

■ Ik ben geen psychiatrische ziekte, maar een mens Over herstel als erkenning van de zielsdimensie

Gerard Visser

‘Alleen zij die gebukt gaan onder een bepaald verdriet begrijpen elkaar.’
(Franz Kafka)¹

De status van psychiatrie

Voor de meeste universitaire vakken geldt, dat zij eenvoudig zijn te situeren. Scheikunde valt onder de natuurwetenschappen, literatuurwetenschap onder de geesteswetenschappen, sociologie onder de menswetenschappen. Er zijn ook vakken waarin de theorie is verbonden met een voor de samenleving onontbeerlijke zorg. Theologie, geneeskunde en rechtsgeleerdheid golden van oudsher als de primaire vakken aan de universiteiten, de overige vielen onder de *artes liberales*. Theologie de zorg voor de ziel, geneeskunde de zorg voor het lichaam, rechtsgeleerdheid de zorg voor de intermenselijke verhoudingen. Het vak psychiatrie valt onder geneeskunde, omdat het de studie en de behandeling van *aandoeningen* betreft. Maar het overschrijdt dit domein ook, aangezien het om *psychische* aandoeningen gaat. Het aandachtsgebied van de psyche, de ziel, deelt het medische vak van de psychiatrie met de psychologie en de theologie, waardoor ook de raakvlakken met de filosofie groot zijn, groter misschien wel dan bij enig ander vak.

Tegenwoordig is het onderscheid tussen medische psychiatrie en klinische psychologie of psychotherapie min of meer helder. Pas als psychische problemen door een diagnose, gesprekken, therapieën en adviezen niet zijn op te lossen en er aanwijzingen zijn voor een hardnekkige aandoening waar iemand ernstig onder lijdt, komt de psychiater in beeld. Daarmee wordt de aandoening echter niet meteen louter medisch, laat staan louter somatisch. Manische depressiviteit kan aantoonbaar zijn aangeboren en alleen met medicijnen enigszins te reguleren, dat neemt niet weg dat ze psychisch blijft in de zin dat ze heel het gemoedsleven van de patiënt beheerst op een wijze die bij puur lichamelijke

¹ Franz Kafka, *Dagboeken 1914-1923. Reisdagboeken*. Amsterdam: Querido, 1974, p. 46 (aantekening 12 juni 1914).

klachten alleen met algehele pijn vergelijkbaar is. Het psychische behelst het geheel van het leven zoals we dit van binnenuit ervaren. Van oudsher dekken de woordvelden van leven en ziel elkaar hoegenaamd. Levend is synoniem met beziel, levenloos met ontziend.

Maar hoe staat het met de ziel? Wilhelm Dilthey sprak eind 19^e eeuw met betrekking tot de associatiepsychologie in zijn dagen al van een ‘Seelenkunde ohne Seele’ en ook Friedrich Nietzsche merkt in aforisme nr. 12 van *Jenseits von Gut und Böse* op, dat de naturalist de ziel maar hoeft aan te raken en hij is haar al kwijt. Een materialistische verklaring van het psychische geeft de ziel prijs. In de filosofie heeft dit de aanzet gegeven tot een revolutionaire herbezinning die opvallend resoneert met de idee van herstel in de psychiatrie. In beide meldt zich een nieuwe spirituele voeling met de zielsdimensie, die blijkt geeft van wat ik in alle eenvoud een derde standpunt noem.

Herstel – een derde standpunt

Alleen al de bijzondere status van de psychiatrie, het feit dat haar object, het psychische, niet in één vak te vangen is, maakt duidelijk waarom er ten aanzien van de geestelijke gezondheidszorg wordt gepleit voor een onderscheid tussen herstel en genezing. De ernst van een psychiatrische aandoening kan zo hardnekkig blijken dat er gekozen moet worden voor een andere benadering dan die van genezing, aangeduid, door initiatiefneemster Patricia Deegan, met het woord ‘recovery’. De naam ‘herstel’ kan overigens misverstand wekken. Hoogleraar psychiatrie Jim van Os, geïnterviewd naar aanleiding van het financieel in de knel raken van de behandeling van zwaardere patiënten: ‘Deze groep heeft zorg nodig die gericht is op het leren leven met lijden: geestelijke zorg gericht op persoonlijk en sociaal herstel.’² Menig lezer zal hier bij ‘persoonlijk herstel’ onwillekeurig aan ‘genezing’ denken en bij ‘sociaal herstel’ aan re-integratie in de samenleving. Het verschil zit echter in de bepaling van ‘herstel’ als ‘het leren leven met lijden’.

Gevraagd naar het verschil tussen herstel en genezing antwoordt Paul Moyaert, filosoof en psychoanalyticus: ‘Herstel betekent terugkeren naar de toestand waarin het wel leefbaar was. Je mag waanzin niet vereenzelvigen met catastrofale toestanden. Tot vlak voor de catastrofale crisis was een persoon kennelijk wel in staat te leven in zijn waanzin. Wat heeft hij of zij gedaan om het leefbaar te houden? Herstel heeft te maken met de mate waarin je opnieuw kunt meebewegen, meedansen met de zottigheden van je gedachten. Dat is iets anders

² *Trouw*, 29 augustus 2017.

dan mensen laten socialiseren in de maatschappij.³ Patricia Deegan verlangt uitdrukkelijk meer dan de terugkeer naar een toestand van voor de catastrofe. Maar wel is ook voor haar de essentie gelegen in het leren leven met jouw aan-doening. ‘Herstel betekent dat datgene wat je is overkomen en tot psychiatrisch patiënt heeft gemaakt, een betekenisvolle plaats krijgt in je leven om van daaruit verder te gaan, je mogelijkheden te ontdekken en te benutten.’⁴

Onder het historisch proces van de Verlichting verstaan we de bevrijding van de wetenschap uit religieuze en metafysische bevoogding en van de burger uit knellende feodale banden. De moderne verlichte mens is rationeel en autonoom. Hij beschikt over zichzelf. De idee van herstel echter zou wel eens exemplarisch kunnen zijn voor wat we als de eigenlijke zin van de Verlichting zullen moeten leren zien.⁵ De ware zin ervan is gelegen in de verwerving van een DERDE STANDPUNT, voorbij de aloude elkaar uitsluitende opties van het ideële en materiële, in termen waarvan wij haar nog altijd verstaan, getuige de spagaat van vrijheid en determinisme, *zelfbeschikking* en het *dictaat van de hersenen*. In het voorbeeld van de behandeling van waanzin zijn dat de opties van ofwel *genezing en normalisering* ofwel *verdoving en uitsluiting*. Het derde standpunt kenmerkt zich door spirituele terughoudendheid, het laat een midden open en het kan dat, daar duidt de bepaling ‘spiritueel’ op, omdat het niet steunt op ofwel de macht van de idee ofwel de macht van de materie, maar op het geheim van dit open midden. Waarom kunnen we trots zijn op onze huidige regeling van euthanasie? Vanwege de middenkoers tussen verbod en vrijheid, wet en willekeur. Iets dergelijks geldt voor het oogmerk van herstel.

De huidige euthanasieregeling respecteert het geheim van leven en dood. Maar ze verlaat het koord en komt op een hellend vlak, als we haar criterium van uitzichtloos en ondraaglijk lijden zouden verruimen tot dat van voltooid leven, zoals het in recente voorstellen heet. Waarom? Omdat het leven van dien aard is dat je nooit zeker weet of het voltooid is. Het is volstrekt eindig, kan worden geteisterd door het lot, maar ook onvoorzien worden verlicht. Het is geen product. De teneur van maakbaarheid die in de idee van voltooid leven schuilt, staat haaks op datgene wat de idee van herstel zo respectabel maakt: iemand helpen

³ ‘In je waanzin kun je gezond zijn’, in: *Trouw (Letter en Geest)*, 26 aug. 2017. Interview n.a.v. de verschijning van: Paul Moyaert, *Schizofrenie; een filosofisch essay over waanzin*. Vantilt, 2017.

⁴ Patricia Deegan, ‘Ik ben geen psychiatrische ziekte! Herstellen van schizofrenie’, in: Wilma Boevink, Annette Plooy en Sonja van Rooijen (red.), *Herstel, empowerment en ervaringsdeskundigheid. Voor mensen met psychische aandoeningen*. Uitgeverij S.W.P. B.V., 2006, p. 175.

⁵ Zie mijn: *Gelatenheid. Gemoed en hart bij Meister Eckhart*. Amsterdam: SUN, 2008, pp. 11-12.

te leren leven met zijn of haar lijden, en bovendien: hem of haar in een basale of zelfs sacrale zin als altijd al voltooid te beschouwen, namelijk als *volwaardig mens*.

Het beginsel van gelijkheid in de moderne rechtstaat is gebaseerd op dat van de waardigheid van de mens.⁶ Juist deze waardigheid echter staat volgens Patricia Deegan in het systeem van de geestelijke gezondheidszorg op het spel. In haar lezingen en essays houdt zij niet op te benadrukken: je bent een mens, geen ziekte. Wanneer ben je, met je aandoening, een mens? Als *the voice of the individual* centraal mag staan. Maar dan moeten er wel dingen veranderen. Zo is een eerste aantasting van het zelfrespect in haar ogen al de ruimtelijke scheiding en het contrast tussen de zwijgende mensen op de stoeltjes in de wachtkamers en de hulpverleners die levendig in en uit lopen of onzichtbaar blijven achter de deuren.

De voorstellen van Deegan zijn creatief en praktisch, maar ze zullen nog aan kracht kunnen winnen als we het concept van herstel en de radicale herbezinning die vanaf eind 19^e eeuw heeft plaatsgevonden in de filosofie aan elkaar spiegelen. Bij lezing van haar essay 'Ik ben geen psychiatrische ziekte! Herstelen van schizofrenie' viel mij op hoezeer haar klachten overeenstemmen met aandachtspunten in de herbezinning op het leven in levensfilosofie en fenomenologie. 'Het is alsof de hele wereld een bril heeft opgezet die verhindert jou als mens te zien en waardoor jij alleen nog als een ziekte wordt gezien.'⁷ Wat is het eerste oogmerk van de wijsgerige herbezinning op het leven, als die in plaats van criteria voor objectiviteit de beleving, de onmiddellijke levende ervaring tot vertrekpunt neemt? De afbraak van alle objectiverende abstracties. Waarom? Omdat die monddood maken. Wat geobjectiveerd is, kan niet meer zelf spreken.⁸

Nu heb je me op mijn ziel getrapt!

Het luisteren naar de stem van het individu blijkt in de filosofische herbezinning uit een begrip dat essentieel is voor het derde standpunt en voor het concept van herstel in het bijzonder: het *existentiële*. Wat verstaan we daaronder? Stel: je bent in gesprek met een vriend en zegt iets over zijn gedrag, waarop je plotseling te

⁶ Het eerste artikel van de grondwet van de Bondsrepubliek Duitsland uit 1949 opent met: 'Die Würde des Menschen ist unantastbar.'

⁷ P. Deegan, 'Ik ben geen psychiatrische ziekte! Herstelen van schizofrenie', p. 178.

⁸ Vgl. mijn: *De druk van de beleving. Filosofie en kunst in een domein van overgang en ondergang*. Amsterdam: Boom, 2012 (Nijmegen: SUN, 1998), p. 365.

horen krijgt: 'Nu heb je me op mijn ziel getrapt!' Je schrikt op zo'n moment. Wat maakt deze gebeurtenis existentieel? Doorgaans gaan wij als vanzelfsprekend op in de doelmatige omgang met dingen en medemensen; we verhouden ons eerst en vooral tot de *wereld*. De plotselinge opmerking 'nu heb je me op mijn ziel getrapt!' haalt jou, die dit gezegd krijgt, daar op een ruwe wijze uit weg. Maar ook je vriend, die je dit heeft moeten zeggen, is eruit weggehaald, gekwetst door jouw opmerking die hem klaarblijkelijk voor zijn gevoel tot in zijn diepste wezen mis-kent. De *doelmatige wereldverhouding* maakt zo op slag plaats voor een *existentiële zelfverhouding*.

Hier gebruik ik het woord 'zelf'. Toch had de ander mij in plaats van: 'Nu heb je me op mijn *ziel* getrapt!', niet kunnen zeggen: 'Nu heb je me op mijn *zelf* getrapt!' Ik heb dit voorbeeld dan ook mede gekozen om op de omstandigheid te wijzen dat de wetenschap het woord 'ziel' mag hebben geschrappt, maar dat de omgangstaal er onverminderd aan vasthoudt. Waarom? Omdat er zich momenten in het leven kunnen voordoen waarop zich een dimensie van het zelf openbaart die zich aan ons doorsnee zelfbesef onttrekt. Hoe verhouden zich de woorden 'ziel' en 'zelf'? Het woord 'ziel' dient het mysterie van het 'zelf' te behartigen.

Het zelf verliest zijn vanzelfsprekendheid in wat Karl Jaspers in zijn *Psychologie der Weltanschauungen* uit 1919 'existentiële situaties' of 'grenservaringen' heeft genoemd. Dergelijke situaties kennen een heel andere bewogenheid dan de alledaagse wereldverhouding. De laatste is *objectiverend* en *doelmatig* van aard. Je bent gericht op dingen of medemensen met een bepaalde intentie. Je schof-felt de tuin, je maakt een bestelling in orde, je legt iemand iets uit. Maar moet een dierbaar iemand jou zeggen: 'Nu heb je me op mijn ziel getrapt!', dan word je abrupt teruggeworpen op jezelf. De bewogenheid, de innerlijke beweging, is hier een andere dan de objectiverende en doelmatige, namelijk *een weggeraakt zijn van jezelf en een naar jezelf teruggeroepen worden*. Als de ander je dit moet zeggen, heb je niet alleen de ander geweld aangedaan, je bent klaarblijkelijk ook weggeraakt van jezelf.

Net zo existentieel is het echter, als een patiënt de psychiater die uitsluitend symptomen zou zien, moet zeggen: *dokter, ik ben geen psychiatrische ziekte! Ik ben een mens.*⁹ Søren Kierkegaard heeft als eerste de woorden 'existentie' en 'existeren' de nadruk gegeven die geleid hebben tot wat wij tegenwoordig onder 'existentieel' verstaan. Voor hem hield existeren in: radicaal vanuit de eigen

⁹ Deegan, aan haar jongere zelf: 'Ik weet niet waarom jou deze kaarten zijn toebedeeld. Wel weet ik dat je, ondanks dat je als psychiatrisch ziek wordt beschouwd, die ziekte niet bént. Je bent een mens wiens leven waardevol is.' (P. Deegan, 'Ik ben geen psychiatrische ziekte!', p. 178.)

bestaansgrond leven, *enkeling* zijn. Maar dat houdt in: ook angst en vertwijfeling durven en kunnen doormaken, als het bestaan je ernst is, als het geloof je ernst is. Dit hoorde Kierkegaard echter niet in de preken van de pastor of las hij niet in de geschriften van de theologen, die het systeem van Hegel hadden omarmd, waarin alles zich louter logisch voltrekt, zodat hij hen moest toeroepen: *ik ben geen begrip, maar existentie*.¹⁰

Als denker lijkt Kierkegaard soms een geval van *borderline*. In vergelijking met deze ‘geestloze’ theologen komt hij zichzelf in zijn worsteling met het geloof als ‘een gek, een zonderling’ voor.¹¹ In zijn leven en werk laat de wijsgerige bezinning zelf zich existentieel en spiritueel terugwerpen op zichzelf, zoals dit niet veel later net zo ingrijpend bij Nietzsche gebeurt, die daadwerkelijk aan de waanzin ten prooi valt. Ik voeg hier aan de bepaling ‘existentieel’ die van ‘spiritueel’ toe. Vanuit een duidelijk begrip van het existentiële laat ook dat van het spirituele zich helder bepalen. Het existentiële betreft de beweging van het weggeraakt zijn van jezelf en het naar jezelf teruggeroepen worden. Maar wie of wat roept je naar jezelf terug? Het existentiële heeft vooreerst betrekking op het zelf, dat in het ongereede raakt, het spirituele op de roep afkomstig uit een ondoorgrondelijke oorsprong. Beide lagen van het gemoed zijn één in wat we de zielsdimensie kunnen noemen.

Bij zowel Kierkegaard als Nietzsche komt de roep uit deze dimensie, die ons in diepste zin tot een zelf maakt. Hoe heeft de ziel echter kunnen verdwijnen? Hoe hebben wij verwijderd kunnen raken van het geheim in de grond van ons bestaan? Ik zal zo dadelijk aan de hand van drie elementaire pijnpunten in de ervaring van de psychiatrisch patiënt proberen aan te geven hoe de levensfilosofische herbezinning ons hiermee opnieuw in contact brengt. Maar eerst dienen we stil te staan bij de kritische vraag die eveneens moest rijzen. Hoe zijn we weggeraakt van onszelf? Wat is er verantwoordelijk voor de teloorgang en zelfs verdwijning van de zielsdimensie in ons zelfbegrip?

¹⁰ Hier enkele aantekeningen uit zijn dagboek: ‘Maar existentie betekent “deze enkeling”, datgene (...) wat buiten het begrip ligt en er niet in op kán gaan.’ (nr. 132) ‘Mijn voornaamste gedachte was, dat men in onze tijd door het vele weten heeft vergeten wat existen en innerlijkheid eigenlijk betekenen.’ (nr. 143) ‘Het onzalige van de toestand in de christenheid is eigenlijk al dat gepreek, waaruit voortdurend indirect blijkt, dat de pastor niet existeert in datgene waarover hij praat.’ (nr. 248) (*Kierkegaard. Dagboeknotities*. Een keuze. Baarn: Ten Have, 1971)

¹¹ *Ibid.*, nr. 223.

De teneur van de maakbaarheid

‘Ik ben geen psychiatrische ziekte! Herstellen van schizofrenie’ is geschreven in de vorm van waarschuwingen en adviezen aan de 17-jarige Patricia Deegan, die het stempel ‘schizofreen’ heeft opgeplakt gekregen. Een laatste waarschuwing luidt: ‘Je zult hulpverleners tegen andere mensen horen praten over jouw persoon als goed of slecht functionerend. Of je nu als goed of slecht functionerend wordt bestempeld, stap niet in de valkuil door hierin te geloven. Het zijn geen kenmerken van een persoon. Het zijn waardeoordelen die een persoon worden opgelegd.’¹² Wat dit laatste betreft kunnen we nog een stap verder gaan, op grond van de wijsgerige herbezinning, die niet alleen de vraag naar het leven hernieuwt, maar ook de aard van ons denken aan een kritisch onderzoek heeft onderworpen. Want zijn het louter waardeoordelen? Waar komen het spreken in termen van functioneren en de objectiverende blik, die daarmee samenhangt, vandaan?

De kwalificatie ‘goed functionerend’ is niet louter een waardeoordeel, maar ontleend aan datgene wat ik eerder kortweg, in onderscheid met de zelfverhouding, de wereldverhouding noemde. Wat is de functie van een pen? Met een pen kun je schrijven. Wat is de functie van een auto? Je kunt je door middel van een auto verplaatsen. Wanneer functioneert de patiënt goed? Wanneer hij of zij doet wat in het protocol is beoogd. Maar je kunt beantwoorden aan het protocol en onverminderd *niet* jezelf zijn. De functionele benadering van de patiënt, die de existentiële dimensie veronachtzaamt, is geen louter menselijk falen. Kierkegaard wijst al op de geestloze vervanging van de dimensie van zin en betekenis door die van het getal, ‘het numerieke slijk’.¹³ Het verval van de mens tot een functie wijt Nietzsche aan de dood van God, waardoor alles nog slechts in het teken komt te staan van economisch nut. Hij sprak van het Europese nihilisme en herleidde dit tot een levensvijandig karakter in de waarden waar wij ons van oudsher door hebben laten leiden. Maar minstens zo belangrijk, zeker als het om de vraag gaat naar de bron van ons denken in termen van functionaliteit, is het paradigma van de wereldverhouding.

Filosofie hield voor Aristoteles twee ultieme vragen in: de vraag naar het wezen van het zijnde, wat iets in zijn wezen is, en de vraag naar de oorsprongen of gronden van het zijnde. Deze vragen en de antwoorden die erop werden gevonden, vormen het fundament van het Europese denken. Meer dan twee millennia sprak dit denken vanzelf, totdat het in de vorm van een instrumenteel geworden rationaliteit het leven benaderde op een manier die in de loop van de 19^e eeuw

¹² P. Deegan, ‘Ik ben geen psychiatrische ziekte!’, p. 182.

¹³ Kierkegaard. *Dagboeknotities*, nr. 291.

door filosofen voor het eerst als eenzijdig en zelfs verminkend werd ervaren. De eerder genoemde filosoof Dilthey constateert dat de Griekse vraag naar het wezen eenzijdig op de dingen buiten ons, in de wereld, is gericht. Hij houdt deze oriëntatie verantwoordelijk voor de uitwendige en substantiverende aard van de grondbegrippen die wij hanteren. De 20^{ste} eeuwse filosoof Martin Heidegger voegt daar vervolgens een belangrijke ontdekking aan toe: het zijnde dat Plato en Aristoteles in hun vragen tot voorbeeld namen is een heel specifiek zijnde geweest, namelijk een *poioumenon*, een voortbrengsel, een technisch product.¹⁴

Hier ligt de bron van wat Heidegger naderhand 'Machenschaft' heeft genoemd, de teneur van de maakbaarheid die zich in ons denken en handelen breed maakt. Wat zijn de gronden van het zijnde volgens Aristoteles? Voor de vervaardiging van een bijl heb je een geschikte *stof* en een passende *vorm* nodig, met het oog op het *doel* (om hout mee te kunnen hakken), en je hebt tenslotte een kundige *maker* nodig, door Aristoteles 'het begin van de beweging' (van het ontstaan van het product) genoemd. In de filosofie staat deze uitleg te boek als een teleologische: het wezen van iets wordt begrepen vanuit zijn *telos*, zijn doel of bestemming. Zo is elke kastanje in aanleg een kastanjeboom. Op grond van dit teleologisch model heeft Aristoteles gemeend al het ondermaanse te kunnen begrijpen. Wat is het wezen van een zijnde? *Doelmatig vormgegeven stof*. Het is de taal die ook wij nog altijd spreken, de bril waardoor ook wij nog kijken, ondanks de ingrijpende verschuiving die heeft plaatsgevonden. In ons moderne, door de wetenschap beheerste tijdvak verstaan we de dingen namelijk niet meer zoals Aristoteles vanuit een eigen bestemming die zij in zich dragen. Stof, vorm en doel gelden voor ons daarom niet meer als oorzaak. Wij erkennen nog alleen Aristoteles' vierde oorzaak: het *begin van de beweging*, de *werkoorzaak*, in het Latijn: de *causa efficiens*. Oorzakelijkheid is *werkoorzakelijkheid*. Van het teleologische rest het functionele. En is functioneel intussen niet synoniem met werkzaam ofwel effectief?

Ik noemde herstel een derde standpunt, voorbij de alternatieven van ofwel genezing en normalisering ofwel verdoving en uitsluiting. Deze standpunten stemmen overeen met de spagaat waar de teneur van de maakbaarheid ons in gevangen houdt. Wij zien in alles ofwel een natuurwetmatige samenhang ofwel de productieve inventiviteit van de mens. Materialisme: het bewerkt ons, idealisme: wij bewerken het. Verdoving: de ontregelende krachten worden onderdrukt met zware medicatie, die je voorgoed uitsluit. Genezing: je hebt de macht over jezelf teruggekregen en kunt weer normaal functioneren.

¹⁴ Zie voor een uitvoerige uitleg mijn: *Heideggers vraag naar de techniek. Een commentaar*. Nijmegen: Vantilt, 2014, hoofdstuk VII en VIII.

De teneur van maakbaarheid is blind voor het eigene van de existentiële bewogenheid, die aan deze beide werkoorzakelijke opties van beweging voorafgaat. De levensfilosofische herbezinning moest wel stuiten op deze bewogenheid, die eigen is, niet aan de wereldverhouding, maar aan de zelfverhouding.¹⁵

Herstel – erkenning van de zielsdimensie

‘Ik ben geen psychiatrische ziekte, maar een mens.’ In deze uitspraak lijkt opnieuw slechts sprake van twee standpunten, de normaliteit van de mens en de abnormaliteit van de ziekte. Maar ‘ik ben een mens’ duidt op een omvattende derde dimensie, die normaliteit en abnormaliteit omvat. De patiënt wenst immers als mens te worden gerespecteerd *in zijn of haar ziekte*. Wat wil hier ‘mens’ zeggen? In de situatie van de psychiatrisch patiënt kunnen we met betrekking tot de menselijke waardigheid drie elementaire pijnpunten onderscheiden, die hun parallel vinden in antwoorden op de vraag naar het wezen van de mens: *gezond verstand*, *integrale aanspreekbaarheid* en *kwetsbaarheid*.

‘Dokter, ik ben een mens’, dat wil om te beginnen zeggen: ‘Dokter, ik kan ook nadenken.’ Dit stemt in de filosofie overeen met het gangbare begrip van het mens-zijn als redelijk dier. Aristoteles vroeg: wat is het onderscheidend kenmerk van de mens? En zijn antwoord luidde: de mens is een *zoön logon êchon*, een levend wezen beschikkende over *logos*, over spraak, over de mogelijkheid om abstract te denken en weloverwogen te handelen. De Romein Cicero vertaalde deze definitie met *animal rationale*. Wij zijn mens bij de gratie van ons intellect. ‘Gezond verstand’ is de ingesleten maatstaf voor normaliteit. Van die gemeenschap wenst de patiënt niet te worden uitgesloten, ook niet als zijn hoofd zo nu en dan op hol slaat. Maar wil de hulpverlener dit kunnen respecteren, dan is er meer nodig dan de erkenning van rationaliteit. En houdt zijn of haar waardigheid niet ook voor de patiënt zelf meer in?

Animal rationale is antwoord op de classificerende vraag: wat is de mens in onderscheid met het dier? Het antwoord introduceert de op de wereldverhouding en het paradigma van de voortbrenging georiënteerde tweedeling van *animalitas* en *rationalitas*: de mens die de natuur buiten en binnen hem vermenschlijkt door

¹⁵ Zowel Dilthey als Nietzsche duidt het eigen denken aan als ‘Selbstbesinnung’. De filosofie komt daarmee in het vaarwater van de psychologie. *Het begrip angst* van Kierkegaard heet in de ondertitel ‘een psychologische overweging’, Dilthey noemt zijn methodiek in onderscheid met de causaal verklarende een ‘beschrijvende psychologie’, Nietzsche ontwerpt een ‘psychologie van de metafysica’, Jaspers een ‘psychologie van wereldbeschouwingen’ en ook Husserl moet aanvankelijk voor zijn minutieuze beschrijvingen van het bewustzijnsleven van ‘psychologie’ spreken, om daar vervolgens de titel ‘fenomenologie’ voor te introduceren.

haar rationeel om te vormen. Hier blijkt de teneur van de maakbaarheid al in door en als die in onze tijd tot volle wasdom komt en Kierkegaard moet zeggen: ‘systematicus, ik ben geen abstract begrip, maar concrete existentie,’ is het een kwestie van tijd tot het inzicht doorbreekt waarvan het een raadsel mag heten dat het niet eerder wijsgerig is onderkend: dat de mens geen *vaststelbaar WAT* is, maar een *ondoorgegrondelijk WIE*. Wat is de mens? Heidegger wijst erop dat de tekortkoming al in de aard van deze vraag schuilt. ‘Want het antwoord op deze vraag is de transformatie van deze vraag in de vraag: Wie is de mens?’¹⁶ Maar schiet niet ook dit nog te kort? Is de vraag ‘wie is de mens?’ de meest oorspronkelijke? Blijft ook zij niet theoretisch, veralgemeniserend of, in één woord, abstract van aard? Oorspronkelijker lijkt mijzelf de *existentiële* vraag, die ons kan overvallen: ‘Wie ben ik eigenlijk?’

‘Ik ben geen ziekte, dokter, maar een mens.’ ‘Ik ben geen WAT, dokter, maar een WIE.’ Waarin verschillen WAT en WIE? Het WAT gaat *over* iets of iemand. Bij de vraag WAT iemand is, horen antwoorden als: vrouw, Nederlandse, docente, echtgenote, nerveus, onzeker... Deze zelfde antwoorden kunnen volgen op de vraag WIE iemand is, maar dan wordt het WIE genomen als het WAT. Toch is het WIE van een volstrekt eigen orde. WIE BEN IK EIGENLIJK? Deze vraag, gesteld dat zij mij overvalt, gaat niet *over* mij, maar spreekt mij van binnenuit integraal *aan*. Zij spiegelt mij mijzelf niet terug als rationeel dier, zoals in de wereldverhouding, maar trekt de innerlijke ruimte van het geheim van mijn bestaan open. Elk WAT lost zich erin op, om plaats te maken voor de zelfheid als een bevreedende leegte of zelfs een afgrondelijk niets – dat ik zelf ben, dat ik zelf te zijn heb. Deze leegte deelt het WIE in de taal met de eigennaam, die radicaal individueel is. Er bestaat wel ‘boomheid’, maar geen ‘Janheid’. Terwijl het begrip het WAT behelst, behartigt de eigennaam het WIE.

In de wijsgerige herbezinning op het menselijk bestaan openbaart zich een existentieel grondgegeven dat aan onze rationaliteit voorafgaat en zowel in de wie-vraag als in de eigennaam is verankerd, dat van *integrale aanspreekbaarheid*. Zoals ik in *Niets cadeau*, mijn essay over de ziel, concludeerde, hebben wij vanaf Aristoteles de ziel begrepen als een *intellectuele en productieve substantie*.¹⁷ Aan dit paradigma sterft de ziel, als de teneur van de maakbaarheid het denken

¹⁶ Martin Heidegger, *Beiträge zur Philosophie (Vom Ereignis)*. Gesamtausgabe Band 65. Frankfurt am Main: Vittorio Klostermann, 1989, p. 245. In *Sein und Zeit* is het menselijk ‘Dasein’ een ‘Wer’. Vgl. mijn *Niets cadeau: Een filosofisch essay over de ziel*. Nijmegen: Valkhofpers, 2009, pp. 90–92, 123–124; *In gesprek met Nietzsche*. Nijmegen: Vantilt, 2012, pp.157–165.

¹⁷ *Niets cadeau*, p. 26.

ten slotte vereenzelvigd met de werking van de hersenen of met een mechanica van verstand en emoties. Maar in de herbezinning op het raadsel van de zelfheid keert de zielsdimensie op een nieuwe en oorspronkelijke wijze terug. Het fenomeen van integrale aanspreekbaarheid is geen intellectuele en productieve substantie, in mijn bezinning op de zielsdimensie duidde ik het tentatief aan als een *affectieve en receptieve resonantieruimte*.¹⁸

Voor Patricia Deegan is de belangrijkste vraag: ‘Als je van elke waardigheid bent ontdaan als gevolg van een psychiatrische diagnose, hoe kom je er dan toe je eigen unieke waarde te ontdekken?’¹⁹ Gezond verstand kan ademruimte geven, bescherming bieden, op voorwaarde dat het gepaard gaat met ontvankelijkheid. Maar wordt het gevoed door de teneur van de maakbaarheid, dan heeft de patiënt weinig tot geen verweer tegen de mentale terreur van de normaliteit. Eerste voorwaarde, wil de patiënt zijn of haar zelfrespect terugwinnen, is het veilige besef een WIE te zijn, geen WAT, een volwaardig mens, integraal aanspreekbaar op het raadsel van het eigen mens-zijn.

Alleen, wie of wat roept mij integraal aan? Zoals in de metafysica het kenvermogen werd ontleed in een veelvoud aan vermogens, van waarneming, begripsvorming, logisch denken, oordeelsvorming, verbeelding, zo manifesteert de levensfenomenologische herbezinning zich vooralsnog in een aantal uiteenlopende antwoorden op de spirituele vraag waar wij als mens in diepste zin aan toebehoren. Een antwoord dat we zojuist in de bezinning op het WIE leerden kennen, is het aanspreekbaar zijn op het eigen naakte *er te zijn hebben*. Voor Heidegger hield dit in dat wij toebehoren aan de *openheid van het zijn*. In dat licht noemt hij de mens ‘stadhouder van het niets’ en ‘hoeder van het zijn’. Daarentegen is de Franse wijsgeer Emmanuel Levinas van oordeel dat wij primair aanspreekbaar zijn op de verplichting die wij jegens *de Ander* hebben, terwijl in Nietzsches zelfbezinning de roep uitgaat van de uniciteit van onze eigen diepste verlangens, van wat hij al vroeg onovertroffen aanduidt als een ‘seit Ewigkeiten bestimmtes Maass von Glück’.²⁰ Het laatste is in het kader van herstel meteen het meest concreet. Nietzsches advies lijkt mij tenminste van eminent belang: ga na wat je ooit *gelukkig* heeft gestemd en blijf daar trouw aan.

¹⁸ Ibid., p. 142.

¹⁹ P. Deegan, ‘Ik ben geen psychiatrische ziekte’, p. 175.

²⁰ Friedrich Nietzsche, *Sämtliche Werke. Kritische Studienausgabe*. München en Berlijn/New York: DTV en Walter de Gruyter, 1980, band 1, p. 338. Vgl. o.a. mijn: *In gesprek met Nietzsche*. Nijmegen: Vantilt, 2012, pp. 164-165, 180.

Ik moet me beperken tot de vaststelling die ik in *Niets cadeau* uitwerk dat deze antwoorden, als ze elk voor zich worden verabsoluteerd, mijn individualiteit alsnog tekort doen, maar op hun plek vallen, als ze bijeenkomen en als constitutief moment beschouwd worden van de zelfheid als een integrale aanspreekbaarheid.²¹ Die zou er zonder de *openheid van het zijn*, zonder de *blik van de Ander*, zonder de *affectiviteit van het lichaam*, en zonder uiteraard de *taal* niet zijn. Maar zelf mag zij niet tot uitsluitend een van deze momenten worden herleid. De aanspreekbaarheid is in de grond aanspreekbaarheid op de *wijdte van zichzelf*, en dat ter wille van *het kleinste*. De eigenaam is leeg, maar vermag niet dankzij deze leegte de uniciteit van heel een leven in de naam te resoneren?

Rest het pijnpunt van de kwetsbaarheid, waar ik met het aspect van de uniciteit aan raak. Het pijnpunt van het gezond verstand hield in: 'DOKTER, IK KAN OOK NADENKEN.' Dat van integrale aanspreekbaarheid: 'DOKTER, IK HEET PATRICIA.' Maar hoe staat het met het pijnpunt van de kwetsbaarheid, die vergroot is door de ziekte, de zware psychische aandoening zelf? Want de aandoening houdt een dubbel geweld in, naast de catastrofe van haar toeslaan dat van het label dat men krijgt omgehangen en het schier onuitroeibare gevoel er niet meer bij horen.

Leren bewonen wat je overkomt

'Ik ben geen psychiatrische ziekte, maar een mens.' Met ziekte bedoelt Patricia Deegan hier een label dat ze van buitenaf krijgt opgeplakt. Maar ze lijdt onder haar aandoening en is haar verlangen naar respect niet in diepste zin het verlangen juist in haar ziekte als mens te worden gerespecteerd? Zo schrijft ze: 'Mensen met zielesmart schreeuwen het uit.'²² Het concept van herstel en de filosofische herbezinning op het mens-zijn komen ook samen in het pijnpunt van de kwetsbaarheid, die vergroot door het ziek zijn misschien wel het meest dringend aanklopt in het: 'DOKTER, IK BEN EEN MENS!' *Als gezond verstand en integrale aanspreekbaarheid bij haar onvast op de benen staan, als ze pijnpunten vormen, komt dat door de extreme kwetsbaarheid.* Maar het punt is, een inzicht dat ook in de filosofie pas recent door het voluntarisme, het wilsdenken, heen breekt, dat kwetsbaarheid niet alleen iets van de patiënt is, horend bij de ziekte, maar wezenlijk iets van ieder mens.

²¹ G. Visser, *Niets cadeau*, i. h. b. pp. 130, 142-143. Vgl. intussen ook mijn *Gelatenheid in de kunst*. Nijhoff, Braque, Kawabata. Amsterdam: Boom, 2018, pp. 176, 531.

²² P. Deegan, 'Ik ben geen psychiatrische ziekte', p. 177.

Integrale aanspreekbaarheid is geen fraaie uitdrukking, maar ik ken vooralsnog geen betere om aan te duiden wat er in het concentraat van het wie en de eigenaam besloten ligt. Ze behelst hetzelfde als het lege gemoed of de pure ontvankelijkheid in de grond van de ziel waar onze belangrijkste mystieke denker, Meister Eckhart, van sprak. De vraag dringt zich op naar de verhouding tussen aanspreekbaarheid en kwetsbaarheid. Ze vormen geen tegenstelling, zoals *rationalitas* en *animalitas*, maar zijn één. Ze zijn niet het gelijke, maar wel hetzelfde. Ze maken heel ons wezen uit. Ik moet me hier beroepen op een beeld, een snaarinstrument. Integrale aanspreekbaarheid betreft heel het instrument, maar bij uitstek het zwarte gat van de lege klankholte, kwetsbaarheid betreft ook heel het instrument, maar bij uitstek de fragiliteit van het materiaal, inbegrepen de al bestaande beperkingen en kwetsuren. Bij een zware depressie kunnen de snaren worden beroerd, maar er komt geen geluid. Bij een psychose ontstaat een kakofonie. Bij herstel klinkt de muziek die voor jou en jou alleen is weggelegd.

Patricia Deegan vraagt hoe je je eigen unieke waarde kunt ontdekken. Die waarde schuilt *oneindig wijd* in de klankholte van ieders integrale aanspreekbaarheid als mens en *oneindig klein* in het unieke affectieve weefsel van ieders kwetsbaarheid. De late Heidegger noemt de mens *de sterveling*, vanwege het openstaan voor het niets, dat zijn schrijn heeft in de dood, en indachtig de tragische bestaanservaring van de vroege Grieken. Bij de grote tragediedichter Aeschylus heet de mens echter niet alleen *thanatos*, maar eveneens *pathètos*. De mens is de aan lijden blootgestelde.

Het unieke weefsel van de kwetsbaarheid wordt binnen 'herstel' erkend in zowel het concept 'herstel' zelf als in de waarde die aan ervaringsdeskundigheid wordt toegekend. Vasalis in een van haar kostbaarste regels: 'En wie het niet ervoer, die weet het niet.'²³ Maar ook de filosofie heeft deze onzichtbare bodem bereikt en werpt daar verhelderend licht op. Uit het 'Dokter, ik ben een mens' spreekt een eendere verontwaardiging als uit het eerder besproken 'Nu heb je me op mijn ziel getrapt!' Vooral Nietzsche leert wat hier zo'n pijn doet, te moeten ervaren dat de ander de *intieme worsteling* niet aanvoelt waar jouw leven uit bestaat.

Wat kan de filosofie voor de psychiatrie betekenen? Er is academisch een verengd beeld ontstaan, als zou de zin van filosofie nog slechts zijn gelegen in wetenschapsfilosofie en toegepaste ethiek. Zelf opteer ik voor de levensfilosofische herbezinning, die vasthoudt aan de grote vragen. Het belang daarvan voor de psychiatrie ligt in de ontsluiting van een dimensie *rondom* de wetenschap en

²³ M. Vasalis, *Vergezichten en gezichten*. Amsterdam: Van Oorschot, 1982, p. 16.

de therapeutische praktijk. Geschiedfilosofisch werpt zij licht op de teneur van de maakbaarheid. Fenomenologisch onderzoekt zij de complexe aard van het geheel van het leven en kan zij hernieuwd voeling geven met het geheim ervan, waar de omgangstaal het woord 'ziel' voor bewaart. Deze voeling met het geheim is het *derde standpunt*, het komen te *staan* in een dimensie, die niet alleen om de psychiatrie, maar om alle tegenstellingen heen ligt, die het voor de hulpverlener mogelijk maakt het MIDDEN OPEN te laten en het voor de patiënt mogelijk maakt dat wat hem of haar is overkomen een BETEKENISVOLLE PLEK te geven in het eigen leven.

Zo'n vijftien jaar geleden werd ik door studenten gevraagd of ik op een gezamenlijke bijeenkomst van christelijke studentenverenigingen in Leiden een lezing wilde geven over de zin van het leven. Ik heb mij toen geconcentreerd op de aard van de *vraag* naar de *zin* en uitgelegd dat wij *zin* weliswaar vereenzelvigen met *doel*, maar dat de dimensie van *zin* die van het doelmatige overstijgt. Ik gaf met andere woorden geen direct antwoord. Dat heb ik naderhand wel gedaan, in een aforisme in de bundel *Water dat zich laat oversteken*, waar 'De vraag naar de zin van het leven' het openingsessay van vormt.

De zin van het leven

Wij menen zelf aan het roer te staan. En het zij gezegd: daar is niets mis mee, er wordt immers veel van ons verlangd. Maar kijken we terug op wat we hebben gedaan, dan blijken we in het meest gunstige geval te kunnen vaststellen dat wij hebben leren bewonen wat ons overkwam. En dan beseffen we wellicht ook wat hier mogelijk speelt: dat het leven de schilder is en de ziel het tableau waar hij aan werkt.²⁴

Verder lezen

Velleman, Steve A., *De maatschappij en het ego*. Averbode: Uitgeverij Averbode, 2018

Visser, Gerard, *Niets cadeau: Een filosofisch essay over de ziel*. Nijmegen: Valkhof Pers, 2009

Visser, Gerard, *Water dat zich over laat steken: Verkenningen in het stroomgebied van beleving en gelatenheid*. Amsterdam: Sjobbolet, 2011

Visser, Gerard, *Gelatenheid in de kunst: Nijhoff, Braque, Kawabata*. Amsterdam: Boom, 2018

²⁴ G. Visser, *Water dat zich laat oversteken. Verkenningen in het stroomgebied van beleving en gelatenheid*. Amsterdam: Sjobbolet, 2011, p. 101.