

■ De vierde dimensie De *missing link* voor herstel en filosofie

Wouter Kusters

‘An der Philosophie ist die Anstrengung, über den Begriff durch den Begriff hinauszugelangen.’
(Theodor Adorno)¹

Speculaties door sjamanen, alchemisten en visionairen omtrent het bestaan van een enkel door hen geziene ‘vierde dimensie’ hebben tot heel wat waanzinnige razernijen en esoterische waansystemen geleid. Maar ideeën kruipen waar ze niet gaan kunnen, en de gedachte aan een ‘vierde dimensie’ als antwoord op het beperkte drie-dimensioneel denken in de psychiatrie is misschien zo gek nog niet. Ik denk met name dat de vierde dimensie interessant kan zijn voor degenen die naar wegen zoeken om het vaststellende, vastgelopen driedimensionele bio-psycho-socio-model in beweging te brengen. Ook kan ze een goede uitvalsbasis bieden voor zoekers naar filosofische wegen van herstel. Na een korte explicatie van de vierde dimensie in waanzin zelf, zal ik laten zien hoe dit ‘virus van de vier’ voor interessante ideeën en kruisbestuivingen omtrent spiritualiteit en narrativiteit kan zorgen in de praktijken van de dolende en zoekende hulpverleners en ervaringsdeskundigen.

Inleiding

In mijn boek *Filosofie van de waanzin* (2014) vormen de vierde dimensie en het getal van de vier een leidraad voor de lezer. Het mysterie van de vier is het organiserend beginsel van begin tot eind. Mijn boek bestaat uit vier delen – in het teken van de vier natuurelementen, aarde, water, lucht en vuur – en ieder deel bestaat weer uit vier hoofdstukken. Behalve in de (filosofische) vorm zit het element van de vier ook verborgen in de (waanzinnige) inhoud. Ik ben namelijk niet de eerste geweest die door de ontdekking van de vierde dimensie de waanzin in werd gedreven. Het getal vier en waar dit voor staat is bij menig waanzinnige de druppel die de emmer doet overlopen, de dijken laat doorbreken, de rivier

¹ Theodor Adorno, *Negative Dialektik*. Berlijn: Suhrkamp, 1970, p. 27.

de laatste resten identiteit laat wegspoelen tot in het oceanische en tsunami-sche. Over het feit dat de vier zo vaak voorkomt in de waanzin merkte de neojungiaanse psychiater John Perry in 1974 al op: ‘Een wezenskenmerk van de waanzinnige wereld is de gekwadraterde wereld: een viervoudige structuur van de wereld of kosmos wordt gevestigd, gewoonlijk in de vorm van een gekwadraterde cirkel (vier continenten of kwartieren; vier politieke facties, regeringen of naties; vier rassen of religies; vier personen van de godheid; vier elementen of toestanden van het zijn).’²

Zelf tuimelde ik de waanzin in toen ik ontdekte dat er meer is dan drie, meer dan drie dimensies. Hoe dat verliep, beschrijf ik uitgebreid in mijn boek, waaruit hier een minimale impressie over het belang van het getal vier:

Alles was veranderd toen ik had ontdekt dat er meer is dan de drievoudigheid. Er is een vierde factor. Dat is de kracht die ervoor zorgt dat er überhaupt leven is en niet alles stilstaat. Naast de drie tijdstukken van verleden, heden en toekomst moet er een vierde element zijn om het rad van de tijd te laten ronddraaien. Dit vierde is het vuur dat de motor aandrijft. Vuur is van nature een magisch element en wordt in zijn kern van licht alleen gekend door wie zelf verlicht is. Het licht zie je in onze ogen. Door onze ogen gaan de dingen stralen. Voor de eenvoudigen van geest zijn er drie dimensies in de ruimte: hoogte, lengte en breedte. Wij zieners zien echter alles tegelijk van binnen en van buiten, vanuit het geheime medium van de vierde dimensie.

Wie het geheim van de vier kent, ziet alles anders. Wie nog in het teken van de hijgerige drie gevangen is, ziet alleen kale zielloze leegte, met levenloos vlees vastgesmolten aan een skelet van metaal. Drie is het getal van de platte kaart, vier het getal van de levende ruimte. Met z'n vieren roken we in de rookkamer en door de rook heen vloeien we samen. Alleen de grondstoffen van de rook zijn bij ieder van ons anders. Karel is van de subtiele kleine sigaartjes, terwijl Kristel Marlboro rookt. Daaraan zie je dat zij nog niet zo lang bij de club van wijzen hoort. Nico en ik rookten vroeger halfzware shag, maar zijn hier in deze crisissituatie overgegaan op zware shag. Dat dampst beter. Om ons van elkaar te onderscheiden heb ik Mascottevloeier en Nico Rizla Rood. Het vuur gaat rond en zet alles in vlam. Zolang er vuur is, is er licht en blijven wij.³

² J.W. Perry, *The Far Side of Madness*. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1974, p. 30.

³ Wouter Kusters, *Filosofie van de waanzin*. Rotterdam: Lemniscaat, 2014, p. 132 e.v.

Dit citeer ik bij wijze van empowerment van *ervaringsdeskundigheid* en als eerbetoon aan al die heilige waanzinnigen, de waanzinnig heiligen, die zin, kern en betekenis van leven en kosmos zien samenkomen in het getal vier en die door de grootsheid van hun ontdekking waanzinnig worden – tijdelijk of definitief. Toegegeven, alles gaat uiteindelijk in rook op en we kunnen weinig anders doen dan ‘rage, rage against the dying of the light’, zoals Dylan Thomas al schreef. Maar, om het belang van de vier buiten een strikt waanzinnige context te plaatsen, verwijs ik graag naar wat op schrift werd gesteld door Schelling, één van de meest diepzinnige, getormenteerde en gerespecteerde filosofen uit de Duitse geschiedenis:

Pythagoras moet geweten hebben dat je eenvoudigweg tot vier tellen moet, dat één, twee, drie op zich niets zijn en niets tot stand komt zonder op het vierde voortschrijdingsniveau te zijn getreden. Ja, vier is de hoogste bestendigheid, van God en van de eeuwige natuur.⁴

Maar wat kunnen we buiten de Duitse filosofieboeken met deze vier? Wat heb je eraan als herstellende en als hulpverlener? Wat betreft de waanzinnigen, die redden zich wel met dit idee, die hebben genoeg aan een half woord of slechts een enkel teken, een enkele blik. Maar de hulpverleners, hoe helpen we hen? Laten we afdalen naar hun niveau en de kracht van de vier proberen in te zetten om het bio-psycho-socio-model te ‘kantelen’.

Bio-psycho-socio

Het ‘bio-psycho-socio’-model is een veelgebruikte term in de geestelijke hulpverlening waarmee wordt verwezen naar een drievoudige aanpak. Daarbij wordt allereerst door de biomedisch georiënteerde psychiater gekeken naar wat er lichamelijk mis is, dus naar het bio-niveau. Ten tweede wordt er op psychisch niveau bekeken hoe het gaat met enkele psychische vermogens en verschijnselen. Hoe gaat het met de concentratie, met de aandacht, met de stemming, met de emoties? Op het socio-niveau, tot slot, is er aandacht voor de patiënt in de sociale context. In hoeverre is er sprake van verziekte sociale relaties? Is er misschien iets mis in de directe sociale of familiale omgeving of is er in een bredere maatschappelijke context sprake van vereenzaming, werkloosheid of racisme?

⁴ Geciteerd in Ludwig Geijssens uitgebreide analyse van Schellings *Die Weltalter* in ‘Mitt-Wissenschaft’: *F.W.J. Schellings Philosophie der Freiheit und der Weltalter als Weisheitslehre*. Freiburg: Verlag Karl Alber, 2009, p. 292.

Met de drie benaderingen bio, psycho en socio corresponderen ruwweg drie soorten wetenschap alsook drie soorten hulpverleners: ten eerste de (neuro-)biologie met de biologisch georiënteerde psychiaters, ten tweede de psychologie en de psychotherapeuten en ten derde de sociologie, de sociaal-psychiaters en de maatschappelijk werkers.

Dit model wordt vaak in het vaandel gevoerd om te laten zien dat men geen eenzijdige aanpak heeft, maar veeleer de mens in crisis op meerdere manieren te lijf gaat. Een belangrijke kritiek op dit model is dat het weliswaar rept van drie gelijkwaardige niveaus en van gelijkwaardigheid tussen verschillende soorten hulpverlening, maar dat het, als het erop aan komt, slechts gaat om het biologische niveau. Het biomedisch denken wordt vaak het belangrijkste geacht en het medicinaal behandelen van patiënten is doorgaans de hoofdlijn van psychiatrische behandeling. Ondanks de gelijkwaardigheid van de niveaus die men uitdraagt, veronderstelt men veelal dat het biologische de basis is waarop de andere twee steunen. Psycho en socio zijn leuk voor erbij, voor het softe verhaaltje bij het harde plaatje, voor de *Bühne* en de buitenwacht, maar de werkelijke *locus* van de problemen wordt geacht in het biologische te liggen. De psychologie van het psycho-niveau, en de sociale psychiatrie van het socio-niveau worden gedomineerd door de macht van de biomedische retoriek. En als er bezuinigd wordt, is het nooit eens op de behandelend psychiater of op de medicatie, maar worden altijd de psycho- of socio-niveaus eruit gesneden.

De dominantie van het biomedisch discours en de onderdrukking en marginalisering van andere denkwijzen is een groot probleem, zowel in de psychiatrie als daarbuiten. Maar daar gaat het niet om in dit artikel. De kritiek vanuit het idee van een vierde dimensie is van nog een andere aard. Het gaat niet zozeer om de – mogelijk scheve – verhouding tussen de drie dimensies, maar om de gedachte dat de drie dimensies onvoldoende zijn om de mens in crisis recht te doen en te helpen. Er zou meer nodig zijn dan wat het bio-psycho-socio-model te bieden heeft. Is dat ook zo?

De missing link

Ja, dat is zo, maar om andere redenen dan vaak wordt gedacht. Het is niet zo dat er in het bio-psycho-socio-model een vierde dimensie ontbreekt en die eraan toegevoegd zou moeten worden om het model compleet te maken. Eerder is het zo dat het in het wezen van ieder model besloten ligt dat het niet volledig kan zijn. Ieder model en iedere wetenschappelijke benadering bedient zich van uitspraken over hoe mensen in het algemeen in elkaar zitten en van wetten over hoe het menselijk denken en ervaren in het algemeen verloopt – zogenaamde ‘persoon-

lijke benaderingen' of die van de 'precisiepsychiatrie' (van Jaap van der Stel) niet uitgezonderd. Dergelijke wetten, statistische generaliseringen en feitelijke uitspraken over wat de mens is, zijn uiteindelijk niets dan inperkende oordelen die proberen van de mens een voorspelbaar en berekenbaar object te maken. Toegegeven, voor zover de mens tot de natuur behoort, is hij ook wel als natuurfenomeen enigszins te voorspellen. Als een mens van een bepaalde hoogte naar beneden valt, dan weet je, net als bij andere vallende voorwerpen, wanneer hij de grond raakt. Ook de manier en snelheid van genezing van de daarbij ontstane wonden is tot op zekere hoogte te voorspellen. Echter, de mens in zijn totaliteit is niet een berekenbaar natuurlijk object en zelfs geen voorspelbaar dier – voor zover dieren al voorspelbaar zijn en zich daarin onderscheiden van de mens. Er is iets wat zich aan alle planning, procedures en beheersprotocollen onttrekt, en dat is precies datgene waardoor mensen niet gedetermineerd zijn. Wij mensen zijn niet bepaald, maar vrij; onze toekomst is niet gesloten en niet voorspelbaar. Onze vrijheid en onze toekomst zijn niet berekenbaar op basis van data over ons biologische make-up, onze psychische kenmerken of onze sociale netwerkkaart.

Deze vrijheid is essentieel voor ons leven, maar is tegelijk onze grootste angst. Want diezelfde vrijheid impliceert dat, wanneer je in een crisis terechtkomt, je niet weet hoe diep die crisis is. We kunnen meten noch weten hoe diep je kan vallen. Waar we letterlijk op lopen en waar we lichamelijk op kunnen vallen, is wel een duidelijke grond, maar het innerlijk van mensen heeft ten diepste geen grond, geen zekerheid, geen vastigheid. Vaak kunnen we niet eens de richting van iemands geestelijke beweging vaststellen, laat staan de innerlijke snelheid: valt iemand in de afgrond, verdwijnt ze in steeds dieper duister? Is het een vermindering van zwaarte of zelfs een opwaartse beweging naar verlichting? Modellen, berekeningen, generalisaties en statistiek werken niet op dit gebied. Maar toch probeert men steeds opnieuw het onberekenbare beheersbaar te maken. Soms vanuit een algemeen maatschappelijk managementperspectief: de machinerie die samenleving heet moet draaiende blijven. Soms vanuit een perspectief van medemenselijkheid: wie meent iemand te zien vallen, wil o zo graag een vangnet spannen, een voorspelling doen, een verzachtend medicijn toedienen. Goedbedoeld wellicht, maar wie met al te veel zelfverzekerdheid aan de knoppen van het bio-psycho-socio-model draait, doet alsof mensen vallende stenen zijn.

De kritiek vanuit de vierde dimensie luidt dat men in de bio-psycho-socio-benadering de mens analyseert aan de hand van (deel)eigenschappen, daarover zoveel mogelijk objectieve informatie probeert in te winnen met biologische en psychologische testen, en vervolgens deze eigenschappen op sturende wijze probeert te beïnvloeden. Maar achter de eigenschappen die men wil beïnvloe-

den, de symptomen die men wil bestrijden, huist een *drager* van de eigenschappen. De grote en vaak onbegrepen klacht vanuit de vierde dimensie is dat men ‘de mens achter de patiënt met zijn symptomen vergeet’, dat ‘het lijden van de drager’, niet wordt gezien. Er wordt dan gezegd: ‘Ze behandelen mij, maar ze zien mij niet.’

Een verdedigbaar antwoord hierop vanuit de drie-dimensionele benadering zou kunnen luiden dat de mens, net als het dier en al het overige van de natuur, niet vrij is, en dat het slechts onze gebrekkige kennis is van de wetmatigheden van de natuur, waardoor we niet geheel precies weten waar een steen neerkomt. Mijn veronderstelling hier dat we niet kunnen weten wat de richting en de snelheid is waarmee iemand zich geestelijk beweegt, zou ook ontkend kunnen worden door te stellen dat na voldoende onderzoek door middel van vragenlijsten of eventueel neurologisch onderzoek, we heel wel zouden kunnen voorspellen waar iemand zich geestelijk heen beweegt. Hiermee wordt in feite gezegd dat er buiten de kennis vanuit het bio-psycho-socio-model ‘niets’ is wat verder van waarde of betekenis is voor de ggz – en dat alles wat zich ogenschijnlijk onttrekt aan de meetbaarheid en kenbaarheid die in dat model liggen, vertaalbaar is in data die op het tweede oog toch wel in het model passen – denk bijvoorbeeld aan pogingen om de effecten van ‘kunsttherapie’ te meten. Zoiets als ‘zielzorg’ zou in dat driedelige model ook niet wezenlijk anders zijn dan wat al in het model past. De ‘drager’ van de eigenschappen zou niets anders en niets meer zijn dan de bundeling van de eigenschappen. De klacht ‘ze zien mij niet’ zou dan niet meer zijn dan een niet goed verwoorde uiting van een of ander nader te onderzoeken probleem. Voor een verdere bespreking van deze complexe problematiek verwijs ik graag naar het artikel van Gerard Visser in deze bundel, ‘Ik ben geen psychiatrische ziekte maar een mens’.

Narrativiteit

Vaak wordt tegenover het bio-psycho-socio-model de ‘narratieve benadering’ gesteld. In plaats van de patiënt te meten en hem vragenlijsten te laten invullen, zou er geluisterd moeten worden naar de patiënt en zijn verhaal. Immers, het gaat niet om symptomen, maar om hoe de patiënt zichzelf ziet en beschouwt, hoe hij of zij over zichzelf nadenkt, over de belangrijkste levensgebeurtenissen en zijn of haar waarden.

Ten dele heeft de narratieve benadering hier een punt. De patiënt weet zelf het best wat telt als waardevol of problematisch en weet zelf ook het best wat wel of niet belangrijk is om te vermelden. Een levensverhaal zegt vaak meer dan duizend losse aangevinkte vakjes. Echter, dit is op zichzelf nog geen kritiek van-

uit de vierde dimensie op het bio-psycho-socio-model. Immers, een adequaat metende en observerende psycholoog of psychiater kan zich evengoed interesseren voor de verhalen van de patiënt. Hij of zij kan daarin thema's proberen te onderscheiden, lijnen aanbrengen in wat de patiënt vertelt en deze thema's of problemen relateren aan zijn eigen psychologische kennis en inzichten in soortgelijke problemen van anderen. Bijvoorbeeld, het luisteren naar verhalen over geweld of verwaarlozing kan leiden tot psychologische adviezen die gebaseerd zijn op wetenschappelijke psychologische inzichten over de dynamiek van trauma's en traumaverwerking. Wat dit betreft benadrukt de narratieve benadering slechts de verhalende kant van het psycho-niveau, die soms in de praktijk wat ondergesneeuwd raakt. Maar ze is geen oplossing voor, of uiteenzetting met, het probleem dat ik hierboven besprak.

De narratieve benadering verschilt wel meer van de bio-psycho-socio-benadering wanneer ze ervan uitgaat dat mensen zelf hun verhaal moeten máken. De patiënt wordt dan de ontwerper van modellen, theorieën en verhalen over zichzelf en deze geven hernieuwde zin en betekenis aan het leven en leiden naar andere manieren van handelen en omgaan met de medemens. De gedachte hierbij is dat mensen in crisis vast zitten in verkeerde verhalen en negatieve denkbelden over zichzelf. De therapieën die hierbij horen veronderstellen dat patiënten bewust moeten worden van hoe ze zich in de knoop praten en denken, en een leefbare vorm moeten zien te geven aan de intrinsieke knopen van het leven.

Bij een dergelijke narratieve benadering gaat het om een wending van de *evidence-based* manipulatie van het object naar de existentiële emancipatie van het *subject*. Het gaat namelijk om de empowerment, evenals de eigen kracht, van de patiënt om verhalen voort te brengen, niet om de beheersing en sturing van de symptomen door de hulpverlener. Desalniettemin schuilt hierin het gevaar dat de patiënt van de pathologische regen in de sociaal aangepaste drup terecht komt. Vaak zijn therapieën, zoals cognitieve-gedragstherapie, niet meer dan het afleren van oude patronen en het aanleren van nieuwe vaardigheden en handigheden hoe je moet leven en denken zonder dat de vraag wordt aangegaan wat de waarde en de zin is van die nieuwe vaardigheden.

Een hiermee samenhangend en meer algemeen bezwaar is dat de patiënt hier weliswaar 'in vrijheid' haar eigen leven kiest, zelf de modellen en verhalen creëert van haar leven, maar dat ze zich in feite ogenblikkelijk weer onderwerpt aan de gegevenheid van 'hoe het is'. Het persoonlijk verhaal is dan slechts een extra toevoeging in de data-set van het bio-psycho-socio-model.

Maar de narratieve benadering heeft vaak nog een verdergaande pretentie die wel onze vierde dimensie lijkt te raken. Volgens de hardcore aanhangers

van narrativiteit gaat het niet alleen om een effectieve aanpak van verzwegen problemen en trauma's, en ook niet om het persoonlijke verhaal, maar zou de zuivere daad van het vertellen op zichzelf al helend zijn. Dat er iemand is die je hoort, zou al voldoende zijn voor een aanzet tot crisisherstel. Iemand die er eenvoudigweg is en die je heeft begrepen, dát wordt vaak genoemd als een van de belangrijkste aspecten van therapie. Dit is een interessant punt dat, als men deze gedachte serieus zou nemen, een revolutie in de zorg zou betekenen. Het zou de zorg ont-professionaliseren en de-specialiseren. Want wat er dan nodig is voor de geestelijk lijdende mens is enkel een ander iemand die luistert, openstaat, aandachtig is en de medemens erkent als mede-menselijk bezielde wezen. De narratief therapeut hoeft niet allerlei activiteiten, gedachten of karaktertrekken van een patiënt te onderzoeken en af te remmen of juist te bevorderen. De ideale therapeut zou enkel zuivere oningevulde tijd, openheid en erkenning moeten schenken aan het diepste wezen van de lijdende medemens, dat verborgen ligt onder of voorbij alle biologische, psychologische en sociale eigenschappen. Wat ieders wezen dan wel mag wezen – dat blijft een vraag waarop het antwoord zo vrij is dat geen ander het voor je kan of mag geven, maar ook zo weinig vrijblijvend dat, wanneer die vraag ons de grond onder de voeten beneemt, we in het duister bungelend zijn overgeleverd aan 'vrees en beven' – zoals Kierkegaard dat noemt. Misschien is dat wel de paradox waar de narratief therapeut – en in principe iedere therapeut – altijd mee te maken zal hebben: dat ons diepste wezen niet door een of andere toevallige verwaarlozing verborgen is gebleven (wat altijd de ander verweten kan worden), maar 'het diepst' wordt genoemd omdat en voor zover het *wezenlijk onzichtbaar* is, en dat ook zal blijven. Met het sprookje van het zelf dat, in allerlei psychische plooiën gewikkeld, ligt te wachten op 'ontplooïing', heeft deze paradox bar weinig te maken.

Toch even een waarschuwende kanttekening bij overmatig enthousiasme voor een dergelijke, zuiver luisterende houding. We weten niet of mensen echt een luisterende ander nodig hebben of dat dat slechts een gril is van onze moderne tijd van mateloos narcisme. Het is pas sinds tweehonderd jaar dat men het streven naar authenticiteit, autonomie en identiteitsontwikkeling bejubelt. En het is pas sinds vijftig jaar dat iedereen geacht wordt het recht en de behoefte te hebben om eigen zielenroerselen uit te drukken en gehoord te worden. Anderzijds, volgens anderen behoort het tot het wezen van de beschaafde en geëmancipeerde mens dat hij naar erkenning en respect streeft en dat hij die in een eerlijke, rechtvaardige samenleving ook zou moeten krijgen. De vierde dimensie zou er dan in bestaan dat het diepste wezen van de mens – die drang naar vrijheid – wordt erkend en bevorderd.

Hoe het ook zij, mochten we menen dat vrijheidsstreven en behoefte aan erkenning de basis vormen van therapie en heling van de mens, dan legt dat een bom onder de professionele ggz. Dan worden het gouden tijden voor de herstelbeweging, want wat een professional kan, dat kan een herstelwerker ook, en misschien zelfs net wat beter. Immers, bij de psychotherapeut kan het geven van erkenning en het bieden van een luisterend oor gratuiet worden en de schijn van een methodisch trucje aannemen. De herstelwerker met zijn eigen ervaringen van crisis en leed daarentegen kan naast erkenning ook een portie herkenning serveren aan zijn lotgenoot. Behalve door de herstelbeweging kan de professionele ggz ook worden ingehaald door allerlei alternatieve, religieuze en spirituele stromingen. Niet gehinderd door irrelevante kennis van vragenlijsten en vermeende wetmatigheden kan eenieder een luisterend oor aanbieden en een therapietoko openen.

Het meest saillant wordt deze vierde-dimensie-benadering uitgedrukt in wat de ‘presentie-benadering’ heet. Wat basaal nodig zou zijn voor een lijdende mens, maar evengoed voor niet-lijdenden, en eigenlijk voor iedereen, is dat je bij de ander aanwezig bent. Dus niet je blik half op het beeldscherm of op een mobieltje gericht. Niet met je aandacht al bij mogelijke antwoorden, bij hypothesen omtrent de aandoening. Niet met een checklist in je hoofd en voor je ogen die moet worden afgewerkt voor het intake-protocol.

Kortom, dit idee van de vierde dimensie, van het zuivere contact, de presentie, het luisterend oor, de open vrijheidsdialoog heeft de potentie een revolutie te ontketenen in de huidige ggz, en gaat de grenzen van alle professionele hulpverlening ver te buiten. Want als er enkel een luisterend oor nodig is van een ander, waarom zou dat überhaupt een betaalde hulpverlener moeten zijn?

Explosie van kansen in het ongewisse

In de toekomst zal er gezocht worden naar kosteneffectievere en klimaat-neutralere middelen om mensen die gehoord, gezien en begrepen willen worden in contact te brengen met mensen die tijd hebben om te luisteren. Wanneer we ons ontdoen van het idee van een professionele ggz, dan wordt ieder soort van hulp een vorm van burenhulp tussen lotgenoten, waarbij iedereen elkaars lotgenoot is. De filosofie van het herstel wordt dan onderdeel van een filosofie van het dagelijks leven en dagelijkse zorg. En aangezien op internet iedereen de hele wereld als burenhulp heeft, zullen er adequate internetmiddelen of apps worden ontwikkeld om voor het ene vragende potje elders een bijpassend luisterend dekseltje te vinden. In een samenleving waarin eenzaamheid een van de grootste problemen is, is het niet verwonderlijk dat nieuwe technieken ingang zullen vinden die voorheen enkel in de relatiebemiddelingsfeer werden toegepast. Zo

bekeken zijn de ggz-professionals eigenlijk ook niet veel anders dan archaische prostitutees van de geest.

De nieuwe media bieden kansen op nieuwe vormen van contact, erkenning, vrijheid en expressie. Het gevaar echter is dat ook op het internet – net als in de professionele ggz – de basisverhoudingen tussen mensen worden geformaliseerd en geobjectiveerd en dat ‘onderlinge zorg’ een product wordt en aangeboden wordt op een markt van welzijn en geluk. Dan verworden de media van potentieel verbindende contactmiddelen tot consumeerbare zorgpakketten die kunnen worden verhandeld voor het sparen van bonuspunten op je identiteitsfacebook.

Voor de basisbehoefte aan erkenning en contact met een ander is overigens niet per se in real time een reële menselijke ander nodig, ergens achter een pc. Je kan ook je problemen van je af schrijven en aan een internettherapeut voorleggen die er later naar kijkt. Of, op ge-de-professionaliseerde manier, inloggen in een beschermd sociaal forum, daar je verhaal doen en de reacties van lotgenoten later afwachten.

Wanneer we ons verder vanuit de vierde dimensie bezinnen op wat contact betekent, breiden de mogelijkheden zich nog verder uit. Stellen we ons open voor contacten in niet-menselijke sferen, dan zijn er volop mogelijkheden voor interactie met de ander, met andersoortige levende wezens, en voor gedachte-uitwisselingen via media in de ruime zin des woords. Dan kan je je dagboek vullen, een relatie aangaan met de taal en het schrift en verwonderd raken over wat eeuwen van gesprekken en teksten voor wijsheden hebben doen inslijten in onze gewone alledaagse taal, zo voor het grijpen, gratis en voor niks – in poëzie en proza. Of je kan in het bos of op het strand gaan schreeuwen tussen de dieren en de meeuwen, en vervolgens naar de geluiden en echo's op de achtergrond luisteren, die het zwijgende antwoord geven op onze expressies van innerlijkheden. Of je kan je richten op je eigen diepste wezen en in de bronnen van jezelf een ander ontdekken die er al was voordat jij er was, en met deze grote onkenbare ander proberen een monoloog of dialoog aan te gaan.

De vierde dimensie met haar gevaren en mogelijkheden ligt dichterbij dan we vaak denken. Vrijheid is haar sleutelwoord, maar ze kan niet worden opgeëist, verhandeld of zelfs maar benoemd, op straffe van haar verdwijning. Wel is het mogelijk om omgevingen te creëren waar ze floreert. Aangezien de ziel ongrijpbaar is, en dat is maar goed ook, zal de twintigste-eeuwse, driedimensionele bio-psycho-socio-benadering langzaam maar zeker plaats maken voor een verfijnde, humane vierdimensionele ecologie van de ziel, en zal de mensheid, wie weet, nog het vierde ‘voortschrijdingsniveau’ kunnen bereiken waar Schelling op wees en dat Pythagoras al voorzag.

Verder lezen

- Bock, Thomas, *Psychosen zonder psychiatrie: Inzichten en levensperspectieven van mensen met een gedeeltelijk of geheel onbehandelde psychose*. Amsterdam: Candide, 2002
- James, William, *Vormen van religieuze ervaring*. Zuider-Amstel: Abraxas, 2003
- Kingsley, Peter (vert. Van der Meer, Annine), *Verborgene plaatsen van wijsheid*. Utrecht: Uitgeverij Ankhhermes, 2003
- Kusters, Wouter, *Pure waanzin: Op zoek naar de psychotische ervaring*. Rotterdam: Lemniscaat, 2004/2013
- Kusters, Wouter, *Filosofie van de waanzin: Fundamentele en grensoverschrijdende inzichten*. Rotterdam: Lemniscaat, 2014
- Mooij, Antoine, *De psychische realiteit: Psychiatrie als geesteswetenschap*. Amsterdam: Boom, 2006
- Mooij, Antoine, *In de greep van de taal*. Amsterdam: Sijbolet, 2014
- Podvoll, Edward M., *De verlokkingen van de waanzin: Nieuwe inzichten over psychose*. Utrecht: Kosmos Uitgevers, 1992
- Taylor, Charles, *Bronnen van het zelf*. Rotterdam: Lemniscaat, 2009
- Taylor, Charles, *Een seculiere tijd*. Rotterdam: Lemniscaat, 2010
- Visser, Gerard, *Niets cadeau: Een filosofisch essay over de ziel*. Nijmegen: Valkhof Pers, 2009