen niet, want ik ervoer mijn leven simpelweg op een bepaalde manier, namelijk als vertwijfeling: de zinkende ervaring dat alles betekenisloos en vergankelijk is, vooral ikzelf.

Zo leefde ik, maar zo kon ik niet leven. Omdat ik zo niet kon leven, moest ik denken en schrijven over mijn toestand. Goed, ik was vertwijfeld, maar die vertwijfeling was iets, wat was zij? De crisis kon alleen opgelost worden door me er dieper in te begeven. De crisis was een wijze om de wereld te ervaren en door die beter te begrijpen, kon ik wellicht andere mogelijkheden openleggen. In ieder geval krijgt de crisis door verheldering vorm en daarmee is zij niet meer zo ontwrichtend op praktisch-persoonlijk niveau. Het denken heeft mij gered, niet door de crisis op te heffen, maar door haar intellectueel toe te eigenen.

Het interessante was dat daarmee tevens een weg werd vrij gemaakt voor een ervaring van het leven die de crisis omdraait in een onvermoede volheid: de ervaring van het wonder van de wereld en van mijzelf. Deze ervaring van volheid heb ik gekoppeld aan de woorden

‘ogenblik’ en ‘voorval’, woorden waaromheen de aantekeningen in Het Ogenblik draaien. In het schrijven heb ik mij als het ware een weg gebaad naar deze ervaring. Deze weg kan men benoemen als een transformatie, al is zij, in ieder geval in mijn geval, niet definitief.

Het woord ‘transformatie’ betekent de overgang van de ene naar de andere vorm, een gedaantewisseling en suggereert een eenrichtingsverkeer: van A naar B en niet meer terug. Ik vat transformatie eerder cyclisch op: een overgankelijkheid tussen twee verschillende wijzen om de wereld te ervaren. Dit licht ik in het onderstaande toe aan de hand van de begrippen ‘lege leegte’ en ‘volle leegte’.

2. Lege leegte

Elke psychische toestand is iets absoluuts: zij openbaart mijn leven op een bepaalde manier en niet op een andere manier. Ik kan niet zonder meer buiten die manier treden: als ik het leven vertwijfeld als zinloos ervaar, dan kan ik misschien wel denken dat het leven niet zinloos is, maar ik kan het niet ervaren. De vertwijfeling is een kleuring die mijn ervaringswereld volledig bepaalt. Vertwijfeling is ervaring van existentiële leegte, een ontbreken van betekenis van het in ruimte en tijd zijn. Dit ontbreken gaat gepaard met vervreemding, omdat ik die betekenis wel ten diepste verlang.

In Het Ogenblik worden dergelijke ervaringen, vooral in het begin, beschreven. Deze ‘lege leegte’ kan opstijgen na negatieve gebeurtenissen, zoals verlieservaringen, maar ook in onschuldige situaties. Ik zal haar illustreren aan de hand van een voorbeeld, niet opgenomen in Het Ogenblik, maar zij had er zo in gekund.

~ Ik was op vakantie in de Ardennen. Het begon te schemeren. Ik stond aan de oever van een snelstromend riviertje met grote rotsblokken. Aan de overkant rees een kale, donkere helling met dunne, hoge en kale dennenbomen. Ik stond verstart en voelde een neerwaartse stroom door mijn lichaam. De zwarte helling, de rotsblokken, het donkere water waren stom, hadden mij niets te zeggen, ze toonden alleen hun star en ondoordringbaar mysterie. Er was geen betekenis: mijn leven was volstrekt leeg, eenzaam en overbodig, de wereld was op geen enkele manier tegemoetkomend, er was geen spiegeling tussen mij en de wereld, zij was er en ik was er, maar ze hadden geen betekenisvolle relatie en waren beide volstrekt leeg. Ik was vertwijfeld omdat er geen hoop was, geen kans op ontsnapping uit de gevangenis van dit universum. ~

Later noemde ik deze ervaring de ervaring van de Ongod: het was de ervaring van het volstreckte ontbreken van het goddelijke in de wereld. De wereld veranderde van tegemoetkomende, vertrouwde voorwerpelijkheid en medemenselijkheid in een geheel van verbijsterende fenomenen. Zij verscheen als vreemd, monsterachtig. Er was een diepe kloof tussen mijn betekenis zoekende ik en de als volstrekt ervaren betekenisloosheid van het universum. Ik kon mij niet als zinvol deel van de wereld begrijpen, en ook andere mensen konden mij niets bieden: zij stonden even machteloos tegenover deze onttrekking van zin en betekenis, ze werden er zelf in meegezogen.

Het levende, actuele verdween uit het weefsel van mijn verbindingen met de wereld. De dingen van de wereld kon ik wel waarnemen, of misschien moet ik zeggen, registreren, maar niet voelen. Ik veranderde in een verkilde bespieder van de monsterachtige wereld. Er was niets dat mijn gevoel en verlangen tegemoet kwam, integendeel, ik ervoer de wereld als volstrekt onverschillig voor mijn bestaan.

In deze lege leegte is een mystiek moment aanwezig. Dat wil zeggen: ik ervoer de wereld en mijn leven weliswaar als zinloos, maar tegelijk als mysterie. De lege leegte is de koude kant ervan. In termen van de christelijke mystiek: ik ervoer de ‘nacht van de ziel’. ‘Een toestand van duisternis, dorheid, verlatenheid, en leegte’ zoals Johannes van het Kruis zegt.

Door echter de ervaring als godverlatenheid te interpreteren, wordt de ervaring dialectisch gerelativeerd en niet toegelaten in zijn absolute. Achter of in de duisternis bevindt zich immers de verborgen God.

In de metafysische situatie van nu, waarin het Gods idee geen uitgangspunt is, is de 'nacht van de ziel' losgekomen uit deze interpretatie, is zij geen stadium meer in het fusieproces met het goddelijk licht. De nacht staat op zichzelf als wijze waarop de wereld zich openbaart: een mysterie dat zwijgend geen enkele zin prijsgeeft. Het woord was niet in den beginne, zoals in het Johannesevangelie bij God, maar het woord wordt pas gesproken bij de laat gekomen mens. Het zwijgen van het universum is dieper dan elk menselijk of goddelijk spreken. Onze spirituele overwegingen, onze pogingen tot zingeving zijn broze geluiden die verstommen in de stille afgronden van tijd en ruimte. De mens is een eindig spreken en de natuur is de eindeloze stilte.

De lege leegte lijkt daarmee een onherleidbaar, onophefbaar en fundamenteel aspect van de wereld. De ervaring ervan heeft een absoluut karakter. Het klassieke denken tot en met Hegel leefde van de parmenidiaans-platoonse grondgedachte dat achter de vluchtige wereld van de verschijnselen een bestendige en fundamentele ideële of geestelijke aanwezigheid schuilgaat die onze ware bestemming is en ons geborgenheid in het zijn geeft. Na het verval van het klassieke denken en de opkomst van de moderniteit heeft deze gedachte geen metafysische prioriteit meer. Gedachten aan niet-zijn, betekenisloosheid, afwezigheid, vergaan en verdwijnen komen naar de voorgrond. De mens verliest zijn verankering in een bestendige en betekenisvolle grond van zichzelf en het universum. In het goddeloze besef van grondeloosheid van de wereld, worden we eindig opgenomen in het eindeloze en volstrekt gerelativeerd.

3. De volle leegte

Het is een gevolg van de 'postmoderniteit' dat metafysisch verankerde hiërarchieën tussen begrippen zijn verdwenen. In begrippenparen als 'zijn/worden', 'zijn/niets', 'zin/zinloosheid', 'eeuwigheid/tijd', heeft de eerste geen hogere status dan de tweede, zoals in het klassieke denken tot Nietzsche. In het klassieke denken werden negativiteit en positiviteit van het zijn hiërarchisch gescheiden in een dualisme van een ware en een schijnbare wereld. De negativiteit werd als gebrek en afgeleide metafysisch geïsoleerd, gedegradeerd en gecompenseerd. Na het verdwijnen van dit dualisme zijn positiviteit en negativiteit innig verbonden in een dynamische eenheid. Zijn en niet-zijn zijn geen tegenstelling maar vormen een paradoxaal samengaan: de mogelijkheid en werkelijkheid van niet-zijn ligt in het zijn zelf. Het zijn staat niet tegenover het worden, maar zijn is altijd tegelijk in-wording-zijn. Bij Heidegger is het niets nog de 'sluier van het zijn', hier is 'niets' even fundamenteel als 'zijn', net zoals 'zinloosheid' even fundamenteel is als zin. Achter ervaringen van zinloosheid ligt niet een 'uiteindelijke' zin verborgen.

Worden mondt niet uit in een stabiel zijn, het niets is geen sluier van het zijn, zinloosheid is geen gebrek aan inzicht in de zin. Het regime van betekenis is (deels) gebroken en betekenisloosheid wordt ervaren als net zo fundamenteel als betekenis. Soms hebben we positieve, extatische, ervaringen van zin in de vorm van schoonheid of liefde en soms ervaren we vertwijfeling en angst. Hoewel in zichzelf absoluut, spreken ze elkaar niet tegen omdat ze na-elkaar zijn: het zijn de temporele wijzen waarop leven en wereld zich openbaren. Het zijn sferische ervaringen: ze bepalen onze levenssfeer. Het innerlijk leven is het doorlopen van sferische ervaringen, die soms op raadselachtige wijze in elkaar transformeren.

De ervaring van lege leegte kan daarom cyclisch overgaan in die van volle leegte. De volle leegte is ook een leegte, omdat het de letterlijke leegte is van ruimte en tijd, de oorspronkelijke dimensies waarin wij wonen. Oorspronkelijke dimensies zijn dimensies die

het geheel van onze ervaringswereld opspannen. Dat wij in die dimensies wonen en kunnen wonen, zegt dat ze niet louter als verbijstering hoeven te worden ervaren.

Maar wat is die volle leegte? Kunnen we haar begrijpen zoals we de lege leegte enigszins begrepen hebben? De ervaring van volle leegte is voor mij verbonden met de woorden 'Ogenblik' en 'Voorval'. Dit zijn twee belangrijke woorden van Het Ogenblik.

Een voorval is een 'atoom' van de wereld voor zover wij die ervaren. De kleinste rij van gebeurtenissen die we als geheel opvatten, een momentaan element van de ervaringswereld. Een voorval ontwikkelt zich als een organisme van klank en kleur gedurende een ogenblik. Het is een omgrensde, zich ontplooiende en verdwijnende rij stadia die door het lokale en klank-kleurige karakter mijn individuele bestaan tegenwoordig stelt.

Gewoonlijk is het gevangen in de pragmatische dimensie die zich uitstrekt tussen nuttigheid en waardeloosheid. We laten het niet spreken omdat we het óf behoeftig toe-eigenen óf het onverschillig negeren. In de niet beschouwelijke houding is het Voorval met hoofdletter V perifeer en staat de dimensie tussen het nuttige en waardeloze centraal. Het valt voor buiten de asfaltweg van het instrumentele of planmatige denken, kan niet worden geanticipeerd en doorbreekt daarmee het matte gewoontebewustzijn, de macht van het alledaagse. Het Voorval is het onverwachte. In het volgende een beschrijving van een eigen ervaring.

Het was laat in de avond. Ik deed de schuifdeur open en liep de donkere tuin in. Bij de kleine vijver bleef ik staan. Ik keek naar de beroering van het donkere oppervlak door de salamanders en kikkers onder en muggen en schaatsenrijders boven het water. Plotseling verschenen onze twee goudbruine katten. Langzaam slopen ze naar de rand van de vijver en snuffelden aan het oppervlak. Ze sloegen hun staarten sierlijk om hun onderlichaam terwijl ze gingen zitten, elk aan een kant van de vijver. Ingekeerd en geconcentreerd keken ze naar het donkere water, dat zich weerspiegelde in hun ogen. Daar waren we: samen in het schemer rond de kleine vijver. De wereld concentreerde zich op deze plek, er was niets anders dan deze plek, dan deze diepe betekenis.

Ik had de katten niet bij de vijver verwacht, werd getroffen door de sierlijkheid van hun bewegingen en deelde hun belangstelling voor de donkere vijver. Er was een plotselinge saamhorigheid tussen mij en de dieren die niet was georganiseerd. De grenzen tussen mij en hen leek te vervagen. Ik werd dier onder de dieren, deelde de ervaringslaag die we met hen delen. In de schemering waren we samen bij hetzelfde mysterieuze water. De vijver, de dieren en ik waren roerloos op deze plek, deze innigheid van tijd en ruimte, er was een ogenblik niets buiten deze plek. De ervaring was onverwacht, een plotselinge ervaring van volheid. In het oude Chinese, filosofische werk de I Tjing, komt het onverwachte overeen met hexagram 25 Het Onverwachte (De Onschuld). Het Beeld ervan luidt:

Onder de hemel rolt de donder:

Alle dingen krijgen de natuurlijke staat van de Onschuld.

Zo verzorgden en voedden de oude koningen,

Rijk aan deugd, in harmonie met de tijd, alle wezens.

De rollende donder onder de hemel is het beeld van het Onverwachte: de donder kan onverwacht klinken en ons wakker schudden, opschrikken, de dingen om ons heen doen (her)ontdekken. Plotseling is er aandacht voor de hemel en de aarde, voor de dingen en krachten die ertussen spelen. De dingen, dieren en mensen komen los uit hun verborgenheid achter onze doelgerichtheid. Ze tonen zich in de natuurlijke staat van onschuld, waarin hun bestaan niet belast is met ons gedoe, ons middel-doel-denken, onze afmattende emoties rond de ego-positie. De 'oude koningen' zijn analoog aan de krachten van de natuur die in het

samengaan met elkaar bepaalde toestanden op aarde teweeg brengen, ons verzorgen en voeden in de zin van: ons onze onschuld, onbevangingheid en frisheid van waarneming laten herontdekken.

De wereld wordt een toevluchtsoord in plaats van een afschrikwekkend geheel. De wereld is de aarde, de weg, de akkers, de vaart en de bruggen. De wereld is de donkerende avondhemel, steeds blauwer, tot diep zwart blauw. De wereld is de huivering van de nachtwind, de rust van het land, van het water als elementaire, heldere vloeibaarheid. Het ruisende geluid van water als een vogel erin landt. Mijn ervaring vult zich met de aanwezigheid van de wereld, de diepte van de aardse en kosmische wereld die er is, om het even hoe ik denk en voel, hoe duister mijn innerlijk soms ook is. De kosmische wereld wordt van achtergrond voorgrond. Mijn lichaam is er in gevoegd en beweegt zich er doorheen. Ze is rustig en onnadrukkelijk de voorwaarde voor mijn bestaan, dat wat waar ik kan verwijlen, aanwezigheid die niet spreekt, betekenisloos in talige zin en tegelijk een onuitsprekelijke betekenis hebbend.

4. Tot slot

Is het niet een taak van de filosofie met haar vrijheid van denken op deze situaties en mogelijkheden te wijzen? Dient zij niet de kwellingen van het innerlijk te begrijpen en zich er denkend toe te verhouden? Moet zij niet tegelijk de hoogste mogelijkheden van dat innerlijk behoeden en bevorderen zonder de eisen die aan denken zijn gesteld uit het oog te verliezen?

Dat is in ieder geval wat de filosofie mij gebracht heeft: ze heeft mij gered van de leegte doordat ik me denkend in die leegte kon begeven. Filosofie geeft nabijheid bij wat is. Door over het leven te denken is er leven. Filosofie laat de problematiek van het zijn zijn. Voor iemand die die problematiek ervaart, is filosofie een natuurlijk proces van verinnerlijking. Verinnerlijking is het zich concentreren op het wezenlijke. Wat is het wezenlijke? Dat we zijn en dat we niet begrijpen waarom, dat we niet weten wie we zijn. Op deze plaats, op deze tijd ben ik met u aanwezig tussen alle afwezigheid die we allen met ons meedragen. Op dit breekbare moment beseffen we het breken ervan omdat het volgende moment aanbreekt.

Ik dank u voor uw aandacht.

Huub Mous

De psychotische ervaring in tijden van secularisering

De organisatie van dit symposium heeft mij twee vragen gesteld, die als leidraad kunnen dienen voor mijn verhaal. Ten eerste: hoe ingrijpend is de transformatie van een normale geestelijke toestand naar een psychose? En ten tweede: hoe zijn de wereld en mijn 'zelf' 'getransformeerd' na mijn psychose? Mijn psychose dateert al van 1966, 47 jaar geleden dus. Ik was toen 18 jaar, en ik ben nu 65. Het geheugen maakt iets anders van de dingen die je beleeft. Dat geldt in het algemeen voor alle ervaringen in het leven, maar zeker voor een psychose. Als er bij een psychose sprake is van een transformatie, dan speelt dat proces van verandering zich niet in de laatste plaats af in de representatie, de verwoording, de verbeelding, het plaatsen van de psychotische ervaring in aan ander format, zodat er letterlijk 'een plek aan gegeven wordt'. Dat proces van 'een plek geven' staat haaks op wat de psychotische ervaringen in wezen is. In de kern is die ervaring onbenoembaar. Een psychose is een sprong naar het absolute. En wat dat 'absolute' ook moge zijn, het is in ieder geval niet te transformeren in woorden. Het iets subliems, huiveringwekkend en ook fascinerend, iets dat zich aan de taal onttrekt en dus per definitie onbeschrijfelijk is, als een gat in de werkelijkheid zelf, dat door de taal van het normale bewustzijn eerder wordt afgedekt dan onthuld. Mijn psychose is niet alleen een ontsnapping geweest uit een onmogelijk dilemma, maar ook een wanhopige poging tot wraak, een opstand tegen God, aan wiens aangezicht ik mijn geest verbrandde, maar ook een opstand tegen de teloorgang van het katholicisme. Dat alles vloeide ineen in een waan die zich formeerde rond het geslachtloze ideaaltype van Jeanne d'Arc, de Maagd van Orleans die in opstand kwam door een harnas aan te doen en het zwaard te trekken.

Het wegvallen van het geloof in de puberteit kan een leegte achterlaten die zich niet meer vult, een soort brandgat in het bewustzijn. Vaak heb ik mij afgevraagd wat de betekenis is geweest van mijn psychotische waan. Wat waren die beelden waard die destijds in mijn hoofd opkwamen? Kwamen ze van elders of diep uit mezelf? Zijn het brokstukken geweest van een eeuwige mythe, flarden misschien van oude archetypen die altijd al in de dromen van de mens hebben rondgespookt? Of was het slechts een weefsel van literaire reminiscenties of erger nog, een in elkaar geknutseld samenraapsel van vage indrukken in het hier en nu? Wat hebben dit soort messianistische grootheidswanen van doen met een plotseling breukvlak in de cultuur? Moet je dit alles alleen verklaren vanuit een verstoorde ontwikkeling van het individu, of is er ook een andere verklaring mogelijk, een verklaring die gezocht moet worden in dieptepsychologisch, sociologisch, theologisch of misschien wel antropologische verband?

Transformatie, dat is het thema van vandaag. Heeft de psychose, die mij op jeugdige leeftijd trof, mijn leven getransformeerd? Ik denk het zeker, hoewel ik nooit zal weten hoe het anders was gelopen. Maar laat ik bij het begin beginnen.

In het jaar 1966 heb ik een visioen gehad of iets wat daarop leek. Het was in de nacht van 6 op 7 januari tijdens een retraite in de Sint Willibrordus abdij in Doetinchem, ook wel De Slangenburg genoemd. Ik zat in het jaar van mijn eindexamen. Liggend op het smalle bed in mijn kloostercel, zag ik de geschiedenis van duizenden jaren als een film aan mij voorbij trekken. Vier duizend, twee duizend, één duizend... zo was het voorbeschikt. De wereld, zo meende ik, stond aan de vooravond van een Duizendjarig Rijk, na twee duizend jaren christendom, die zich op hun beurt gestapeld hadden op de mythische vier millennia sinds de Hof van Eden. Ik zag ook de contouren van een nieuwe tijd, een spiritueel tijdperk van bezinning en ascese. Ik had nog duizend jaar te leven.

Als ik nu aan die draaikolk van beelden terugdenk, ontkom ik er niet aan een verband te leggen met de het proces van snelle secularisering, dat zich in die tijd in Nederland voltrok,

en de grote veranderingen in mijn directe omgeving, binnen het katholieke bolwerk van mijn middelbare school. Ik zat op een jezuietenschool, waar de dienstdoende paters hun leerlingen, naast de vereiste kennis van de klassieke literatuur, ook de theologie van de late oudheid en middeleeuwen bijbrachten. Zo was het boek *De Belijdenissen* van Augustinus niet alleen eindexamenstof, het werd ook in twee jaar tijd van begin tot einde grondig doorgenomen in het Latijn. Veel later pas las ik over het visioen dat de middeleeuwse mysticus Joachim di Fiore in de paasnacht van het jaar 1200 heeft gehad. Ook hij sprak over een duizendjarig rijk na het verdwijnen van het christendom in een visioen dat een opvallende gelijkenis vertoont met de waanwereld, die in die koude januarinacht van 1966 opeens was opgezwollen in mijn hoofd. De week daarna heb ik nauwelijks meer geslapen. Ik heb alleen maar geschreven, gepraat en gedwaald door de straten van Amsterdam.

Binnen een week zat ik met een spoedopname op afdeling Glorieux B van de Sint Willibrordus stichting in Heiloo. Daarmee kwam een ander rooms bolwerk in beeld. De toenmalige psychiatrische inrichting had een opvallende gelijkenis met een gesloten kloostercomplex, met een vrijwel identieke neoromaanse architectuur, die niet alleen aan de middeleeuwen herinnert, maar aan de eeuw van het Rijke Roomse leven, die volgens historici heeft geduurd van 1850 tot het midden de jaren zestig. Bij het uitbreken van mijn psychose bevond ik mij dus - in meerdere opzichten - aan het einde van een tijdperk en op de drempel van een nieuwe tijd. De Sint Willibrordus abdij in Doetinchem en de Sint Willibrordus stichting in Heiloo waren alleen al door hun architectuur vrijwel identieke monumentale gebouwencomplexen. Maar ook in hun organisatorische opzet leken ze veel op elkaar. Beide waren een 'totalitaire instituut' - 'a total institution' - in de zin die de socioloog Erving Goffman hieraan gegeven heeft. Dat wil zeggen: een instituut dat is afgesloten van de gewone wereld en waar slapen, werken en vermaken onder één dak geschieden. Het Ignatiuscollege in Amsterdam was dat in strikte zin niet, maar het verschilde niet veel, want het gehele leven van de ignatianen werd door de jezuiten geregisseerd in een allesomvattend stramien, dat niet alleen het onderwijs, de sportbeoefening, de godsdienstige ontwikkeling, maar ook - zoals blijkt uit de recente onthullingen van een van mijn klasgenoten - de seksuele inwijding van de leerlingen betrof. Van dat laatste heb ik zelf geen last gehad. Ik viel kennelijk niet binnen de doelgroep van de paters.

In het vorig jaar verschenen Rapport van de Commissie Deetman las ik dat de Willibrordus stichting in Heiloo tot in de jaren zestig een schuiloord voor pedofiele priesters was, omdat hier veel expertise bestond voor de behandeling van seksuele delinquenten, en ook veel ervaring was opgedaan met castratiepraktijken, zoals ik ook in mijn bijdrage aan het boek *Tegen de tijdgeest* heb beschreven. Kortom ik zat in die tijd het hol van de leeuw, maar tegelijkertijd ook in het oog van de orkaan. Geen wonder dat ik - net als Joachim di Fiore vele eeuwen daarvoor - in een visioen voor me zag, hoe de kerk in een grote storm als een tent werd opgerold bij het opgaan van de zon. Ik had een opdracht, zo meende ik. Ik hoorde de stem van Jeanne d'Arc. De paus van Rome moest worden gewaarschuwd. Het grote onheil, dat de wereld bedreigde, was de anticonceptiepil, die enige jaren daarvoor in gebruik was genomen en binnen de katholieke kerk tot hoogoplopende moraaltheologische debatten had geleid. De ironie van de geschiedenis wil, dat twee jaar later - in 1968 - Paus Paulus VI met zijn encycliek *Humanae Vitae* het gebruik van deze anticonceptiepil inderdaad verboden heeft, maar ik neem aan dat er geen causaal verband heeft bestaan tussen mijn psychotische waanwereld en de besluitvorming binnen het Vaticaan.

Transformaties, daar hebben we het over. In mijn waanwereld schoot ik door in een radicaal orthodoxe houding, terwijl mijn omgeving juist heel progressief katholiek was. Er zullen duizend redenen zijn geweest, die het ontstaan van mijn psychose kunnen verklaren, maar waarom is die ene reden nooit serieus genomen, noch door de behandelende geneesheren in Heiloo, noch door de psychiater die mij na mijn ontslag uit Heiloo zestien jaar

lang – met tussenpozen van meerdere jaren - in behandeling had. Het is achteraf voor mij overduidelijk dat er een relatie bestond tussen het grote verhaal van de snelle transformatie van katholiek Nederland in het midden van de jaren zestig en het ontstaan van mijn eigen waanwereld.

Niemand in mijn directe omgeving, noch op school noch thuis, zag aankomen dat ik in een dergelijke crisis zou kunnen raken. Ik was een ideale leerling, vaak zelfs de beste van de klas, bescheiden, plichtsgetrouw en zeker niet eenzellig. Hooguit was ik wat serieus. Wellicht beleefde ook ik ‘het drama van het begaafde kind’, dat zo’n fraai en flaterende alibi biedt voor elke geestelijke ontsporing van een veelbelovende puber. En ja, mijn gezinssituatie was op zijn minst ongewoon, als benjamin met vier veel oudere zusters, en een vader en moeder die destijds de zestig al waren gepasseerd. Ik had nauwelijks identificatiemodellen in het kwetsbare transformatieproces van de volwassenwording, als de persoonlijkheid een entkristal nodig heeft om zich als een gestolde structuur te kunnen formeren. Ik ken de verhalen uit de ontwikkelingspsychologie, de kleine verhalen die kunnen verklaren, dat het voor mij destijds onmogelijk was, om het intieme leven van mijn seksualiteit in overeenstemming te brengen met het sociale leven van mijn directe omgeving. Er was een onoverbrugbare kloof ontstaan tussen mijn eigen driftleven en de steeds benauwender wordende wereld om mij heen. Maar is dat alles? Waar blijft de transformatie in het grote verhaal, het verhaal van de snelle secularisering dat zo overduidelijk weerspiegeld wordt in de apocalyptische draaikolk van beelden, die als een tyfoon was opgestoken in mijn op hol geslagen brein?

Door seculier denkende wetenschappers wordt het proces van de secularisering vaak simpelweg opgevat als het terugtrekken van de religie uit het publieke domein, in plaats van een transformatie van alle factoren die bij dat proces betrokken zijn: de religie zelf, het religieuze bewustzijn, de fundering van de ethiek en individuele en collectieve zingevingssystemen en niet in de laatste plaats de crisis van het symbool. In de jaren zestig was er sprake van een crisis van het symbool, die alles te maken had met het verdwijnen van transcendentie. De zogeheten ‘derde term’ van het christelijke symbool, die niet alleen het letterlijke en concrete overstijgt, maar ook niet geheel tot het figuurlijke is terug te brengen, maar in een diepere – of transcendente – laag van de werkelijkheid zijn verankering vindt, verdampte opeens als sneeuw voor de zon. Wie over transformatie wil spreken, mag over dit soort diep ingrijpende transformatieprocessen in de cultuur niet zwijgen. Maar ik heb het bange vermoeden dat psychiaters in de decennia, die achter ons liggen, psychische transformatieprocessen steeds nauwer zijn gaan definiëren.

Waar is tegenwoordig binnen de menswetenschap het grote vergezicht, het adembenemende panorama van veranderingen, zoals Jan Hendrik van den Berg dat eind jaren vijftig nog schetste in zijn prachtige boek *Metabletica*, of leer der veranderingen. Ik ben geen psychiater en ook geen filosoof, dus ik ga hier ook niemand de les lezen hoe het misschien allemaal anders zou moeten, maar het verbaast mij alleen, dat je maar een psychiatrieboek van vijftig of honderd jaar geleden – van vóór de jaren zestig dus – hoeft open te slaan, om te lezen dat er intrinsieke verbanden bestaan tussen de ingrijpende veranderingsprocessen die zich afspelen in de menselijke geest en de grote veranderingsprocessen die zich voltrekken in de moderne cultuur. Sterker nog, de psychiatrie is – als we Jan Hendrik van den Berg mogen geloven - zelf een product geweest van de moderniteit. De psychiatrie is een tak van wetenschap die is ontstaan door een groeiende behoefte om de processen van het innerlijk te analyseren en te objectiveren, terwijl de formatie van een innerlijke wereld op lange termijn gezien juist een ontstaansvoorwaarde was van de moderniteit. We hebben onze geest uit de dingen om ons heen teruggetrokken, om zo over de wereld te kunnen heersen. Maar daarmee hebben we ook verloochend dat een mens een tweeslachtig wezen is. Half een engel en half machine. Half geest en half brein. Half een mythe en half materie.

Honderd jaar geleden al schreef Jung in zijn boek *Symbole und Wandlungen der Libido*, dat we een kind wel de inhoud van vroegere mythen kunnen onthouden, maar we kunnen het niet zijn behoefte aan mythologie afpakken, en nog minder zijn gave om mythologieën te produceren. ‘Wanneer we erin zouden slagen alle tradities ter wereld in een klap af te schaffen’, zo beweerde Jung, ‘dan zal een volgende generatie de hele mythologie en de hele godsdienstgeschiedenis weer van voren af aan opstarten.’ Godsbeelden mogen dan wel op projecties berusten van het psychisch apparaat, ze houden tegelijk ook verband met de psycho-energetische energie van de mens zelf en met de grondpatronen die in de menselijke geest verankerd liggen. Als je zo’n godsbeeld plotseling ziet verdampen in de nadagen van je puberteit, dan kun er dus donder op zeggen dat in de grondstructuur van je puberbrein een aardverschuiving optreedt.

Maar hoe komt het dan, dat ik daar niets van teruglees in mijn medisch dossier, dat in Heiloo bewaard is gebleven, en dat ik drie jaar geleden onder ogen kreeg. Geconstateerd werd dat mijn ‘puberteitsdesintegratie’ door mij mogelijk als bevrijdend moet zijn ervaren, maar de vraag wat de aard van die bevrijding is geweest, wordt in het midden gelaten. Elke inhoudelijke duiding van mijn wanen en gedachtevluchten binnen een levensbeschouwelijk of religieus perspectief bleef achterwege. Mijn behandeling was vooral gericht op observatie en stabilisatie van mijn gedrag. De onderliggende ideologie van de behandelende psychiaters had maar één focus: de patiënt als Einzelgänger, als uitzondering. Ik was een ‘geïsoleerd individu’ dat in een volledig afgesloten laboratorium was beland, ver weg van wat er in de wereld daarbuiten gaande was.

Ook mijn nabehandeling was primair gericht op het herstel van mijn autonomie. Ik moest zo snel mogelijk weer ‘baas worden in mijn eigen brein’, maar niemand had oog voor de inhoud van mijn psychose, die fantastische ontsnappingspoging, waarin ikzelf op bizarre wijze een oplossing had aangedragen voor een innerlijk probleem, dat een veel bredere betekenis had dan het puur individuele. Dat grote verhaal, dat ik in een week tijd - als in het oog van een orkaan - had opgeschreven, werd in Heiloo keurig uitgetypt, maar ik kreeg het nadien nooit meer onder ogen, laat staan dat er ooit nog een woord aan is gewijd. Deze tekst, waarin de diepste beweegredenen van mijn ziel waren verwoord, werd geconfisqueerd door de psychiatrie die als medische discipline de psychose opvatte als een abstract patroon van een verwarde geest. Als in mijn behandeling ook ruimte was geweest voor dat grote verhaal, dan had ik daar ik al in een veel eerder stadium ook echt iets mee kunnen doen. Het heeft nu decennia moeten duren, voordat ikzelf begreep wat er eigenlijk met mij aan de hand is geweest.

Het is een oude wet in de geneeskunde dat het organisme zelf een genezende kracht in zich heeft en ook vanuit zichzelf de richting van het genezingsproces aanwijst: de vis medicatrix naturae. Waarom zou die natuurlijk genezende kracht dan niet zijn terug te vinden in de inhoud van de psychotische waan? Of sterker nog, waarom zou de psychose op zichzelf geen indicator kunnen zijn van een proces dat zich op veel grotere schaal voltrekt. In mijn geval: de reactie op een te snel verlopen afscheid van de religie. Wat betekent het om binnen een tijdspanne van enkele jaren te breken met allerlei gewoontes en gebruiken, die tot dan toe je dagelijks leven hadden bepaald? Het bidden voor de maaltijd en voor het slapen gaan, het deelnemen aan de eucharistie, het ondergaan van de sacramenten, het biechten, die rituele praktijk had een parallel in de religieus georiënteerde organisatie van het zelf, een patroon dat opeens wegviel. De impact van dat gebeuren werd door psychiaters destijds schromelijk onderschat. De katholieke geestelijke gezondheidszorg verloor in de jaren zestig de theologie voorgoed uit het oog. Theologen en godsdienstwetenschappers enerzijds en psychologen en psychiaters anderzijds groeiden uit elkaar en gingen verschillende talen spreken. Het woord ‘geestelijk’ werd een synoniem van het woord ‘psychisch’ en had voortaan weinig meer met

priesters of biechtstoelen van doen. Een en ander had tot gevolg dat menig psychiater een blinde vlek kreeg voor alles wat met religie te maken had.

Religieuze beelden en symbolen komen veelvuldig voor in de verbeeldingswereld van psychiatrische patiënten. De waanwereld van een psychoticus wemelt er zelfs van. Woorden zitten vastgekleefd aan dingen in de wereld. Misschien zijn ze die dingen zelf wel. Maar zijn de taalverbindingen van het gezond verstand niet even denkbeeldig als de nieuwe relaties die het bewustzijn creëert in een psychotische toestand? Evenals taal wordt geloof gedragen door de eerste verlangens die zich hechten aan de dingen, door een herbeleving ook van het vroegste beeld dat het kind zich vormt van de ouderen om zich heen. Anderzijds zijn waan en geloof aan elkaar verwant, omdat beide systemen beelden creëren die niet met het gezonde verstand te rijmen zijn. Die verwarring tussen waan en werkelijkheid, tussen geloof en ongelooft, is voor mij nooit geheel verdwenen, zeker niet als het gaat om vreemde herinneringen aan mijn psychose.

De psychose is misschien nog de enige afgrond van het bestaan, waarin het sacrale nog daadwerkelijk ervaren kan worden. In een psychose, zo leert Freud, trekt het 'ik-complex' zich terug van het libido. De taal gaat met zichzelf aan de haal in een waanwereld van schijn gestalten. In de psychose stort het symbolische kaartenhuis van de taal in elkaar. Die crash is des te heviger als het arsenaal van katholieke symbolen, dat in het onbewuste aanwezig is, opeens geen ondersteuning meer vindt in de werkelijkheid, omdat 'moederkerk' van het katholicisme op zichzelf in een crash is beland. De symbolische substituten van de religie keren dan terug in de waan, dat wil zeggen: in een wereld van drogbeelden die begrepen moet worden als een poging tot reconstructie van de wereld die door terugtrekking van het libido verloren is gegaan. Het katholicisme biedt een hele santenkraam aan oersymbolen om een mislukt individuatieproces om te smeden tot een nieuwe, heel persoonlijke mythologie. Mijn revolutie was gericht tegen het onstuitbare proces van secularisering dat veel te snel om zich heen greep, zeker in de omgeving waarin ik mij bevond. Ik raakte op drift en begon van de ene op de ander dag profetische taal uit te slaan.

Zoals ik zei, een psychose is een raadsel en de oplossing van dat raadsel houdt mij bezig tot op de dag van vandaag. Mijn vroege psychose heeft mijn leven veranderd. En als ik na 47 jaar de balans opmaak van wat die verandering mij heeft opgeleverd, dan zie ik een gemengd beeld met veel lichtpartijen maar ook enkele schaduwkanten. Zo'n zestien jaar na mijn opname bleef ik last houden van een soort manisch depressieve golfslag, waardoor ik soms weer heel dicht tegen een psychose aan zat. De psychose op de drempel van mijn adolescentie heeft een merkwaardig heimwee nagelaten, een heimwee naar een geluk, dat niet van deze tijd en mogelijk niet van deze wereld was.

Ik heb destijds mijn studies kunnen vervolgen, zij het met vallen en opstaan. Na twee mislukte studies heb ik uiteindelijk gekozen voor het vak van mijn hart: kunstgeschiedenis, en liet ik de techniek links liggen. Die meer exacte, rationele kant van mij was uiteindelijk teveel verbonden met dat deel van mij zelf, dat ik uitdrukkelijk niet wilde zijn: het spiegelbeeld van mijn vader, waar ik in mijn pubertijd zo overduidelijk aan wilde ontsnappen. Ik ben nu bijna even oud als hij ooit is geworden, en net als hij in zijn leven was, ben ik al bijna veertig lang jaar gelukkig getrouwd. Ik werkte ook net als hij tot aan mijn pensioen bij één en dezelfde baas. Mijn vader, die kort na mijn opname in Heiloo overleed, was een gesloten Fries. En de ironie van de geschiedenis wilde, dat ik na mijn studietijd juist in Friesland terecht zou komen, in het land van mijn vader, waar ik - ondanks vele pogingen om weg te komen - mijn leven lang ben blijven hangen.

Zo zijn er meer wonderlijke spiralen in mijn leven, waardoor het verleden tekens weer terugkeerde in het heden. Ik ben erg lang de rol van dat 'bescheiden en plichtsgetrouwe modelkind' blijven vervullen, dat ik vóór mijn psychose ben geweest, en waar ik naar terug werd geleid in mijn jarenlange nabehandeling. Pas de laatste jaren kwam er iets terug in mij

van die furieuze opstandeling die ik ooit heel even was. Na de moord op Theo van Gogh in 2004 werd ik een rebel op internet en sindsdien ben ik behept met een dagelijkse schrijfwoeide. Menig keer ben ik zo in toorn ontstoken, en menigeen heb ik beledigd of gekwetst. Een enkeling dreef ik er zelfs toe een aanklacht tegen mij wegens smaad in te dienen.

Eind jaren negentig ben ik voor het eerst gaan schrijven over mijn psychiatrisch verleden. Door de aanslagen van 11 september 2001 werd mijn belangstelling opnieuw gewekt voor het fenomeen religie en de vraag wat de globalisering teweegbrengt in de menselijke psyche. Dat is een onderwerp waar je psychiaters tegenwoordig opvallend weinig over hoort, misschien wel omdat ze van hun patiënten alleen nog een ‘hersensbeeld’ hebben, geen mensbeeld, laat staan een wereldbeeld. Door het te snel ontstijgen aan een middeleeuws godsbeeld, dat binnen enkele jaren onder mijn ogen leek te vergruizen, raakte het bewustzijn van slag. Als door een overdosis zuurstof die dan direct in de bloedbaan belandt. Wie dat proces beleeft aan de vooravond van zijn adolescentie loopt een vergelijkbaar gevaar als waar menig Marokkaanse puber tegenwoordig op stuit in de snel veranderende Nederlandse samenleving. Op het breukvlak van culturen en waardesystemen kan de geest plotseling ontsporen op de drempel van de volwassenheid. Zo zag ik gaandeweg patronen en ging ik ongemakkelijke vragen stellen. Wat hebben de snelle secularisering en het al dan niet fundamentalistisch georiënteerd terreurgeweld gemeen met dat merkwaardige ziektebeeld van de psychotische adolescent? En als er geen overeenkomsten zijn, wat zijn dan de verschillen?

Ik ben les gaan geven op een kunstacademie over onderwerpen als Kunst na de dood van God en Kunst in tijden van terreur. En wat elke psychiater wellicht had kunnen voorspellen, gebeurde inderdaad. Nadat ik als laatste babyboomer in 2007 met vervroegd pensioen was gegaan, kwamen de herinneringen aan mijn eigen psychose in volle hevigheid terug. Ik ging een boek schrijven over Gerard Reve en de secularisering, omdat ik geïntrigeerd raakte door de vraag, wat het betekent om - zoals Reve - met een uitzonderlijke begaafdheid voor religie en spiritualiteit, op te groeien in een omgeving die daar totaal geen oog voor heeft. Die vraag lijkt in onze gesecculariseerde en multiculturele samenleving opnieuw actueel te worden, temeer als hier ziektebeelden uit voort kunnen komen, waar de psychiatrie, die volledig van God is los geraakt, geen antwoord meer op heeft. En zo kwam ik met een omweg weer midden in het verhaal van mij eigen psychose terecht, dat in tijd exact samenviel met het bekeringsproces van Gerard Reve.

Zo kruisten twee wegen elkaar, zoals meer verhalen elkaar gingen kruisen is de afgelopen jaren. Door mijn dagelijks schrijven op internet kwam ik in contact met Egbert Tellegen, wiens boek Waar was de dood nog meer, autografie van een psychose voor mij al in 1971 een eyeopener is geweest voor een manier, waarop je je psychiatrisch verleden op schrift kunt zetten, en zo je ervaringen wellicht ook voor anderen dienstbaar kunt maken. Uit dit contact kwam de eerste opzet voort van het boek Tegen de tijdgeest, terugzien op een psychose. Zonder de stimulerende inzet van uitgever Ed Brand van Candide, die ons beiden in contact bracht met Daan Muntjewerf, was dit boek er nooit gekomen. Zo kon mijn verhaal onderdeel worden van een triptiek van verhalen, waarover – naar ik hoop - het laatste woord nog niet is gezegd.

Wouter Kusters

Zeven stappen van waanzin. En daarna?

1	INLEIDING	14
1.1	DYNAMISCHE FENOMENOLOGIE	14
1.2	DE VERLOKKINGEN VAN DE WAANZIN.....	15
2	ZEVEN STAPPEN VAN WAANZIN	15
2.1	SNELHEID	16
2.2	DESYNCHRONISATIE.....	17
2.3	ABSORPTIE	18
2.4	INZICHT EN MACHT.....	19
2.5	WETGEVERS EN ONDERDANEN	21
2.6	KEERZIJDEN EN OMMEKEER.....	21
2.7	DUIVELSE DILEMMA'S EN DIFFERENTIËLE DUALISMES	23
3	EN DAARNA?	23
3.1	PARADOX DER PROFETIE	23
3.2	RISICO'S EN GEVAREN	24
4	LITERATUUR	26

1 Inleiding

Ik ga u over twee soorten transformatie vertellen. Ik zal kort het een en ander opmerken over de transformatie na een psychose. Dat wil zeggen, hoe verander je (men, ik) nadat je een psychose hebt meegemaakt? Wat zijn de gevolgen van het doormaken van een psychose op je latere leven? Echter, daaraan voorafgaand zal ik eerst beschrijven van wat voor soort transformatie er eigenlijk sprake is tijdens een psychose. Hoe verander je gedurende een psychose?

1.1 Dynamische fenomenologie

Wanneer we een psychose beschrijven als een verandering van normaal bewustzijn naar psychotisch bewustzijn - of de overgang van een normale wereld naar een waanzinnige wereld - dan benadrukken we het dynamische aspect van een psychose. We vatten de psychose dan op als een proces van verandering; er verandert iets in de alledaagse wereld en er ontstaat geleidelijk, of in enkele fases, iets buitengewoons. De normale wereld transformeert tot waanzinnige wereld.

Wanneer we proberen deze verandering te beschrijven 'van binnenuit', dat wil zeggen, zoals hij wordt ervaren door degene aan wie de psychose zich voltrekt, dan bedrijven we fenomenologie. Fenomenologie is een algemene filosofisch-psychologische methode om verschijnselen te beschrijven zoals deze zich voordoen in de ervaring, waarbij in deze beschrijving vooronderstellingen en theorieën zoveel mogelijk buiten beschouwing worden gelaten. Dit heet ook wel het beschrijven vanuit het 'eerste-persoonsperspectief'. Fenomenologie vanuit de eerste persoon of 'het subject' staat in contrast met zogenaamde 'objectieve' beschrijvingen die zich niet richten op hoe iets wordt ervaren door een betrokkene of betroffene, maar die pretenderen een neutrale afstandelijke theorie-gestuurde beschrijving te geven. Dergelijke objectieve beschrijvingen uit de psychopathologie leveren weliswaar wetmatigheden en verklaringen op, maar laten ons niet de ervaring zelf begrijpen

en stellen ons niet in staat ons in andermans ervaring in te leven. De fenomenologische psychiatrie laat de psychotici zelf aan het woord over ‘hoe het is’, en in de fenomenologie van de psychose wordt uit de uiteenlopende ervaringen van mensen met een psychose een algemene vorm van de ervaring gedestilleerd, die zo nauwkeurig en gedetailleerd mogelijk schetst en verwoordt ‘hoe het is om psychotisch te zijn’. Deze fenomenologie kent een rijke lange traditie in het werk van bijvoorbeeld Sass, Blankenburg en Minkowski, en schurkt in het algemeen meer aan tegen de literatuur (Proust, Joyce, Musil) en filosofie (Husserl, Heidegger, Sartre) dan tegen kwantitatieve en objectiverende wetenschappen (zie verder Kusters, 2012).

Het begrip van ‘transformatie’ dat op deze dag centraal staat, sluit iets minder goed aan bij veel van de doorgaans wat statischer beschouwingen uit de fenomenologie. De klassieke fenomenologische psychiatrie focust zich veelal op detailstudies van mensen die al waanzinnig zijn - en dat ook lijken te blijven. Vaak gaat het om wat in de traditionele psychiatrie ‘schizofrene’ langdurige ziektebeelden heten te zijn. Aangezien we het hier over veranderingsprocessen en transformaties hebben, gebruik ik een fenomenologisch model waarin deze dynamiek wel expliciet aanwezig is, namelijk dat van Edvard Podvoll (1990).

1.2 De verlokkingen van de waanzin

De Amerikaanse psychiater Edward Podvoll schreef in 1990: “The seduction of madness” (in het Nederlands vertaald als *de verlokkingen van de waanzin*). Hierin beschrijft hij vier gevallen van psychose en baseert zich op de (auto)biografieën van achtereenvolgens Perceval, Custance, Crowhurst en Michaux. Podvoll analyseert de levens en vooral de periodes van waanzin van deze vier grondig en gedetailleerd met veel inlevingsvermogen. Hij brengt ze met elkaar in verband, en presenteert in zijn hoofdstuk over Crowhurst iets wat we een dynamisch fenomenologisch psychosemodel zouden kunnen noemen.

Ik gebruik dit model hier omdat het zo krachtig en inzichtgevend is in de ‘logica’ van de psychotische transformatie. Net als in veel fenomenologische studies sluit het nauw aan bij de ervaring van betrokkenen, maar anders dan bijvoorbeeld in het werk van Binswanger, overstijgt Podvoll in zijn analyses individuele geschiedenissen en laat hij zien wat voor algemene trekken - en verleidingen - er in de waanzin liggen. Bovendien sluit Podvoll in zijn manier van denken en schrijven nauw aan bij filosofische en theologische ideeën - die ook centraal staan op deze dag van transformatie in Utrecht. Een meer prozaische reden om hier het model van Podvoll te bespreken is dat ik zijn model deels ook heb opgenomen in mijn ‘Filosofie van de Waanzin’ dat begin volgend jaar hopelijk verschijnt, en deze gelegenheid wil ik aangrijpen om alvast enkele ideeën hieruit uit de losse pols te presenteren.

Naast een theoretisch filosofisch-psychologische bespiegeling op vier psychotici, biedt Podvoll overigens ook een uitgewerkte methode om in de praktijk op een goede manier met psychoses om te gaan. Wanneer we zijn theorie naar de hedendaagse Nederlandse context vertalen, zien we hierin begrippen als mindfulness, presentiedenken en spiritualiteit. Ik zal daar verder niet op ingaan, en ik zal nu Podvolls zeven-stappen-transformatie-theorie van de waanzin presenteren - althans zoals ik die zelf modificeer.

2 Zeven stappen van waanzin

Podvoll presenteert zijn model aan de hand van de autobiografie (eigenlijk, de dagboekantekeningen) van de oceanizeiler Crowhurst. Deze deed mee aan een zeilrace rond de wereld, maar kwam in een oceanisch-psychotische ‘spiraal’ terecht, waarin in zeven omcirkelingen hij uiteindelijk kopje onder ging in de waanzin. Later is slechts een leeg zeiljacht ontdekt en Crowhursts dagboek, dat in zeven waanzinstadia te ontleden valt. Ik geef nu hieronder mijn interpretatie en verwoording van deze zeven stappen.



2.1 Snelheid

In het eerste stadium, in het begin van een psychose, ga je sneller denken. Anderen vinden je dan druk, opgewonden of associatief. Zelf merk je dat je overal sneller doorheenschiet dan vroeger, en dat mensen in je omgeving je niet meer kunnen bijhouden. Je denkt ook meer in de breedte: dat wil zeggen, je volgt niet meer één enkele gedachtlijn, maar je zit op meerdere sporen tegelijk. Je gedachten waaieren in vele vertakkingen uiteen. Het is alsof je denken ruimtelijk wordt, breder wordt, je denken in brede stromen naast elkaar de ruimte vult (verg. ook de zelfobservaties van A.F.Th. Van der Heijden over het zogenaamde 'denken en leven in

de breedte'). De gedachteflitsen zijn met je taalvermogen en je tong nauwelijks bij te houden. De beroemde Duitse fenomenologisch psychiater Binswanger noemde dit de Ideeënvlucht, oftewel ideeenvlucht, en de Amerikaanse fenomenoloog Louis Sass heeft het in navolging van Conrad over hyperreflectie.

Hierbij moet worden aangemerkt dat deze eerste fase niet geheel onomstreden is en ook niet per se voor alle psychoses geldt. Sommige psychotici vertellen dat in plaats van bij het denken hun psychose begon met een verandering in de waarneming; ze zagen of hoorden buitengewone en bovennatuurlijke verschijnselen, hallucinaties zeg maar. Anderen noemen een eerder trauma als het echte begin van de psychose, en zij beschouwen het versnelde denken als een uitgestelde paniecreactie op een trauma.¹ Hoe dan ook, los van theorieën en interpretaties over de oorzaak van psychoses, blijft het versnelde denken een van de eerste meest opvallende tekens dat er iets aan de hand is.

2.2 Desynchronisatie



Het tweede stadium is dat van de desynchronisatie. Het betreft hier allereerst de scheiding, oftewel het niet meer synchroon lopen van lichaam en geest. Het ritme van het denken is niet meer afgestemd op het biologisch ritme van het eigen lichaam en het denken raakt ook los van het ritme van het alledaagse leven. Het denken ontsnapt hierdoor aan het keurslijf van de praktijk en zweeft weg, ins Blaue hinein, zoals ze elders zeggen. Het denken is niet meer geaard, niet meer verbonden met de leefwereld van anderen, en krijgt een eigenzinnige dolgedraaide dynamiek.

¹ In principe zijn er twee houdingen tegenover het versnelde waanzinnig denken mogelijk. De intensivering van het denken kan in zichzelf pathologisch zijn omdat het een gebrek of trauma toedekt, of het kan doordat het zo buitenissig en eigenzinnig is - maar in zichzelf onproblematisch - problemen en verwarringen tot gevolg hebben, die dan pas pathologisch genoemd zouden kunnen worden. Hoewel het moeilijk is deze twee visies te onderscheiden, veronderstellen ze zeer verschillende houdingen ten aanzien van de waanzin en mogelijke therapieën.

Psychotische desynchronisatie houdt daarnaast ook in dat de psychoticus zichzelf onthecht van sociale ritmes die normaliter ons leven structureren. Dag- en nachtritmes, het tikken van de klok, afspraken in agenda's, het zijn allemaal zaken van het sociale leven waar de psychoticus van afdwaalt. Hij komt terecht in een eigen ritmiek van een eigen wereld. Zijn klok is niet langer afhankelijk van die van anderen. Hij beweegt zelf de wijzers wel. Hij wordt baas in eigen tijd.

Misschien vindt u het heel gewoon en niet-psychotisch dat er irrelevante gedachtecronkels bestaan die aan het ritme van de klok ontsnappen. En dat is ook wel zo. Dagdromen bijvoorbeeld laten ons ook wegzweven uit het dagelijks leven. Ook filosofische gedachtespinsels zijn niet verbonden met het hier-en-nu, maar drijven weg naar een afstandelijke, tijdloze algemeenheid. Kenmerkend voor de psychotische desynchronisatie is echter dat het denken, behalve dat het sneller is, onthecht raakt en wegzweeft *zonder nog terug te komen*. Het denken is niet langer een middel voor de psychoticus waar hij in vrijheid over beschikt. In plaats daarvan heeft het vrije denken de psychoticus in zijn greep. De psychoticus wordt paradoxaal genoeg door het absolute vrije denken meegesleurd en verdwijnt uit het hier en nu.

We kunnen deze eerst twee fasen van de psychose ook verbeelden vanuit de fundamentele breuk die ontstaat tussen de psychoticus en de medemens, zijn medesubjecten, of zoals dat in veel moderne filosofie heet, de Ander met een hoofdletter A. Het denken van de psychoticus is niet meer geaard of verankerd in het denken van anderen en de A/ander is niet langer degene tot wie de psychoticus zich richt. De bron van zijn gedachten ligt geheel in hemzelf. De psychoticus brengt zichzelf voort, zijn gedachten omvatten zowel kip als ei.² Wanneer we het normale denken beschrijven als een schikken, wikken en wegen van vrijheden, mogelijkheden en gegevenheden, dan zijn in het psychotische denken de 'gegevenheden', de feiten verdwenen. Het psychotisch denken straalt in alle vrijheid, zonder dat deze stralen nog worden weerkaatst of begrensd door concrete reële anderen. Voor de psychoticus is er geen verschil meer tussen mogelijkheden en werkelijkheden. Iets dat gedacht kan worden is in feite al uitgevoerd, omdat er geen ander meer is die de uitvoering in de weg zou kunnen staan.

2.3 Absorptie

De eerste twee fasen hebben we vanuit de normale wereld bekeken: een versnelling van het normale denken, en een afsplitsing van gewone ritmes. Het betrof hier push-factoren; de psychoticus in spe wordt naar de waanzin toegeduwd. De derde fase, van de absorptie, wordt gekenmerkt door een pull-factor. De waanzin trekt, verlost, verleidt en absorbeert. Dit klinkt misschien vreemd, en er zou kunnen worden tegengeworpen dat de waanzin geen actieve kracht is, laat staan dat je er een soort duivelse persoon van zou kunnen maken die verlost en verleidt. Echter, net zo als dat we bij een begrippenpaar als goed en kwaad kunnen zeggen dat het goede of juist het kwaad kan aantrekken en je kan achtervolgen, kunnen we dat ook zeggen van de waanzin.³

De volledige absorptie door de waanzin houdt in dat niet alleen bepaalde gedachtes zich in het rijk der waanzin afspelen, maar dat nu ook het waarnemen, het voelen, het handelen en

² Het is opvallend hoe vaak psychotici twijfelen aan de doorgaans als vanzelfsprekend aangenomen feiten van familierelaties. Plotseling ontdekken ze kind van heel andere ouders te zijn, of ze beschouwen zichzelf als ongeboren, of ze menen dat hun ouders eigenlijk hun kinderen zijn. Dit kunnen we begrijpen doordat niet alleen de bron van zijn gedachten maar ook de bron van zijn/de tijd geheel binnen hemzelf ligt.

³ Of we deze gedachte accepteren hangt af van of we aan de waanzin een eigen realiteit toekennen, of deze slechts zien als een gebrek aan normale realiteit. Oftewel ontstaat door ontkenning iets nieuws, of is een 'ontbreken' niet meer dan een 'niet' dat niets is (zie verder Sartre, 1943 en Kusters, te verschijnen).

zelfs de lichaamsbeweging en mimiek in het teken van de waanzin komen te staan. Kortom, de waanzin doordringt alle levenssferen, en wordt een geheel eigen wereld.

2.4 Inzicht en macht

Met de absorptie is de waanzinnige voorbij het punt van terugkeer, the point of no return. Er is een grens overschreden en de psychoticus is nu ‘echt’ aanbeland in de waanzinnige wereld, en wel in de fase van “het inzicht”. De gedachten van de psychoticus lijken alle tijden en alle plaatsen te omvatten. Denken en waarnemen beginnen steeds meer samen te vallen in de woest waanzinnige stroom van de ervaring. Wat je ziet, is wat je zelf eigenlijk al had bedacht, en door iets te denken, lijkt het buiten je om tot leven te komen.



Door de intensiteit van de gedachten wordt alles helder, opgehelderd en verlicht. ‘Ervaringsdeskundige’ Jennifer Keil (1986: 98) zegt: “For several days prior to hospitalisation, the world I experienced was changed even though my actions and speech remained normal. It was as if a light had come on in a dark room and everything which was always there, now became clear. I puzzled, had I suddenly acquired greater intelligence?” In die helderheid rollen de waarheden op je af. Een anonieme waanzinnige in Kaplan (1964: 94) zegt: “...I was suddenly confronted with an overwhelming conviction that I had discovered the secrets of the universe, which were being rapidly made plain with incredible lucidity. The truths discovered seemed to be known immediately and directly, with absolute certainty. I had no sense of doubt or awareness of the possibility of doubt. In spite of former atheism and strong antireligious sentiments, I was suddenly convinced that it was possible to prove rationally the existence of God.”

Denken en zijn zijn één geworden in deze fase van het inzicht. Waar men in mystiek en filosofie zo moeizaam naar zoekt, krijgt de psychoticus ongewild in zijn schoot geworpen. Eindelijk onmiddellijk ‘direct contact’ tussen subject en object, eindelijk de verlangde confrontatie met het reële van Lacan, met het Ding an Sich van Kant. De wereld is echter dan echt geworden, de psychoticus voelt zich als herboren, als ontwaakt. Voor deze fase worden termen gebruikt als extase, verwondering en perplexiteit. Vaak ervaart men dit en drukt men dit uit met ‘dat er iets geopenbaard wordt’, zonder dat dit iets verder in woorden kan worden

verduidelijkt. Mevrouw Äther in Bock (2000: 261) zegt bijvoorbeeld: “Mijn psychose is als een berg met een aantal toppen en een soort toppunt van verwarring, maar ook een piekervaring waarin zich iets openbaart. Alles heeft dan iets verhevens...Het is allemaal een wonder, alles is op een buitengewone manier met elkaar verweven. Er zijn geen grenzen, er is geen onderscheid, alles is met alles verbonden en dat kun je ook ervaren; het is groots.”

De waanzinnige ervaart geen begrenzing meer van het ik tegen de buitenwereld, geen identificatie meer met een welomschreven zelf. Dit leidt tot extatisch-poëtische uitspraken als die van Nijinsky (1995: 62): “Ik loei wel, maar ik ben geen stier. Ik loei, en een gedode stier loeit niet. Ik ben God en Stier. Ik ben Apis. Ik ben een Egyptenaar. Ik ben een hindoe. Ik ben een Indiaan. Ik ben een neger, ik ben een Chinees, ik ben een Japanner. Ik ben een vreemdeling en een buitenlander. Ik ben een zeevogel. Ik ben een aardvogel. Ik ben de boom van Tolstoj. Ik ben de wortels van Tolstoj. Tolstoj is van mij. Ik ben hem. Tolstoj leefde in dezelfde tijd als ik.”

In dit laatste voorbeeld zien we duidelijk hoe de taal verandert. Er wordt niet langer door een talig subject gebruik gemaakt van de taal om naar een gemeenschappelijke bekende wereld te verwijzen, maar de taal dient nu zelf om werelden te scheppen, verbindingen te maken, en zichzelf te verenigen met de totaliteit en het oneindige. Kortom, de taal wordt poëtisch, en daarmee voor veel psychiaters (en anderen) onbegrijpelijk.

Tot zover het opstijgen van de waanzinnige, en de transformatie van de psychoticus van een normaal persoon tot een uitzinnig mysticus. Er schuilt eigenlijk weinig kwaads in deze transformatie, deze roes van inspiratie, extase en eenwording. De typisch psychotische problematiek komt eigenlijk pas hierna. Het is ook maar de vraag of de aanvankelijke roes zelf per se leidt naar wanen en paranoia, of dat er met een goede begeleiding ook een zachte landing mogelijk is voor de Icarussen onder ons.

Problemen ontstaan eigenlijk pas doordat de waanzinnige iets van de waanzin wil vasthouden en behouden, zich aan een gedachte wil vastklampen, houvast zoekt bij een inzicht, zich identificeert met een beeld of een woord - dat later dan stolt tot hallucinatie of waan. Extra probleem hierbij is dat de hulpverlening ook erg gespist is op de detectie van wanen en hallucinaties, terwijl dit nu juist de te negeren bijproducten of valse verleidingen zijn (voor zowel de psychoticus als de waarnemer - beide zoekend naar houvast) van een in zichzelf vloeiend-logisch proces. Het is natuurlijk ook moeilijk; aan de buitenkant lijkt iemand gefragmenteerd en incoherent, terwijl de binnenkant van het mystiek-psychotische proces niet in woorden is uit te drukken. Het blijft desalniettemin een cynisch en wrang falen van de psychiatrie, dat predicaten als onsamenhangend, incoherent en gefragmenteerd als deskundige vaststellingen worden gepresenteerd over een toestand die door de persoon zelf ervaren wordt als absoluut samenhangend en geheel coherent en geïntegreerd.

Het gaat dus niet mis in de fase van ‘het inzicht’ zelf, maar door de in die fase op de loer liggende verleiding en bedreiging van de macht. Het kan hier om externe machten gaan die het proces ruw onderbreken en met chemische middelen smoren. Maar het is evengoed een innerlijke verleiding van macht die de boel kan laten ontsporen. Wanneer je om een of andere reden iets uit die helder transparante en transcendente wereld wil destilleren voor gebruik achteraf, dan kom je van een koude kermis thuis, dan wil je van twee wallen eten en ziener zijn in twee werelden tegelijk. Net zoals er per definitie geen stellingen en kennis uit mystieke ervaringen kunnen worden gewonnen (verg. ook William James omschrijving van mystiek)⁴, kan dat ook niet uit de waanzin.

⁴ James (1907: 367): “Although so similar to states of feeling, mystical states seem to those who experience them to be also states of knowledge. They are states of insight into depths of truth unplumbed by the discursive intellect. They are illuminations, revelations, full of significance and importance, **all inarticulate though they remain** [vet, WK]; and as a rule they carry with them a curious sense of authority for after-time.”

Het volgende citaat uit Lukoff (1990: 24) laat goed zien om welke verleidingen het gaat: "While writing my "new Bible" I held internal conversations with the "spirits" of eminent thinkers in the social sciences and humanities. I had discussions with contemporary persons, including R.D. Laing, Margaret Mead, and Bob Dylan, as well as individuals no longer living, such as Rousseau, Freud, Jung, and - of course - Buddha and Christ. I talked with them about the design of a new society that would herald a return to tribal living and I recorded brief summaries of the "messages" I obtained from each of them. While writing, the apparent clarity of my thoughts and beauty of my vision sometimes brought tears to my eyes."

Bij Lukoffs zelfbeschrijving herkennen we alle voorafgaande stadia en in het stadium van het 'inzicht' zien we dat Lukoff verleid werd door de behoefte om 'iets' uit de ervaring te onderscheiden en in tekst vast te leggen. De verlokking van de macht hield bij Lukoff in dat hij probeerde iets op schrift te stellen dat van belang zou zijn voor de gehele mensheid plus daarbij een verlangen naar emotionele vervoering. Lukoffs buitengewone toestand van inzicht tesamen met deze verlokkingen leidden bij hem tot de veelvoorkomende 'profetenwaan': het verlangen om het onuitdrukbare uit te drukken (zie verder Kusters, te verschijnen).⁵

Podvoll zelf bespreekt ook dit fenomeen van macht en noemt het het gevaar van de 'fascinatie'. Dat wil zeggen, het gevaar dat je je hecht aan je eigen vergezichten, inzichten en extases. In zijn als boeddhistisch herkenbare benadering pleit hij er dan ook voor om alles onbelemmerd te laten komen, maar ook weer te laten gaan.

2.5 Wetgevers en onderdanen

De naam van de volgende fase, 'beyond the law' verwijst naar de praktische gevaren die je loopt als psychotisch mysticus. Aangezien er geen feiten of gegevens meer zijn in je wereld, geen wetten die door de natuur of door menselijke wetgevers worden opgelegd, wordt alles ervaren als onbepaald en vrij. Er is geen gebod noch God - of het moet de mystieke god zijn van het onuitsprekelijke 'Ene Absolute'. Degene die voortaan de wetten bepaalt, is de psychoticus zelf. Passieve onderdanigheid aan de wet transformeert tot actieve eigen wetgeving. De psychoot is niet langer een schepsel geworpen in de wereld, maar staat nu aan de kant van de wetgevers, de scheppers van natuur en realiteit. Als postmodern nietzscheaan werpt hij dobbelstenen omhoog, waarvan anderen slechts de statistieken kunnen bijhouden. Het gevaar hierbij is dat de psychoot zijn hemelse inzicht in de verbondenheid der dingen gaat aanwenden voor wereldse en zelfzuchtige doeleinden. Met andere woorden, dat hij zich met gevaarlijk magische, telepathische en telekinetische praktijken gaat bezighouden. Opnieuw is dit een facet van de machtsverleiding.

2.6 Keerzijde en ommekeer

De gevaren die ik tot nu toe besprak, van verleidingen van macht en magie, komen in zekere zin van buiten het mystiek-waanzinnige proces zelf. Het grootste gevaar op het pad van zowel mysticus als psychoot is echter een gevaar dat intrinsiek aan de mystiek-psychotische extase zelf is. Podvoll noemt dit de bedreiging van de *conflicting commands*; ik zou het liever het probleem van de keerzijde van de extase noemen, oftewel de fase van de ommekeer.

⁵ Lukoff werd na zijn intense ervaring psycholoog en is tegenwoordig één van de autoriteiten op het gebied van psychose, spiritualiteit en sjamanisme.



Wat wil namelijk het geval? Onontkoombaar in het proces van versnelling, extase en inzicht is dat op zeker moment ontdekt wordt dat al die stromende, oceanische en hemelse ervaring, al dat extatische 'zijn', eigenlijk op 'niets' is gebaseerd. Er blijkt geen werkelijke grond te zijn waarop je gedachten kunnen steunen en waarin ze zouden kunnen rusten. Alles blijkt geworteld in het niets.

Dat is niet een ontdekking die voorbehouden is aan waanzinnigen. Ook niet-psychotische filosofen en gewone mensen weten dat alles zijn keerzijde heeft. Zo betoogt Hegel dat aan de bron van de werkelijkheid en het denken een dialectiek van het zijn en het niets ligt. Volgens Hegel slaat dit zijn bij doordenking en doorschouwing om in zijn tegendeel, dat van het niet-zijn. Ook volgens existentialisten als Heidegger en Sartre waart het niets rond in het zijn, als dreigende stemming van angst, maar ook als mogelijkheid tot vrijheid. Volgens dergelijke filosofen moeten we dat niets ook niet proberen te vermijden, want dan keert het juist op onverwachte momenten terug. Wat de waanzin betreft zien we dat op de toppen van mystieke waanzin // waanzinnige mystiek de verruktheid-door-volte omslaat in een angst-voor-leege. Buitenstaanders noteren op dergelijke momenten dat groothedswaan afwisselt met achtervolgingswaan. Althans, als ze al iets noteren, doorgaans doen ze het gehele proces af met oordelen als 'niet navoelbaar gevoelsleven', 'inadequate verbale respons', enzovoorts.

Maar dat terzijde, de ommekeer naar het niets lijkt tot het wezen van de dingen en de logica te behoren: iets dat er is, is er eigenlijk ook niet. Of zoals Gerrit Kouwenaar dicht in *De laatste dagen van de zomer*: "wat men helder ziet heeft zwarte randen". Dankzij het wonder van de primaire negatie zoals Sartre dat zo schitterend beschrijft, blijft het Ene niet het Ene, het zijn niet het zijn, maar tendeeert het naar niets, en ook naar twee, drie, veel, en oneindig. Voor de psychotische ervaring betekent dit dat vroeger of later het monisme van de eenheid transformeert in een of andere vorm van duivels dualisme.

De afgrond van het niets is niet te peilen, en kan niet in woorden of beelden worden uitgedrukt. Ze is immers niets. Maar om ook hier een houvast te hebben, te weten waar je aan toe bent, worden er hanteerbare tegenstanders gecreëerd - zowel door de waanzinnige zelf als door zijn omgeving. Het niets krijgt een naam en heet de dood of de leegte, het zwart of de stilte - of 'het niets'... Aan de oppervlakte van de ervaring en de taal heet het het systeem, je

lichaam of een psychische stoornis. In hun eigentijdse bio-medische onwetendheid beweren neurowetenschappers dat ze ontdekt hebben dat het niets eigenlijk een iets is. Zij zouden de middelen hebben om dit niets definitief tot niets te vernietigen.

Net als de ervaring van mystieke extase, is ook de teloorgang in het mystieke niets nauwelijks in gewone mensentaal te vatten. Maar sommigen lukt het toch om een duistere glimp hiervan te doen oplichten, zoals Artaud wanneer hij schrijft (geciteerd in Vogelaar, 1983): “Mijn luciditeit is totaal, intenser dan ooit. Wat mij ontbreekt is een object om het op toe te passen, een innerlijke substantie. Dit is serieuzer en pijnlijker dan je denkt. Ik zou voorbij dit punt van afwezigheid en leegte willen komen. Ik heb geen leven, ik heb geen leven! Het is een kwestie van vitaliteit, waarheid en realiteit. Er is geen leven meer. Het leven informeert niet meer, verlicht niet meer wat ik denk. Er is nog slechts een schijn van leven, maar geen echt leven meer, geen essentiële verlichting: geen zijn, geen originele vonk waardoor gedachtes pas werkelijk worden. Mijn centrum is dood.”

2.7 Duivelse dilemma's en differentiële dualismes

Inmiddels zijn we sluipenderwijs al in het laatste stadium aanbeland. Dit is het stadium waarin de waanzinnige na de mystieke chaos, zich moet zien te heroriënteren en moet zoeken naar productieve dualismes voor duivelse dilemma's. Hij heeft enige tijd de wereld gezien zoals ze is in het zwarte licht van de eeuwigheid. Nu moet hij terug naar de aardse tijd en gaan onderscheiden en differentiëren: wat behoort tot leven en wat tot de dood. Wat is binnen, wat is buiten? Wat is verleden, wat is heden, wat is herinnering, wat is waarneming.

Wanneer de psychoticus in een klap ‘wakker’ zou worden uit de droom van de mystieke waanzin, was er niets aan de hand. Hij zou de onderscheidingen, patronen en gewoontes van het eerdere leven direct kunnen oppakken. Echter, het is doorgaans eerder een korter of langer durend project van *trial* en al dan niet hardnekkige *error* om te ontdekken wat de meest zinvolle, meest werkzame ‘symbolische ordening’ van de wereld is. In dat project treden fascinerende vormen van paranoia, betrekkingswaan en megalomanie, waarvan de - letterlijk - ingewikkeldheden voor buitenstaanders onnavolgbaar is. Toegang tot en begrip voor dergelijke werelden is eigenlijk slechts te verkrijgen via complexe betekenismedia als dat van de poëzie, literatuur en film (denk aan auteurs als Lucebert, Sybren Polet en Thomas Pynchon en aan films als *The Matrix*, *The Machinist* en het latere werk van David Lynch). Het is moeilijk te zeggen waar en hoe de uitweg uit dergelijke waanzinnige labyrinten te vinden is, temeer daar de normaliteit ook een labyrintisch karakter heeft.

3 En daarna?

Wat gebeurt er nadat mensen een dergelijke crisis of mystieke waanzin hebben doorgemaakt? Zijn ze voor altijd geestelijk verzwakt, of juist versterkt en verlicht? Zoveel waanzinnigen, zoveel vervolgtrajecten, en ik zal me beperken tot enkele opmerkingen over hoe er zoal ‘verwerkt’ kan worden na een Podvoll-achtige fase van waanzin.

3.1 Paradox der profetie

Eigenlijk kan er niets gezegd worden. Alle inhoudelijke bepalingen van de mystieke waanzin en de psychose doen geen recht aan deze ervaring zelf. Slechts een niet-taal, zwijgen en stilte zouden recht doen aan de kern van mystiek en waanzin. De druk en de neiging om het te verwoorden en betekenis te geven zijn echter groot, zowel van de psychoticus als van zijn omgeving. Zolang hij zwijgt en het gebeuren niet verder benoemt, wordt hij niet begrepen en blijft hij alleen in wat hij heeft meegemaakt. Omgekeerd, hoe meer hij vertelt - dat wil zeggen, hoe meer hij alsnog onder woorden brengt en in beelden vangt van ‘wat er gebeurde’ - hoe meer hij zich met terugwerkende kracht opnieuw laat fascineren en zich in taal en beeld,

waan en hallucinatie verstrikt. Dit is de paradox van de profetie: Hoe meer je zwijgt, hoe minder je wordt begrepen, maar hoe meer je spreekt, tot hoe meer onzin je wordt verleid.

Met de waanzin is het als met de God van de theologen. Je kan er honderduit over vertellen, maar je zal nooit de totaliteit én oneindigheid ervan kunnen uitwikkelen. De volte zal altijd groter zijn dan wat je in woorden kunt uitdrukken, net als God voorbij alle begripsbepalingen en omschrijvingen ligt volgens de positieve theologie. Je kan er ook over zwijgen, zoals in de negatieve theologie ook over God gebeurt: “Nee, dat was het ook niet, en ook niet dat.”

Nu hebben de waanzinnigen die zich in hun Podvoll-achtige spiraliseringsen in religieus water begaven nog het voordeel dat ze achteraf met hun ervaringen enigszins kunnen aansluiten bij de problematiek en het taalgebruik zoals we dat in religie en theologie vinden. Voor de moderne atheïstische waanzinnigen die wars van dergelijke taal- en ervaringsdomeinen zijn, is het nog moeilijker om een zinnige manier te vinden om het onuitsprekelijke te laten voor wat het is en niet is. Michaux (2004: 94ff.) merkt in deze context op:

“Van een diepe duik kom je vaak met dogma's terug. Als de muren van het fysieke zo magistraal zijn geslecht, en het metafysische alleen en opvallend overblijft, dan smacht je, onmiddellijk en ongelofelijk, naar metafysisch voedsel, dan eis je ongeduldig een metafysisch antwoord, dan heb je heel dringend een metafysische wereld nodig om er de ontvangen openbaring een plek te geven....Wat mij betreft, de donderslag van de verlossing, de gelukzaligheid in de verlossing, de enorme expansie, die onuitsprekelijke, onvergelykbare non-dualiteit had ik, al was de verleiding er wel, niet willen integreren in een systeem, niet voorbarig willen verminken in gerichte toepassingen...”

3.2 Risico's en gevaren

Als reactie, oplossing of ‘omgangsvorm’ met deze paradoxie is het volgende mogelijk. De crisis, bijzondere ervaringen en hun inhoud kunnen vergeten of zelfs verloochend worden. De confrontaties met zijn en niet-zijn, met dood en leven worden dan eenvoudigweg vergeten of ontkend. De existentiële of zelfs religieuze of spirituele dimensies van de psychose worden dan genegeerd. Dit is zoals bekend de gebruikelijke manier waarop er met psychoses wordt omgegaan. Ze worden enkel als psychische stoornissen of hersenziektes beschouwd, en hun innerlijke vorm en kracht worden verzwegen of niet gekend. Degene die in de gebruikelijke behandeltrajecten terecht zijn gekomen moeten het doen met de transformatie van hun ervaringen tot hapklare brokstukken, tot een grillige betekenisloze verzameling wanen en hallucinaties. Om het oorspronkelijke waanzinnig vuur te beheersen worden er verdovende middelen verstrekt, die de boel moeten blussen en sussen. Mochten er toch nog opflakkingen van waanzin zijn, dan worden deze niet gezien als aanwijzingen voor een onderliggende ‘lavastroom’, maar als ‘restverschijnselen’, ‘restpsychose’ of ‘terugval’.

De tegenovergestelde reactie zien we wel in wat tegenwoordig de ‘transpersoonlijke psychiatrie’ heet of de beweging van de ‘spiritual emergency’. In deze school worden psychoses als potentiële spirituele doorbraak gezien. Veel van de gedachten en ideeën die ik besprak zijn terug te vinden in deze traditie (verg. Watkins 2010, Nelson 1994, De Waard 2007). Hoewel interessant en beloftevol neigt men in deze beweging er toch naar - wellicht onvermijdelijk - het onbenoembare te benoemen. Men probeert het kaf van het koren te scheiden en criteria op te stellen voor wanneer iets een ‘echte spirituele doorbraak’ is, en wanneer slechts een ‘psychologische verwardheid’. Vaak gaat het hier om extreme criteria, die eens en voor al voor een bepaald geval kunnen vaststellen wat er aan de hand is. En zo komt men soms tot belachelijke willekeurige criteria, bijvoorbeeld dat de ervaring van ‘ontvoering door ufo's’ wel op een spirituele doorbraak zou wijzen, maar messias-achtige gedrevenheid

juist niet spiritueel inzicht zou impliceren (verg. Watkins 2010). Daarnaast vinden we in deze beweging de typische christelijke moraal en waardering van bepaalde mystieke ervaringen terug. Wanneer degene die een bijzondere toestand heeft doorgemaakt daarna zich meer commiteert aan (crypto-)christelijke waarden als solidariteit, medemenselijkheid en vreedzaamheid zou het om een spirituele doorbraak gaan. Zoniet, dan zou het om een psychose gaan, die beter maar met psychofarmaca kan worden bestreden (zie Nelson, 1994).

Een derde mogelijke reactie is een mengvorm van deze twee. In psychoanalytische en andere psychologiserende methodes worden de vreemde, extatische en angstige ervaringen getransformeerd tot een betekenisvol persoonlijk verhaal dat draait rondom thema's als verlies, schuld, angst, verlangen en schaamte. In symbolisch of anderszins gesublimeerde vorm worden de rauwe primaire 'sense-data' van de ervaringen van hemel en hel getransformeerd tot deelbare en overdraagbare narratieven. Deze derde mogelijkheid is een heel redelijk alternatief voor de andere twee. Echter, ook hierbij ligt het gevaar op de loer dat de ongrijpbare ervaringen in een vast stramien van een verhaal met betekenis worden gegoten, dat als zelf-identificerend mantra door de waanzinnige gaat worden herhaald. Ook hierbij kunnen de openheid en wijsheid worden toegedekt en vastgelegd in een rigide gemakzuchtig verhaal.

Het is de uitdaging voor de moderne cliënten- of patiëntenbeweging om zich aan geen van deze scholen, methodes en tradities uit te leveren en niet te bezwijken onder de verschillende soorten van pressie om de eigen ervaringen te transformeren. Er kan gesnoept worden van psychofarmaca, gepraat bij de psychoanalytici en gejubeld bij de spirituelen, echter, dat ene wat er was, en ook niet was, zal nooit meer volledig zijn - als het al ooit volledig was. Michaux (2004: 94ff.) zegt:

“Met de gewone werkelijkheid was ook, nadrukkelijk, zijn pluraliteit teruggekeerd die keer op keer tegenstellingen, nonsens, duizenden complicaties en fatale misstappen tot toekomstige stenen des aanstoots maakt. Talrijk zijn de gehechtheden. Talrijk keren de gehechtheden terug. Onzichtbaar zijn de huizen van de gehechtheid, en sterk zijn de dunne lijnen die de jaren van de mens vormen. VER, ver nu is de Ene, die zonder problemen is, ver de oppermachtige staat van eenvoud.”

Of met minder én meer woorden zegt Aleksander Blok het volgende:

“Nacht, straat, drogisterij, lantaarn,
Een ongerijmd en troebel licht,
Ook al verstrijken vele jaren-
Geen uitweg, alles blijft ontwricht.

Je sterft en treft na herbeginnen
De wereld in haar oude staat:
Nacht, gracht, ijskoude rimpelingen,
Drogisterij, lantaarn, straat.”

4 Literatuur

- Blankenburg, W. (1971). *Der Verlust der natürlichen Selbstverständlichkeit*. Stuttgart: Enke.
- Bock, Th. (2000). *Psychosen zonder psychiatrie*. Amsterdam: Candide. [Vertaling van *Lichtjahre, Psychosen ohne Psychiatrie, Krankheitsverständnis und Lebensentwürfe von Menschen mit unbehandelten Psychosen*. Bonn: Psychiatrie Verlag.]
- Conrad, K. (1958). *Die beginnende Schizophrenie; Versuch einer Gestaltanalyse des Wahns*. Stuttgart: Thieme Verlag.
- James, W. (2003 [1907]). *Pragmatism*. New York: Barnes & Nobles Books.
- Kaplan (1964). *The inner world of mental illness. A series of first-person accounts of what it was like*. New York: Harper & Row.
- Keil, J. (1986). *Journey within*. In S. Garson (ed.), *Out of our minds*. New York: Prometheus Books.
- Kusters, W. (2012). *Fenomenologie van de psychose*. In: Denys, D. & G. Meynen (red.). *Handboek Psychiatrie en filosofie*. Amsterdam: De Tijdstroom.
- Kusters, W. (te verschijnen). *Filosofie van de Waanzin*. Rotterdam: Lemniscaat.
- Lukoff, D. (1990). *Shamanistic initiatory crisis*, In: *Shaman's Drum*, 22, 24-29.
- Michaux, H. (2004). *Beroofd door de ruimte*. Sea Urchin.
- Minkowski, E. (1933). *Le temps vécu*. Paris: Quadrige.
- Nelson, J.E. (1994). *Healing the split; Integrating Spirit into Our Understanding of the Mentally Ill*. New York: State University of New York Press.
- Nijinski, V. (1996, [1995, 1917]). *Dagboeken*. Vertaald uit het Frans, Cahiers, Arles: Actes-Sud. Baarn: Ambo.
- Podvoll, E. (1990). *The seduction of madness*. New York: Harper Collins. (vertaald als *De verlokkingen van de waanzin*, uitgegeven door Servire.)
- Sartre, J.-P. (2003 [1943]). *Het zijn en het niet*. Rotterdam: Lemniscaat.
- Vogelaar, J.F. (red.). (1983). *Gestoorde teksten / verstoorte teksten*, Raster 24. Amsterdam: De Bezige Bij.
- Sass, L.A. (1982). *Madness and Modernism. Insanity in the light of modern art, literature and thought*. New York: Basic Books.
- Waard, F. de (2007). *Spirituele crises; Transpersoonlijke psychologie als perspectief*. Assen: Van Gorcum.
- Watkins, J. (2010). *Unshrinking psychosis. Understanding and healing the wounded soul*. Melbourne: Michelle Anderson Publishing.

Joeri Calsius: Ruimte voor angst

Ik zou mijn voordracht op deze dag rond ‘transformatie’ willen baseren op een stuk uit mijn proefschriftonderzoek dat als titel droeg “Ruimte voor Angst. Het vermogen tot existentiële bewustwording doorheen angst in relatie tot authenticiteit en lichaam”. Deze titel doet vermoeden dat angst zich verhoudt tot een transformatieproces. Maar wanneer we rondkijken lijkt dat niet meteen voor de hand liggend. Angst is uitgegroeid tot een epidemisch fenomeen dat miljoenen mensen plaagt, pijnigt, verlamt en bovenal beangstigt. Tal van patiënten consulteren iedere dag weer een arts of therapeut om van hun angstklachten af te geraken en velen grijpen dagelijks naar medicatie om de angst te sederen of elimineren. Van waar komt toch die angst? Rudi Visker, de Leuvense Heidegger-kenner, heeft het over de securiteitsparadox van onze tijd die stelt dat we nog nooit zo veilig en verzekerd hebben kunnen leven en dat er toch –schijnbaar tegenstrijdig- nog nooit zoveel angst is geweest. Hij schrijft dit toe aan het feit dat angst nergens meer ‘ruimte’ krijgt. Overal waar we maar enigszins kunnen bedenken dat angst zou kunnen verschijnen, daar installeren we afweergeschut. Een gigantische opdracht maar ze schijnt te lukken...alhoewel. Het is een beetje zoals wanneer ik met mijn kinderen ga zwemmen en ik probeer om het piepschuimen plankje op de bodem onder water te houden. Vanaf het moment dat ik even de controle verlies baant het zich een weg naar boven en floept uit het water waar ik het helemaal niet gewild of verwacht had!

Daarnaast wordt angst ook quasi volledig gepathologiseerd en gemedicaliseerd. Antoine Mooij beschrijft dit wanneer hij stelt dat we in de medische wereld een klacht herschrijven totdat deze binnen het bereik van de arts past en hij vervolgens de geschikte interventie kan voorschrijven. Of Horowitz en Wakefield die in hun boek ‘The loss of sadness’ erop wijzen dat we met z’n allen normale droefheid hebben verjaagd naar het hokje van de klinische depressie. Maar wat zou dit betekenen voor angst? We zouden ons kunnen afvragen wat er met angst gebeurt wanneer we het niet per definitie wegdrücken als een stoornis en vooral, wat er dan met ons gebeurt. Dit is de invalshoek die aan de basis lag van mijn onderzoek. Om op deze vraag te kunnen antwoorden was ik dus verplicht om een andere bril op te zetten dan degene die in het mainstream evidence based landschap gehanteerd wordt. En dat heb ik met een fenomenologische bril geprobeerd.

Als oriëntatiepunt ben ik vertrokken vanuit het existentiële paradigma, meer bepaald bij Kierkegaard en diens visie op de ontologische relatie die de mens heeft met angst. Want die blijkt er te zijn: angst is er omdat de mens bestaat, existeert zoals men zegt. Existeren kan je hier zeker letterlijk begrijpen als uit-staan. De mens staat uit in de wereld en dat maakt hem kwetsbaar. Merleau-Ponty, de Franse peetvader van de lichaamsfenomenologie, benadrukt hier zelfs de lijfelijke kwetsbaarheid van het rechtopstaan in de wereld waardoor de mens niet alleen ziet maar ook zichtbaar wordt. Voor Kierkegaard verhoudt angst zich tot de grondervaring van dit existenere omdat het een wordingsproces betreft, een synthese zoals hij het benoemt. Onze ontwikkeling maakt dat we anders moeten worden dan we zijn en de mens wéét dit, stelt Kierkegaard. Groeien, ouder worden, zich bewust worden zijn allemaal aspecten die angst uitlokken. Angst is voor hem dan ook een soort van doorgangstadium naar meer vrijheid en dit net deze vrijheid beangstigt de mens. Het leren hebben van angst is dan ook een opgave waarvan Kierkegaard zegt dit ‘op de juiste wijze’ dient te gebeuren. Ik citeer: “Wel wil ik zeggen dat dit, de angst leren kennen, een avontuur is dat ieder mens moet doorstaan, wil hij niet verloren gaan oftewel door nooit in angst gezeten te hebben of door in zijn angst ten onder te gaan. Wie dus heeft geleerd op de goede manier angst te hebben, heeft het hoogste geleerd.” (einde citaat).

Deze woorden laten er weinig twijfel over bestaan dat angst voor Kierkegaard niet enkel een louterende maar tevens educatieve en zelfs normatieve functie heeft. Angst dient dus helemaal niet weggeduwd of geëlimineerd te worden, we moeten het vooral aangaan,

misschien zelfs cultiveren. Meer nog, het niet aangaan van angst leidt tot onvrijheid of zoals Rollo May (de humanistisch-existentiële psycholoog) het noemt, shut-upness. De mens geraakt opgesloten in een verschanste positie die hem alle bewegingsvrijheid ontnemt. Rollo May legt hier de klinische link met de neurose en spreekt van ‘neurotische angst’ als tegenhanger van de gezonde ‘existentiële angst’. Hoewel ik deze tegenstelling niet geheel deel, onderstreep ik wel dat Rollo May spreekt over ‘gezonde’ existentiële angst. Paul Tillich, bekend theoloog, gaat nog een stap verder en concretiseert het verschanste individu als een ‘gereduceerd zelf’ dat gekenmerkt wordt door de afwezigheid van de moed om angst aan te gaan.

Ik vermoed dat u met mij intuïtief aanvoelt dat dit geen voor de hand liggende stellingen zijn. Willen we als mens groeien, ons meer bewust worden, écht en vrij zijn dan moeten we angst leren hebben. En om het compleet te maken, we hebben blijkbaar geen keuze. Want dit verhaal is niet vrijblijvend, het hoort bij het mens-zijn. Het is als een soort existentiële opdracht. Redenen genoeg vond ik om ook de vraag te stellen naar de haalbaarheid van dit alles. Kunnen we dit van mensen verwachten? Is het echt de bedoeling dat je uiteindelijk doorheen de angst gaat en hoe gaat dat dan? Indien het antwoord een volmondig ‘ja’ zou zijn dan moet er wel heel wat veranderen in onze aanpak van angst. Maar voorlopig zijn we zo ver nog niet...

Existentiële structuurmomenten

In mijn proefschrift heb ik onderzocht hoe zo een proces doorheen de angst zich kan voltrekken wanneer we het –zoals gezegd- bekijken vanuit een fenomenologische bril. Ik ben hierbij gekomen tot een fasering via een vijftal momenten die aangrijpen in de diepte van de structuur van het angstproces. Deze vijf momenten heb ik als existentiële structuurmomenten benoemd. Ik heb getracht om deze fasering enerzijds fenomenologisch te onderbouwen vanuit de concrete ervaring van een patiënt maar tegelijkertijd ook een theoretisch fundament te bieden vanuit de existentiële filosofie en de psychoanalyse. Vooraleer nu deze structuurmomenten te overlopen wil ik eerst even kort een beeld schetsen van de patiënt die centraal stond.

Ik noem hem Raf. Raf is een 48-jarige luchtverkeersleider die het erg goed stelt. Professionele mogelijkheden, materieel comfort, sociaal netwerk en sportieve gezondheid...alles ging hem voor de wind. Pijnlijke uitzondering hierop was de relatie met zijn vrouw. Hoewel zijn relatie met haar even stormachtig begonnen was als vele van zijn latere liefdesaffaires, was het nu hooguit een getolereerd samenlevingsverbond waarbij beide partijen bij een eventuele scheiding er teveel op achteruit zouden gaan. Hoewel ook hun enige dochter wist hoe de vork aan de steel zat, bleef het gezin volharden in een wat vreemde sfeer van ontkenning, maar werd het leven door de uiterlijke rijkdom meer dan draaglijk gemaakt. Kortom, het leven was prima zo! Totdat er op een gegeven moment tijdens een routineonderzoek bij zijn vrouw een kwaadaardige borsttumor vastgesteld werd en de prognose erg ongunstig bleek. Net in die periode gebeurde er iets geheel onverwacht wanneer Raf met zijn wagen vast komt te zitten in een sneeuwstorm op een verlaten landweg. Hij beschrijft die ervaring als volgt:

“Van waar het kwam weet ik niet maar plots begon ik zonder enige schijnbare aanleiding te huilen. Geenszins kon dit enkel te maken hebben met mijn situatie in de auto want deze viel al bij al nog wel mee. Het huilen stopte niet, integendeel, het werd heftiger. Mijn hele lichaam schokte mee en ik begon als een klein kind te roepen en op het stuur te kloppen, ik kon niet helder denken. Ik keek op en zag door de volledig besneeuwde voorruit twee felle lichten opdoemen. Op het moment dat ik dacht dat het vrachtwagen was die over me heen zou rijden, kreeg ik een paniekaanval en was er écht van overtuigd dat ik daar op die plaats zou sterven.

Ik hyperventileerde, mijn hart gierde en ik droop van het zweet. Dit alles gebeurde in misschien enkele minuten maar ik zou gezworen hebben dat het urenlang aanhield. Hoe ik op de autoweg geraakt ben, weet ik echt niet maar het kan niet anders dan een onverantwoorde rit geweest zijn. Thuis aangekomen – midden in de nacht - was er niemand die me hoorde, niemand die iets vroeg of op me wachtte”

Na dit voorval ging het voor Raf van kwaad naar erger. Hij sukkelde in een depressie en hoewel hij geen gelijkaardige paniekaanval meer kreeg, gaf hij aan dat hij sindsdien nooit meer zonder een angstgevoel was. Ook zijn oude ik was weg en “de magie van het feesten”. Want wat zich vroeger ook voordeed aan spanning of tegenslag, er was altijd wel een feestje of desnoods zijn werk dat voor de nodige afleiding kon zorgen. De dokter stelde een kuur voor op basis van antidepressiva en angstremmers. Weken gingen vervolgens voorbij maar Raf werd niet meer de oude. Hij werd doorverwezen voor cognitieve gedragstherapie en gaf aan dat deze gesprekken hem deugd hadden gedaan. Maar toch vertelde Raf dat het diep van binnen nog niet in orde was. Iets was er veranderd en sindsdien nooit meer hersteld. Op aanraden van kwam Raf dan in ons therapiecentrum terecht, waar hij zich aanmeldde voor lichaamsgerichte psychotherapie. Tijdens de eerste sessies kwam Raf er vaak op terug dat hij op een andere manier angstig was – hij noemde het letterlijk een ‘andere angst’. De paniekaanval in de auto, de angst voor het verliezen van zijn vrouw of de angst om depressief te worden waren allemaal van een andere orde, het waren ‘gewone’ angsten voor hem. De angst die hij beschreef als andere angst had veeleer te maken met het besef dat alles voorbij was. Iets bleef hem achtervolgen en hij wist niet wat...

ESM 1

Laten we eens kijken wat zich hier tot nu toe voltrokken heeft. Het leven van Raf dat vooraf ging aan de paniekaanval in de wagen, kenmerkt zich door wat Heidegger benoemt als het leven van het oneigenlijke er-zijn. Alles lijkt evident en loopt van een leien dakje. Of zoals Raf het zelf beschrijft: ‘de magie van het feesten. Deze manier van leven zit voor Heidegger ingebed in een maalstroom van alledaagsheid aan gepraat, nieuwsgierigheid en ambiguïteit. We zouden dit kortweg kunnen benoemen als een oppervlakkig leven. Toch wijst Heidegger erop dat dit niet pejoratief hoeft begrepen te worden: het is in zekere zin de meest voor de hand liggende wijze van leven. Echter, dit wil niet zeggen dat er geen nadeel aan verbonden zou zijn. In tegendeel, het individu betaalt er een grote tol voor omdat deze alledaagsheid niet georiënteerd is op dat wat Heidegger ‘eigenlijkheid’ noemt. Hoe komt het nu dat de meest voor de hand liggende manier van leven niet gericht is op wat ik gemakshalve als authenticiteit hertaal? Wel, zegt Heidegger, dat komt omdat deze maalstroom angst buitenhoudt. En angst is nu net een uitgelezen mogelijkheid om erachter te komen wie we echt zijn, wat ons eigenlijke zelf is.

Dus angst is noodzakelijk om je authentieke zelf te vinden...? Ik bleef enigszins sceptisch en heb mijn oor vervolgens te luisteren gelegd bij de Franse psychoanalyticus Jacques Lacan. Ook hij heeft erg veel aandacht geschonken aan angst, zij het vanuit een hele andere argumentatie. Daar waar Heidegger -misschien wel als enige- zo expliciet stelt dat angst iets is waar je doorheen moet, zal Lacan pareren door te bewijzen dat dit onmogelijk is. Angst –dus niet vrees of schrik- is in essentie zo massief dat het individu verzvolgen zou worden mocht het er doorheen willen gaan. Deze stelling is trouwens ook niet zo vreemd bij andere existentiële auteurs. Zo lezen we bij Gerrit Glas dat “dichter bij de angst komen zoveel betekent als: dreigend structuurverlies, een zich blootstellen aan de krachten van het vormloze, de opheffing van de ik-zelfverhouding.”

Maar hoe ziet Lacan dan de verhouding tussen angst en het individu? Wel, in ieder geval als erg fundamenteel. Zo brengt hij angst in verband met “the very birth of the subject as such”. Paul Verhaeghe, de Gentse hoogleraar psychoanalyse, werkt dit verder uit en stelt

dat (ik citeer): “Angst de motor is voor drie oorspronkelijke processen, met name de subjectwording, de symbool-ontwikkeling en het tot stand komen van de menselijke realiteit als dusdanig.” Ook geen onaardige rol voor angst, lijkt me, maar wel verschillend van de visie van Heidegger. Angst is hier dus de katalysator van een proces waardoor het individu kan uitgroeien tot een stabiele ik-identiteit. Dit kardinale angstwerende proces is voor Lacan gestoeld op ons vermogen om te werken met taal en symbool, hetgeen hij het Symbolisch-Imaginaire noemt. Angst krijgt op die manier een object waaraan het gebonden is. Angst wordt vastgelegd aan een ketting van woorden en beelden; betekenaars, zoals Lacan zal zeggen, waarmee we in zekere zin terug zijn bij het gepraat in Heideggers maalstroom. Deze gehele fase heb ik benoemd als ‘het structuurmoment van het angstwerende ik of ego.

ESM 2

Maar wat gebeurt er dan? Symptomatisch gezien, kunnen we spreken van een paniekaanval. Maar wat als we rekening houden met de context van Rafs beleving en deze proberen te begrijpen? In feite is het een ervaring waarin alles en iedereen wegvalt. Vanuit fenomenologische dynamiek valt op dat de paniekaanval een cesuur aanbrengt in zijn leven. Als cesuur of breuklijn markeert deze gebeurtenis datgene wat ervoor lag en datgene dat vanaf nu altijd erna zal liggen. Raf alludeert hier zelf op met de term ‘vóór en na de aanslag’. Men zou kunnen vermoeden dat vooral de paniekaanval hierin de dominante kracht is. Maar dat blijkt niet zo te zijn. De paniekangst situeert zich oppervlakkiger, bleek ook goed vatbaar voor cognitieve gedragstherapie en kwam ook niet meer terug. Dit terwijl de cesuur als ervaring nooit meer zou verdwijnen. Raf zelf sprak ook van een ‘andere angst’. Deze andere angst sijpelde als het ware door de breuklijn zijn leven binnen.

Binnen het Lacaniaanse denkkader vinden we deze andere angst terug als een restfractie van datgene wat Lacan het Reële noemt. Dit Reële is het deel van onze realiteit dat volledig buiten het eerder vermelde Symbolisch-Imaginaire ligt. Dus eigenlijk is het Reële datgene wat niet benoembaar is, wat vormloos, objectloos en niet voorstelbaar is en waar dus ook geen ‘ik’ kan zijn. Denk hierbij terug aan de woorden van Gerrit Glas die ook stelde dat als je te dicht bij deze angst komt, het ik verdwijnt. Klinisch gezien wordt dit Reële ook in verband gebracht met de angst die zich in een psychose kan voordoen, maar dit zou nu te ver leiden. Belangrijk is wel te weten dat het die restfractie van het Reële zich niet laat bemeesteren door de angstafweer van het ik. Integendeel, het zweeft unheimlich rond en duikt onverwacht maar voelbaar op. De filosoof en Lacan-kenner, Slavoi Zizek gebruikt hiervoor een mooi woordspeling wanneer hij zegt dat het Reële niet onmogelijk is maar het onmogelijke het Reële. Paul Moyaert spreekt van het trauma dat niet verwoord kan worden: “No matter how often we try to put our pain in words, to symbolize it; there is always something left over that can not be transformed through language.”

De aangebrachte breuk verwijst dus naar het ogenblik of momentum waarop de existentiële angst doorbreekt doorheen de onherstelbare bres die geslagen werd in de beveiligingsstrategie van het ik. Deze fase is voor mij een tweede existentiële structuurmoment dat ik kortweg benoem als de existentiële breuk.

ESM 3

Eenmaal deze bres geslagen, blijft Raf achter met het unheimliche gevoel dat zijn leven totaal veranderd is. We horen hem spreken over ‘een illusie die ophoudt te bestaan’. De oneigenlijke maalstroom van elke dag komt nu definitief op de helling te staan. En de existentiële angst die net nog haar intrede deed als angst voor de dood, wordt nu een latente ervaring van zinloosheid als gevolg van het doorprikken van de oppervlakkigheid van de levensinvulling van weleer. Ook bij Heidegger lezen we dat net daar de angst zich schuilhoudt: “Indeed, from a Heideggerian perspective, the most fundamental anxiety comes from a realisation that all

those signs and maps we thought were givens, are ultimately only social agreed conventions. With a flash of dread we realise that all those activities we assumed were intrinsically meaningful –such as the way we do our jobs, the way we treat our friends, the way we think and write- have no ultimate grounding [...].”

Dit citaat vat mooi samen wat er gebeurt wanneer de sociale conventies uit het eerste structuurmoment komen te vervallen. Niet enkel angst en teleurstelling zijn hierna het gevolg maar vooral het gevoel van zinloosheid. Ook binnen het Lacaniaans denken vinden we dit terug. Het Symbolisch-Imaginaire is niet enkel ons vermogen om te werken met denken en taal maar is ook het geheel van sociale realiteit waarin het individu samen met de ander ingeschreven staat. En het is hierop dat er zwaar ingezet wordt door het individu wanneer de angstdefensie dreigt te bezwijken. Ook dit herkennen we in het verhaal van Raf. Zijn leven lijkt hierdoor zelfs terug in wat rustiger vaarwater te geraken. Zo is hij meer thuis dan vroeger en onderneemt hij een bewuste poging om alles weer op orde te krijgen door naar Nepal te vertrekken. In zekere zin is dit een vernieuwde poging om de angst te ‘vergeten’ of toch minstens hanteerbaar te maken. Er tussenuit naar Nepal is in die zin ook een ervan weg. Hij gaat op zoek naar wat Paul Verhaeghe (2006) een zoveelste ‘weten’ noemt, namelijk een betekenisvol geheel aan strategieën die helpen om de angst terug te binden. Therapeuten herkennen dit bij hun patiënten die het plots ‘begrepen’ hebben (de therapie), of ‘gelezen’ hebben (dat ene boek) of het ‘onder de knie hebben’ (de laatste cursus mindfulness). Achter deze ultieme pogingen om het leven toch terug op de sporen te krijgen, gaat dan ook het volgende structuurmoment schuil waarbij het ik dus krampachtig wil teruggrijpen en vasthouden aan de vertrouwde situatie uit het structuurmoment voor de breuk. Dit derde structuurmoment benoem ik als ‘de fase van krampachtige ego-identificatie’. Het kan opgevat worden als een soort van ultiem beveiligingssysteem dat automatisch in werking treedt tegen gevolgen van de existentiële breuk.

ESM 4

Klinisch zien we dat deze situatie vaak een hele tijd of zelfs een leven lang volgehouden kan worden. Er heeft zich een soort van nieuw evenwicht geïnstalleerd en een finale doorbraak van de existentiële angst of catharsis blijft bijgevolg uit. Ook het verhaal van Raf laat vermoeden dat hij zijn leven grotendeels weer op de rails heeft. Toch ontketent zich op soms triviale momenten onverwacht een neerwaartse spiraal. Bij Raf gebeurde dit toen hij besloot om alleen te gaan wonen. Waar hij een nieuwe start beoogde en zowel zichzelf als zijn relatie de nodige ruimte te gunnen, komt de eenzaamheid plots van alle kanten op hem af. Hij verliest ditmaal de pedalen volledig. Niet alleen het onverwachte maar ook het onmogelijke gebeurt: Raf gaat helemaal onderuit. Hij zit nu dieper dan ooit tevoren. Ernstige en regressieve symptomen zoals niet meer eten, bij het geringste huilen, niet meer uit bed komen en amper zelfverzorging bepalen het beeld. Ondanks de ultieme beveiligingspoging van het vorige structuurmoment is de existentiële angst nu finaal doorgebroken doorheen de defensie van het ego. Hij heeft hij nu letterlijk niets of niemand meer waarop hij kan terugvallen. De angst is manifest aanwezig en kan niet meer geneutraliseerd worden. Paul Moyaert verwijst naar dit momentum als een catharsis en stelt dat onze realiteit op dat ogenblik gereduceerd wordt tot wat ze is, “een doelloos op zee dobberend sardine blikje”. Bij Slavoj Zizek herkennen we dan weer de angst die Raf overspoelt: “wanneer je te dicht bij het Reële komt, lokt het ondraaglijke angst en psychische ineenstorting uit” (einde citaat).

Maar hoezeer Raf in die periode inderdaad ineengestort en doelloos ronddobberde, toch ontstond er heel geleidelijk aan een verandering in zijn zelfbeleving. Hij beschreef dit proces als een soort camerabewustzijn waarmee hij in een continue stroom naar zichzelf kon kijken en de dieperliggende mechanismen van zijn angst doorzag. Dit impliceert dat Raf nu een positie kon innemen die verschilde van de vorige als ego of ik. Zijn zelfbeleving

verschuift hier naar een nieuwe kern die we met Vaughan (1992) kunnen benoemen als ‘het existentiële zelf’:

“De eerste ontwikkelingsfase voorbij het ego wordt in de psychologie geïdentificeerd als die van het existentiële zelf. Vrij zijn van automatisch handelen en afhankelijkheidsgevoelens, keuzevrijheid en een gevoel van verantwoordelijkheid voor de consequenties van de gemaakte keuzes, zijn naast authenticiteit en persoonlijke kracht zijn, kenmerken van een gezond existentieel zelf, als zij gebaseerd zijn op de samenhang tussen innerlijke ervaring en de uitdrukking ervan naar buiten,”

Het gaat hier blijkbaar over een verschuiving van identiteitsbeleving waarbij Raf gevoeliger wordt voor de context van zijn angst. Dit existentieel verschuivingsproces komt samen in een momentane en duurzame ervaring van transcendentie waarnaar men ook wel verwijst met de term ‘epifanische ervaring’: “a sudden discontinuous change, leading to profound, positive and enduring transformation through reconfiguration of an individual’s most deeply held beliefs about self and world”. Deze ervaring kernmerkt het huidige, vierde structuurmoment dat ik dan ook formuleer als ‘het proces van de epifanische ego-disidentificatie.’ Het individu doorprijkt het eigen egomasker en slaagt erin het weglopen van de angst (in) te zien. Opvallend hierbij is dat Raf aangeeft dat hij nu terug een soort van rust kan ervaren. De unheimliche aanwezigheid van angst is er nog steeds en het existentiële appel is er niet minder om, maar toch ervaart Raf een rust. Vanwaar nu deze rust, ondanks de angst?

ESM 5

Na dit laatste structuurmoment heeft zich een nieuw identiteitsevenwicht geïnstalleerd als ‘existentieel zelf’. Het gaat voor Raf niet zo maar over theorieën die hij kende uit z’n boeken of cursussen, maar wél over ervaringen ‘aan den lijve’. Hij beleeft zijn wereld nu niet enkel vanuit een fundamenteel andere houding maar hij ver-houdt zich ook op geheel andere wijze tot die wereld. Raf drukt het als volgt uit: “ik ga misschien evenzeer als vroeger nog op zoek naar een bevredigende levensinvulling maar ik besef dat ook deze telkens een soort van houdbaarheidsdatum heeft”. Hij slaagt er dus in om het paradoxale hiervan te aanvaarden. Het gaat nu over een bewuste houding die geënt is op het besef dat een mens moet leren om zijn existentiële angsten te verdragen, ook al valt zijn gehele vertrouwde identiteit hierdoor finaal weg. Dus waar we net nog stelden dat het individu een rust ervaart ondanks dat het zich existentieel bewust wordt, blijkt dat het deze rust net kán ervaren doordat het over deze gevoeligheid beschikt. Deze bewuste en openhoudende houding is het fundament van het vijfde en laatste structuurmoment dat ik duid als ‘een houding van existentiële bewustwording’. Centraal in dit laatste moment staat het vermogen om de existentiële angst uit te houden, er zelfs ruimte voor open te houden én zich er toe te verhouden.

Doorheen de angst als transformatieproces

Nu alle vijf de ESM toegelicht zijn, wil ik nog even stil staan bij het existentiële proces an sich. Vanzelfsprekend gaat het hier over een transformatieproces, maar anderzijds ook niet enkel een transformatie. Het is een organisch proces waarbij ook heel wat horizontale dynamiek -translatie dus- dient plaats te vinden. Zelfs zoveel tot het moment waarop de gehele identiteit als ik opgebruikt geraakt en doorprijkt wordt. Ook de rol en aanwezigheid van de Ander dient helemaal uitgespeeld te worden tot de ervaring van ‘het sardineblikje op de onmetelijke zee’. Tot en met het derde structuurmoment bespreek ik deze horizontale translatiebewegingen als existentieel met kleine letter. Wanneer het vierde en vijfde moment zich effectief voltrekken, benoem ik het proces als Existentieel met hoofdletter. De verschuivingen van ik naar existentieel zelf zie ik als een continuüm waarop het bewustzijn zich continu als zwaartepunt beweegt: horizontaal en verticaal, actief en reactief, synchroon

en diachroon. Het bewustwordingsproces doorheen angst is voor mij uiteindelijk een ruimtezoekend en pulserend proces dat zich (soms abrupt, soms vloeiend) verwerkelijkt, maar dat steeds gepaard gaat met een fundamentele verschuiving van identiteitservaring. Eenmaal verankerd, klikt het bewustzijn zich vast zoals een muurklimmer zich verzekerd aan een nieuwe hoger liggende haak in de wand. Deze nieuwe verankering zal vanaf dan dienen als meest optimale steunpunt voor de verworven identiteit. En net zoals de klimmer ook kan terugvallen op eerder verzekerde punten, kan het existentiële proces dat ook...maar altijd ook met die laatste haak waarop je kan vertrouwen. En daarmee is een laatste belangrijk begrip gevallen, vertrouwen.

Finaal zie ik het existentieel wordingsproces als een diepgaand durven Vertrouwen in de eigen grondhouding als mens, een diepgaand Weten zonder te begrijpen waarom maar tegelijk een diepgaand Aanvoelen van het waartoe. Het is het aanvaarden van wat niet meer gedacht kan worden en toch rust ervaren. Het gaat over het zin geven aan 'leven' inclusief de vraag die Ton Lathouwers ons als zen-boeddhist stelt: "*Precies hier en nu, als niets werkt, wat ga je dan doen?*". Het niet zomaar kunnen antwoorden hierop doet zich ook voor in het existentiële proces tijdens therapie. Hiervan getuigen ook de woorden van James Bugental waarmee ik wil afronden: "Psychotherapy is not learning to adjust; it is a facing of infinite un-adjustability."