

Een schizofreen (?) beoordeelt zijn psychose

door J. M. van Heerlen

Drie jaar geleden raakte ik in een ernstige psychotische crisis en alles wat er in die periode rondom mij gebeurde wijkt dermate af van wat wij normaal noemen, dat ik het zinvol acht om daarover verslag uit te brengen. Zinvol, omdat de oordelen van deskundigen die mij hulp boden bijzonder slecht onderbouwd waren waardoor een langdurige isolatie in een psychiatrisch ziekenhuis dreigde. Ik wil met dit verslag aantonen dat een verkeerde crisis-interventie mogelijkheden kan blokkeren ter realisering van een leven zoals de patiënt (of cliënt) dit wenst. En daardoor kunnen de factoren die tot een psychose leiden voortwoekeren.

Ik ben er van overtuigd dat in een zo objectief en zakelijk mogelijk geschreven verslag – hoe saai leesbaar dit ook moge zijn – op de beste wijze kan worden aangetoond welke mogelijkheden de mens in een crisis kennelijk nog heeft.

Aan de reeds jarenlang voortdurende polariserende discussies tussen de psychiatrie en anti-psychiatrie heeft de patiënt weinig of niets en evenmin aan dié stromingen binnen de psychiatrie die de klassieke psycho-analyse willen doen vervangen door bewustzijns-therapieën zoals de verschillende gedragstherapieën, want hij dreigt daarvan het lijdende slachtoffer te worden. Steeds weer wordt de jongste vorm van therapie aangeprezen als het betere van al het andere en hoe zou de patiënt of zijn huisarts moeten weten welke hulp geboden is als specialisten het hierover niet eens kunnen worden?

Naar wat ik over psychotherapieën las wordt er zelden of nooit melding gemaakt van in hoeverre de resultaten waarop de therapeuten zich beroepen afhankelijk zouden kunnen zijn van de eigen oordelen en initiatieven van de patiënt die uit het gebodene koos wat hem paste. Mogelijk komt dit zelden of nooit voor maar dan blijft het een merkwaardig feit dat het nimmer uit te sluiten is dat een genezen patiënt ook baat zou hebben gevonden met een volstrekt andere therapie of zelfs géén therapie maar alternatieve hulp. Als de

Schrijver is academicus, werkzaam in de technische sector.

zaken zo liggen dan is het evenmin uit te sluiten dat er hulp geboden wordt die schade toebrengt aan de patiënt, indien hij zich aan ongewenste hulp niet kan onttrekken. Dit alles moet op zijn minst vraagtekens doen plaatsen bij de absoluteheid van beweringen waarmede de een of andere vorm van psychotherapie wordt aan-geprezen.

Hoe betrekkelijk psychiatrische hulp kan zijn; zelfs als de diagnose schizofrenie is gesteld, zal ik aantonen. Met mijn verslag hoop ik tot bezinning bij te dragen over wat er in de psychiatrie gebeurt en ik hoop dat dit op de een of andere wijze binnen psychiatrische kringen bekend wordt. Ik beoog geen openbare publicatie want dat zou nog meer stof tot polarisatie kunnen veroorzaken. Niemand is daarmee gediend!

Het ontstaan van de psychose

Voor mijn familie, vrienden en kennissen ontstond de psychose totaal onverwacht en zij realiseerden zich dit niet eerder dan toen ik door mijn gedrag blijk gaf van een veranderd realiteitsbeleven. Vrij plotseling voelde ik mij lijfelijk bedreigd en door iedereen en alles gemanipuleerd. Alhoewel ik mij pas veel later bewust werd dat ik aan wanen ten prooi was gevallen, wist ik toch dat er iets bijzonders met mij aan de hand moest zijn en er geen rationele gronden waren voor de panische angsten waartegen ik geen weerstand kon bieden. Daarom vroeg ik aan een mij bekende psychiater om hulp. De toestand verergerde zich dermate snel dat ik via verwijzingen binnen korte tijd met drie psychiaters werd geconfronteerd, waarvan er tenminste één oordeelde dat de psychose een schizofrene was die opname in een psychiatrisch ziekenhuis noodzakelijk maakte. Dit oordeel werd gegeven ondanks een zeer gebrekkige anamnese omdat ik in die tijd zelf niet in staat was mijn emotionele problematiek te rationaliseren en aan anderen mee te delen. Mijn familie was evenmin op de hoogte van de ernst van de gehele problematiek waarin ik verwickeld was geraakt en inzoverre mijn echtgenote dit wel was, kon zij dit aan vreemden niet toegeven.

Het tijdstip waarop de psychose manifest werd kan herleid worden tot culminatie van omstandigheden welke een zware psychische belasting veroorzaakte waartegen ik niet opgewassen was. Het is deze culminatie die een break-down veroorzaakte, want de factoren zouden zonder dat ze met elkaar verstrengeld raakten mijn weerstand niet hebben gebroken.

Voor een beoordeling van het manifest worden van de psychose kan ik aan de achtergronden niet voorbij gaan, maar ik wil hierover slechts summier verslag doen omdat ik het niet oirbaar acht om heel mijn privé-leven aan de openbaarheid prijs te geven. In het verloop van dit verslag zal ik mij herhaaldelijk op dit 'verschoningsrecht' beroepen zonder daarmede aan de feitelijkheden iets af te willen doen.

De factoren die de psychose induceerden zijn de volgende:

(1) Een verkild huwelijk waarin beide partners elkaar de grootste mogelijke vrijheid gunnen om een eigen leven te leiden naast elkaar. Een huwelijk waarin gesprekken worden vermeden die verwijten kunnen uitlokken of die zouden kunnen kwetsen en een huwelijk in een zodanige welstand dat het mijn echtgenote op materieel gebied aan niets ontbrak.

(2) Een reeds 2,5 jaar bestaan van een ernstig financieel conflict met de mij betalende instantie, die het machtsmiddel gebruikte om mij van de ene maand op de andere een belangrijk deel van mijn inkomsten te onthouden totdat ik mij zou hebben geschikt naar zijn financiële voorwaarden. Ondanks juridische bijstand kon deze situatie niet worden doorbroken en ik beschikte niet over adequate middelen tot een tegenmaatregel, omdat van mij verlangd kon worden dat ik mijn werkzaamheden ondanks betalingsweigering normaal zou verrichten.

(3) Het bestaan van een relatie met een jonge vrouw, waarvan mijn echtgenote geen weet zou hebben gehad en die mij niet alleen mentale steun gaf in de strijd om het inkomen maar die steeds meer voor mij was gaan betekenen omdat wij over het menszijn, onze verantwoordelijkheden en verplichtingen vrijwel gelijk oordeelden. Bovendien leerde ik van haar wat in een relatie tussen twee mensen 'warmte' te bieden heeft.

Ik dacht deze situatie het hoofd te kunnen bieden en ik zocht naar oplossingen. Ik wenste mijn huwelijk te handhaven en naar verbetering te zoeken; ik wilde aan de druk van de betalende instanties toegeven omdat de ontstane schuldenlast onaanvaardbaar voor mij werd en wij wilden reeds lange tijd de voor ons beiden onaanvaardbare relatie buiten het huwelijk binnen de ethische normen brengen die wij beiden aanvaardden. Wij streefden daar oprecht naar en geen van beiden wensten wij een echtscheiding noch een voortdurende buitenechtelijke verhouding in welke vorm dan ook. Wij wensten in de eerste plaats waarachtigheid in ons leven.

De culminatie waarop ik doelde ontstond op die morgen dat ik er tengevolge van de groeiende schuldenlast bij mijn echtgenote op moest aandringen op ingrijpende wijze te bezuinigen. Daarmede kwamen verwijten los en voordat ik mij realiseerde wat ik zei verweet ik mijn echtgenote bij een ander meer begrip en medeleven te ontvangen dan bij haar. Onmiddellijk doorzag zij het bestaan van een rivale en zij vroeg mij of ik soms wilde scheiden, en mij nauwelijks realiserende wat ik daarop antwoordde bevestigde ik dat ik wilde scheiden. Hierover had ik met die andere relatie nooit als over een mogelijkheid gesproken en ik kon haar in deze situatie evenmin raadplegen, want zij verbleef in het buitenland. Ik maakte mijn echtgenote duidelijk dat als zij een echtscheidingsprocedure tegen mij zou aanspannen er van mijn kant geen verzet zou zijn te verwachten en ik ál haar eisen zou inwilligen omdat ik niets materiëls meer nodig had. Die zelfde dag ging zij naar een advocaat en enkele dagen later raakte ik in een psychose. Er was een wereld voor mij ineen gestort en alle waarden en normen waarin ik geloof-

de en waarnaar ik mijn leven wenste te richten, verloren iedere zin en betekenis.

De opname in een psychiatrisch ziekenhuis — waarin ik vrijwillig nimmer zou hebben toegestemd — werd mogelijk doordat ik werd 'platgespoten' en mijn zoon werd misleid omtrent de aard van het instituut waarheen hij mij moest brengen. Nadat ik door hem was ingeleverd, realiseerde hij zich waartoe hij zich had geleend en na een dag van hevige emoties ging hij naar mijn advocaat om te vertellen wat er was gebeurd. Hij nam direct contact op met de afdelingspsychiater om mijn rechten veilig te stellen. Door zijn interventie en de totaal onverwachte hulp van die andere vrouw, kon ik tegen het oordeel van de psychiater in binnen 14 dagen de kliniek verlaten. Daarna onttrok ik mij aan iedere hulp van de zijde der psychiatrie. Voor mijn familie werd de opname gerechtvaardigd met de medeling dat ik ernstig ziek was met weinig kans op genezing. Ondanks deze opname ging de echtscheidingsprocedure gewoon door en binnen drie maanden was ik gescheiden en had ik afstand gedaan van alles wat ik bezat en resteerden mij slechts mijn lijfgoed en schulden.

Het eerste jaar na de opname reageerde ik nogal eens labiel en had ik moeite met het onderscheiden van realiteit en verbeelding alhoewel alle angsten en wanen waren verdwenen. De volgende jaren herstelde ik mij volkomen en ik functioneer nu met een algehele fitheid die mij vroeger uitzonderlijk zou zijn voorgekomen. Ik ken mijzelf als het ware niet meer terug.

In de drie jaar die volgden op de psychose heb ik heel wat literatuur doorgewerkt op het gebied van de menswetenschappen; de psychologie en psychiatrie inclusief. Dit werd voor mij een eerste kennismaking met een wetenschappelijk gebied waarvan ik niets wist maar ik oordeelde deze studie noodzakelijk om mijn eigen menszijn te leren begrijpen. Ik zocht naar verklaringen voor mijn gedrag en emoties; voor verklaringen van de situaties waarin ik verstrikt raakte en voor een verklaring van de psychose. Tot mijn verwondering echter bleek veel meer dan wat ik las, datgene wat ik in mijn leven aan kennis en ervaring had opgedaan van waarde tot zelfbegrip en in feite toetste ik voortdurend eigen oordelen aan wat de doorgewerkte literatuur hierover te bieden had. Omdat met het verstrijken van de jaren het eigen oordeel aan realiteitswaarde wint, acht ik de oordelen die ik over mijzelf gevormd had een steeds waarachtiger afspiegeling van de werkelijkheid, want zouden die oordelen onjuist zijn en door het gebeuren in de realiteit worden ontzenuwd dan zou een herhaling van de psychose uiterst waarschijnlijk zijn geweest.

Schizofrenie of een exogene psychose?

Over het ontstaan en vóórkomen van de schizofrene psychose bestaan zoveel opvattingen dat alleen al op grond daarvan getwijfeld moet worden of het überhaupt mogelijk is om tot eensluidende be-

gripsvormingen te komen over het fenomeen waarover men wenst te oordelen. Zeker, het is waar dat er overeenkomsten bestaan in gedragingen en emoties die men psychotisch noemt zoals dit ook het geval is bij sexueel of agressief gedrag. Wij weten dat in het sexuele gedrag agressieve elementen voorkomen en dat heel wat agressie afvloeit via de kanalen der sexualiteit. Sexualiteit en agressie zijn verzamelbegrippen waarmee wij de aandacht bepalen op zekere uitingen van menselijk gedrag en de daarmee gepaard gaande emoties.

Voor zover ik weet heeft niemand zich ooit afgevraagd of het psychotisch gedrag tot het normale menselijke kan behoren. In heel wat psychiatrische literatuur denkt men het begrip psychose duidelijk te kunnen scheiden van alle ander menselijk gedrag en omdat men in onze cultuur de psychose negatief waardeert wordt er aan iedere definitie de waarde van een abnormaliteit of ziekte gekoppeld. Het is de vraag of dit terecht is; een belangrijke vraag omdat dit enorme consequenties heeft voor de wijze waarop men de 'psychoticus' aanvaardt en hulp biedt.

Niemand kan ontkennen dat er in een psychose enorme destructieve krachten vrijkomen die voor de betrokkene een ernstig lijden betekenen, maar het is kortzichtig onze aandacht daartoe te beperken. Wij hebben naar verbanden te zoeken met alle gedrag en alle emoties die wij tot de psychose rekenen en hebben deze bovendien te betrekken op de gehele individualiteit van de persoonlijkheid. Misschien merkt iemand op dat ik hier een open deur intrap, maar zó open staat die deur niet. Indien er psychosen voorkomen die resulteren in een ander en volwaardiger menszijn dan is het ongegrond om iedere psychose als abnormaal of een ziekte te oordelen. Men zou mij kunnen tegenwerpen dat de psychoticus in zijn lijden als het ware om hulp schreeuwt en dat een psychose bij normale mensen niet voorkomt. Echter, een volkomen beleefbare sexualiteit of agressiviteit heeft ook de ander nodig en is in dit verband even dwingend als de psychose. En of bepaald gedrag frequent of zelden bij mensen voorkomt kan niet bepalen of dit normaal of abnormaal is. Evenals voor sexualiteit en agressie geldt, zijn oordelen over de psychose beladen met waarde-oordelen. Ze zijn ethisch bepaald en dus cultuur gebonden. Maar verbinden wij a priori aan dergelijke oordelen bovendien ziek of gezond dan dreigt het gevaar van contaminatie. Want nogmaals: als blijkt dat een psychose ook een zinvol gebeuren kan zijn dan is binnen het psychotische beeld een discriminatie tussen gezond en ziek noodzakelijk indien het ziekte-begrip toepasbaar kan zijn. Wij moeten ons terdege realiseren dat een lijden niet noodzakelijk de definitie van ziekzijn bepaalt. Dit geldt zelfs niet absoluut voor de somatische ziekte. Wil men de geestesziekte definiëren – waaraan ik mij niet zal wagen – dan kunnen wij deze definitie niet ophangen aan het gegeven of iemand al dan niet lijdt. Niemand zal het lijden aan liefdesverdriet een ziekte noemen, noch het lijden in het rouwproces rond een dierbare overledene. Daarmede wil ik wijzen op het

arbitraire van welk geestelijk lijden men tot de ziekte rekent. Maar oordeelt iemand dat hij ziek is, of oordelen anderen dit voor hem dan ligt daarmee de weg naar medische hulp open. Daarmede ontstaat afhankelijkheid van medische interactie waarbij de oordelen en inzichten van de medicus meestal doorslaggevend zijn. Dat het nogal eens voorkomt dat 'geestelijk gestoorden' tégen hun wil en tégen eigen oordelen medische hulp wordt opgedrongen zou op zijn minst te denken moeten geven, want het is maar de vraag of de hulp die wordt gegeven specifieke medische hulp moet zijn.

Als de psychoticus aangewezen wordt op medische hulp dan acht ik het een plicht van de medicus dat hij zich een oordeel tracht te vormen of de psychose een zinvol gebeuren is als reactie op een onaanvaardbaar verleden met een poging tot een doorbraak naar een ander leven; danwel een destructief en maligne proces dat inderdaad als een ziekte kan worden gekwalificeerd. Deze vraagstelling is in principe analyseerbaar als wij antwoorden kunnen vinden op de volgende vragen:

- a tengevolge van welke psychisch belastende factoren raakte de patiënt in een psychose?
- b wordt de psychose door de patiënt geheel of gedeeltelijk aanvaard, en welke positieve en negatieve waarden kent hij daaraan zélf toe?
- c welke hulp wenst hij en welke hulp kan er overeenkomstig zijn wensen worden geboden?
- d zoekt de psychoticus, te oordelen naar zijn gedrag en emoties, naar levenszin of naar destructie?

Ik geef graag toe dat deze vragen met de patiënt bijzonder moeilijk bespreekbaar kunnen zijn en er allerlei vormen van afweer en uitvluchten voor hem mogelijk zijn, maar voor een werkelijk deskundige moet zijn non-verbale gedrag voldoende aanknopingspunten kunnen bieden. Uit ervaring weet ik dat een groot deel van de wensen van de psychoticus volstrekt irreëel en onmogelijk zijn, maar ik weet ook dat de achtergronden en de herkomst van deze wensen analyseerbaar zijn waarna ze mét de patiënt gemodificeerd kunnen worden in aanvaardbare wensen waarop kan worden ingespeeld.

De autoritaire psychiater zal tegenwerpen dat de door mij gestelde vragen irrelevant zijn voor de behandeling van een psychisch lijden en dan kan hij tégen de wil van de patiënt de psychose dempen met behulp van psychofarmaca. Als hij dan het succes heeft van 'normaal gedrag' bij de patiënt kan hij zich daarop beroepen maar of hij daarmee ook de meest wezenlijke problemen voor de patiënt heeft opgelost zal hij nimmer weten. En als de patiënt afhankelijk wordt van voortdurende medicatie of met regelmatige tussenpozen psychiatrische hulp nodig heeft dan vraagt deze psychiater niet naar zijn beoordelingsfouten want volgens hem blijkt dat de ziekte aan de patiënt inhaerent is.

Met deze kritiek wil ik de psychofarmaca niet veroordelen, maar er op wijzen dat men bij misbruik de kans loopt een zinvolle menselijke ontplooiing te blokkeren als de psychose de betekenis moet

worden toegekend van een reactieve doorbraak. Die kans loopt men als men als medicus alleen maar oog heeft voor het lijden.

Rond alle problematiek over de psychose in vakkringen worden de stemmen van degenen die een psychose bewust hebben doorleefd en daarover oordelen nauwelijks gehoord. Het lijkt er maar ál te veel op dat de psychiatrie zich daartegen afschermt. Probeer je — zoals ik — na een doorgemaakte psychose tot een open discussie te komen met je hulpverleners dan stuit je op een muur. Pogingen tot een dergelijke discussie werden afgeweerd met argumenten als: 'je had geen ziekte-inzicht' of omdat je therapie afwees: 'Je was veel-eisend, regressief in je gedrag en emoties, en onhandelbaar'. En in alle verdere reacties die ik kreeg lag de ondertoon van: 'Leek, waar bemoei je je mee!'

Nu wordt die bemoeizucht niet gemotiveerd uit een behoefte aan zelfbevestiging, want daarvoor heb ik de psychiatrie niet nodig maar uit een overtuiging dat de inzichten tijdens een psychose verworven en de analyse daarvan van waarde kunnen zijn voor mensen die door een psychose worden getroffen. Nadrukkelijk stel ik hier: 'kunnen zijn', want ik pretendeer beslist niet dat ik door mijn ervaring en kennis álle aspecten van een psychose kan doorschouwen, maar ik weet in ieder geval wél hoe ik met succes door een psychose kwam en welke waarde ik daaraan moet ontleen. Ik beschouw mijzelf niet zo uitzonderlijk dat de verworven kennis en ervaring uitsluitend betekenis heeft voor mijzelf.

Psychiaters en psychologen die zelf geen ervaring hebben met een doorleefde psychose en die zich blijven afschermen voor oordelen van patiënten en zich veilig weten binnen eigen veste, zullen er voor moeten waken zich niet te gedragen als de in moraaltheologie gevangen celibatairen van de R.K. kerk die een Humane Vitae deden verschijnen zonder te luisteren naar hen die uit ervaring de sexualiteit kennen. Dat was niet alleen kortzichtig, maar berokkende onberekenbare schade door de autoriteit waarmede deze encycliek geschreven werd. Onberekenbare schade kan ook de autoritaire psychiater zijn patiënten berokkenen als hij pretendeert te weten wat een psychose is en hoe die behandeld dient te worden en daarbij oordelen van patiënten en ex-patiënten volstrekt buiten sluit.

Na het voorgaande lijkt het mij onnodig te verduidelijken dat de psychose die ik doormaakte exogeen werd geïnduceerd en een reactieve psychose genoemd kan worden. Mijn ervaringen en beweringen of oordelen kunnen niet verder gaan dan tot dit type. Hoe het in Gods Naam mogelijk was dat aan mij het predicaat schizofrenie werd verleend waarvoor ik behandeld diende te worden blijft voor mij een onopgelost raadsel. Is er hier sprake van onzorgvuldigheid bij de diagnostiek, of onkunde? Het zal je maar overkomen! De belevingswereld van de psychoticus en de wijze waarop hij daarvan verbaal en non-verbaal uiting geeft blijft wezenlijk onbereikbaar voor degenen die de psychose niet kennen door ervaring. Mijn opvattingen daarover wil ik aan de hand van een metafoor trachten te verduidelijken. Als wij zelf geen beeldend kunstenaar

zijn, dan kunnen wij neutraal met bewondering of afkeer kijken naar de werken van zó verschillende kunstenaars als een Rubens of een van Gogh. Zij gaven ieder op de hun eigen wijze vorm aan een stuk van hun belevingswereld. Daarvan kunnen wij de techniek en het expressieve vermogen analyseren, maar zelfs als hun werk ons ontroert dan nog zullen wij nooit precies weten op welke wijze beide meesters hún wereld beleefden toen zij hun werken schiepen. Hierover kunnen wij meer informatie krijgen als wij weten hoe zij zich gedroegen tijdens hun scheppende perioden en daarbij zullen wij hun cultuur, achtergronden en levensomstandigheden betrekken. Wij krijgen een nog vollediger beeld als de kunstenaar het vermogen heeft om zijn beleven te verwoorden, zoals Van Gogh dit deed aan zijn broer Theo. Maar desondanks blijft er een onoverbrugbare afstand bestaan omdat de Meester te ver van ons afstaat om ons met hem te kunnen identificeren. Dit geldt evenzo voor iemand die zich in een psychose uit. Hulpverleners die de psychose niet zelf hebben ervaren kunnen niet méér zijn dan de critici die het 'werk' van de psychoticus naar eigen opvattingen beoordelen. Zij zijn in ieder geval niet de kunstenaars die het werk van een collega kunnen invoelen.

Ik gaf dit metafoor omdat de reactieve psychose naast al het destructieve ook creatieve elementen heeft, maar ik geef graag toe dat dit onderkennen moeilijk zal zijn.

Een van de kenmerken van de psychose is het verlies van grip op de realiteit, dat vaak gepaard gaat met vervaging van ruimte en tijd beleven. Maar dit is niets meer dan een verbijzondering van wat iedere mens in zijn leven meemaakt. Iedereen die gevoelig is voor muziek en daardoor 'geraakt' kan worden, kent ook de ervaring dat hij ruimte en tijd vergeet en als het ware weggevoerd kan worden naar verten waarin hij zichzelf opgeeft en waarbij hij in een toestand kan komen te verkeren waarin hij nog slechts sensitief is voor de muziek. Al het andere verliest dan zin en betekenis. Is de sensatie eenmaal voorbij dan keert men terug naar de werkelijkheid na een kort moment van verdwazing. En iedereen die ooit een hevige verliefdheid heeft doorgemaakt weet dat hij de werkelijkheid op een geheel andere wijze beleefde dan wat de realiteit aan objectiviteit kan bieden. Is de verliefdheid over, dan verdringen wij deze sensaties alsof ze waardeloos zijn en niets substantieels te bieden hebben.

Ik meen inderdaad dat de psychose een verbijzondering is van algemeen voorkomende menselijke sensaties. Een verbijzondering omdat er tijdens de psychose een welhaast absolute reductie kan ontstaan tussen het 'ik'- en 'realiteitsbeleven' waarbij de destructieve krachten de overhand kunnen krijgen en er geen uitzicht bestaat op een herstel tot een normale belevingswereld. Maar heeft iemand die verliefd is dit niet? Hij meent maar al te vaak dat deze gelukzalige toestand eindeloos zal duren.

Als ik de psychose vergelijk met het ondergaan van muziek dan gaat de vergelijking hierin mank dat je van een genieten van een

psychose moeilijk kunt spreken. De psychose is veeleer de tegenhanger van genieten, want naar mijn ervaringen ga je daarbij door een hel. En willen wij het psychotische gedrag vergelijken met de creativiteit van een beeldend kunstenaar, dan dienen wij te vergelijken met een Picasso waarin de destructie tot uitdrukking komt. Maar dan wél een destructie met onderlinge verbanden die een uitweg zoeken naar een synthese. En voor de psychoticus kan zijn zoeken naar een synthese in aanvaardbaarheid van gelijke waarde zijn als voor de kunstcriticus die een Picasso beoordeelt.

Door de psychiatrie wordt de reductie tussen het 'ik'- en 'realiteits-beleven' uitgelegd als een regressie tot een vroeg kinderlijk stadium. Ik kan mij met deze uitleg wel verenigen want in de psychose komt men voor de hernieuwde opgave te staan zijn eigen identiteit te ontdekken. Deze opgave is dáárom zo zwaar omdat men een stuk historische ballast met zich mee draagt door het leven dat men reeds geleefd heeft. Maar m.i. is deze reductie een voorwaarde voor een doorbraak want zolang men houvast heeft aan het bekende en gekluisterd is aan bestaande waarden en normen is een doorbraak onwaarschijnlijk. Tijdens mijn psychose was ik er mijzelf terdege van bewust dat ik mij infantiel gedroeg en kinderlijke emoties had, maar ik was onmachtig om daartegen weerstanden op te werpen.

Ik acht mij ook verantwoordelijk voor de psychose die ik doormaakte, en wel omdat ik ging beseffen dat er een existentiële schuld bestaat voor een leven dat oneigenlijk was en dit ondanks dat ik een dergelijk leven niet wilde. Ik had mij behoren te laten leiden door datgene wat ik tijdens de psychose als mijn 'zelf' leerde onderkennen. Zeker, dat schuldoordeel is een oordeel achteraf en kon eerst ontstaan nadat ik kon onderkennen dat verlangens van mijn 'ik' voorheen rechtvaardiging vonden 'omwille van . . .' En dat blijkt een vorm van egoïsme te zijn. Ondanks een succesvolle carrière waarin het mij aan niets materieels ontbrak wraakte deze levenshouding zich door de omstandigheden waarin ik kwam te verkeren. Ik was niet langer in staat om de emoties die het gevolg waren van onwaarachtigheid te verdringen waardoor de afkeer tegen mijn eigen levenshouding toenam.

Het komt mij nu onwaarschijnlijk voor dat zij die hun leven leiden vanuit het zelf, daarbij de triviale wensen van het ik onderkennen-de, ooit een psychose kunnen doormaken. Want hoe zouden zij kunnen twijfelen aan de mens die ze moeten zijn?

De vulcanische eruptie van verdrongen emoties nadat mijn zelf waarachtigheid eiste, is dé factor geweest die leidde tot verlies aan grip op de realiteit. En het waren mijn schuldgevoelens die ik in de eerste plaats had te overwinnen. Ik besepte volkomen dat ik in de strijd die ik hier moest voeren er voor had te waken om schuld bij anderen te projecteren, want niet die anderen zijn schuldig aan het lijden, maar dat was ik zelf. Ik onderkende dat als ik met deze schuldgevoelens niet zou kunnen klaar komen ik geplaatst zou worden voor een fysieke of psychische suïcide. Ik heb zeer sterke suïcidale neigingen gekend.

Mede tengevolge van de reductie in 'ik'- en 'realiteitsbeleven' verliest men in de psychose de algemeen menselijke zekerheden, zoals de zekerheid wie men is en de zekerheid omtrent ieder gebeuren waaraan men deel heeft. Tijdens mijn psychose werd álles mogelijk, dus ook het onmogelijke en onwaarschijnlijke. Dat stemt buitengewoon angstig en is zeer bedreigend, maar het biedt tevens een ongekende opening voor het zoeken naar waarheid die niet beperkt wordt door realiteit. Van het menselijkerwijze onmogelijk of onwaarschijnlijk geachte zou ik vele voorbeelden kunnen geven; ze zijn verifieerbaar doordat degenen die mij in die periode het naast stonden er direct of indirect bij betrokken waren, maar ik vraag hier weer om van mededelingen hierover verschoond te blijven omdat deze gebeurtenissen een zeer diepe persoonlijke waarde hadden. Om de betekenis hiervan te kunnen waarderen moeten wij ons realiseren dat iedere mens ieder aspect van de realiteit en het gebeuren daarin, primair als een op zijn menszijn betrokken feitelijkheid ervaart en als waarheid beleeft. Onze normale kritische vermogens stellen ons in staat om het zekerheidsgehalte van deze primaire waarheden te toetsen en wij aanvaardden of verwerpen ze al naar gelang de uitkomst van de toetsing.

Wij toetsen naar ervaring van onszelf en anderen; naar gekende wetmatigheden; maar evenzeer naar waarden en normen die een cultuur eigen zijn zodat wij als waarheid aanvaardden wat met anderen gedeeld kan worden. Hoe betrekkelijk dit kan zijn wil ik met een voorbeeld verduidelijken. In de Oosterse cultuur is de reïncarnatie een onomstotelijke waarheid die niet vatbaar is voor een kritische toetsing op realiteitswaarde naar ónze normen. Maar het is een waarheid omdat het gehele levensbeschouwelijke aspect van een cultuur daarop is gebouwd. Zou deze waarheid in die cultuur zijn zekerheidsgehalte verliezen dan zou die cultuur in zijn fundamenten wankelen. Zo was in onze cultuur het leven na de dood met straf of beloning eens een onaantastbare waarheid. Nu het zekerheidsgehalte van deze waarheid vergaand is aangetast wankelt er wel het een en ander.

De psychoticus zit met een vergelijkbaar probleem. De waarden en normen die hem zekerheden moesten verschaffen hebben hem als het ware bedrogen, en wel in zulk een mate dat daarmee zijn existentieel zelfbeleven werd aangetast. Omwille nu van zelfhandhaving kan hij met alles breken wat hem zekerheden verschafte waardoor hij terugvalt op de nieuwe ervaringen van primaire waarheden waarbij hij onafhankelijk en voor zichzelf moet uitmaken welke zekerheidswaarde deze hem te bieden kunnen hebben. Deze afbraak heeft hij zelf niet in de hand, maar overvalt hem, maar hij kan er zijn existentiële vrijheid mee verwerven; een uiterst hachelijke en levensgevaarlijke onderneming met de kans op een ander en nieuw zelfbedrog waarvan wij iets kunnen herkennen in het realiteitsbeleven van diegenen die in hun psychose zijn blijven steken. Want de psychoticus verkeert in een toestand waarin hij sterk geneigd is om zijn ervaringen te verabsoluteren tot onaantastbare

waarheden en zekerheden. Hij is niet meer in staat om voor werkelijk te houden wat anderen als werkelijkheid oordelen; bovendien wenst hij dit niet want in de oude werkelijkheid voelde hij zich bedrogen.

De afmattende overrompeling van een vreemd en ongekend realiteitservaren ging bij mij gepaard met vreeslijke paranoïde angsten, wanen en hallucinaties en, omdat ik mij bovendien door de realiteit gemanipuleerd voelde, óók met beïnvloedingsfenomenen. Daarbij oordeelde ik mijzelf niet ziek, maar ik was bang om gek te worden. Ik ben er van overtuigd dat veel van wat de psychoticus beleeft ontspruit aan de creativiteit van zijn geest, maar daarmee scheidt hij zichzelf een hel en slechts zelden een hemel. Op die scheppingen heeft hij nog nauwelijks enige invloed. Ja, de psychoticus kan creatief zijn als een kunstenaar, maar dan op een heerszuchtige en agressieve wijze. De overtuiging en de wijze waarop hij zijn gelijk uitdraagt is voor niemand aanvaardbaar en wekt afweer inplaats van bereidheid om te proberen hem te begrijpen. Mijn voor anderen onbegrijpelijke taal en ál mijn non-verbale communicatieve gedragingen hadden voor mij een zeer wezenlijke betekenis en het was voor mij onbegrijpelijk en onaanvaardbaar dat mijn hulpverleners mij niet schenen of wensten te verstaan en begrijpen. Dit moet iets hebben van de teleurstelling waarmee een kunstenaar zich niet begrepen voelt.

In de rustige fasen van de psychose kon ik met enkele patiënten op de afdeling spreken. De klacht dat zij door de psychiater en de verpleging niet begrepen werden was algemeen. Ik had de merkwaardige ervaring hen wél te begrijpen in hun symbolisch taalgebruik en hun gedrag dat op mij was gericht. Ik kan er natuurlijk niet zeker van zijn dat ik hen ook juist 'verstond'; maar hun gebarentaal, hun meta-taal en de vreemde beelden die zij bij mij opriepen, hun agressies en hun verholde kreten om hulp, hun angsten en homoerotische neigingen tot mij, en zelfs de ogentaal van die voortdurend zwijgende patiënt die daarmee sympathie en medeleven wist uit te drukken hadden grote waarde voor mij. Ik ging dit overwaarderen en waande dat mijn patiënten daar speciaal waren voor mij, om mij te helpen en mij te laten zien wat er met mij aan de hand was. Ik vind dit achteraf beoordeeld begrijpelijk want in die tot het uiterste gespannen sensitiviteit ervoer ik welke gedragingen van mij reacties bij anderen uitlokten en ik zag gedragsstructuren tussen de patiënten onderling. En als dan de psychose weer in heftigheid toenam voelde ik mij door hen gemanipuleerd en dan verzette ik mij daartegen met alle kracht waarna ik mij urenlang van hen isoleerde in mijn kamertje. Doordat ik zo intens op anderen reageerde, zoals ook anderen op mij reageerden leerde ik in zeer korte tijd de mens kennen in zijn psychisch lijden. Ook nu nog ben ik er van overtuigd dat in mijn psychotische oordelen een kern van waarheid zit maar dat de waardering daarvan in die fasen zwaar overtrokken was, wat mede veroorzaakt wordt doordat de grenzen tussen het bewuste en onderbewuste vervaagd waren, waardoor ik

alles wat er gebeurde als een gewild bewust gebeuren oordeelde. Daarin ligt de verklaring voor mijn angsten en voor beïnvloedingservaren die de voedingsbodem vormden voor mijn wanen.

En toch . . . was deze confrontatie met mede-patiënten zinvol, want juist dit beeld motiveerde mij tot een: 'Dit nooit!', dat later werd gemodificeerd tot een 'desnoods' maar toen was een diep religieus besef doorgebroken.

Ik heb in het psychiatrisch ziekenhuis geleerd dat geen mens zich kan afschermen voor de emotionele erupties die het gevolg zijn van een diep geestelijk lijden; óók de hulpverleners niet. Voortdurend is merkbaar hoe men daarvan afstand neemt en de ander als het ware een muur optrekt waarachter hij zich verschuilt. Dat gebeurt evenzo in perioden van emotionele verrukking omdat dit onwezenlijk en oninvoelbaar is voor 'normalen'. Van dit onbegrip zal ik één voorbeeld geven. De psychose werd manifest op de dag dat ik vacantie had genomen en wat er ook zou gebeuren, ik wilde de eerste dag na mijn vacantie mijn werk hervatten (wat ik dan ook deed). Enige dagen na de opname zei ik tegen de afdelingspsychiater: 'Dit is de meest fantastische maar ook meest zware vacantie die ik ooit heb meegemaakt'. Hij toonde zich uitermate verwonderd waardoor hij mij de lust ontnam tot verklaren. En ook hier overtrok ik mijn oordeel, want ik eiste dat een psychiater álles zou begrijpen! Maar ondanks de kritische ondertoon in heel mijn betoog op 'de' psychiatrie, moet ik stellen het volstrekt juist te achten dat er wordt ingegrepen als de mens aan zijn emoties of door zijn emotioneel bepaald gedrag tengronde dreigt te gaan. De hulpverleners zouden tekort schieten aan eigen menselijkheid als ze hulp aan de patiënt zouden onthouden. De wijze waarop die hulp wordt geboden; hetzij d.m.v. psychotherapieën; hetzij met behulp van psychofarmaca; wordt tegen deze achtergrond irrelevant als ze naar beste weten en kunnen wordt gegeven, mits . . . de hulpverlener bereid is om de psychoticus zijn eigen rechten te laten die echter nooit verder kunnen gaan dan tot aan de grens van zelfdestructie of ernstige bedreiging van de medemens. Iedere hulp is beter dan geen hulp, maar dat neemt niet weg dat er nog heel wat wetenschappelijk werk zal moeten worden verzet voordat wij weten welke de adequate hulp is in ieder voorkomend geval van een psychose.

De psychoticus voor wie een eens bekende wereld in duigen is gevallen en die overspoeld wordt door angsten en wanen resten geen absolute zekerheden meer, behalve die ene: 'Ik besta'. Daaraan kon ik toevoegen 'Ik draag schuld omdat ik in een situatie besta waarvoor ik verantwoordelijk ben'. En zoals gezegd ik moest het met die schuldgevoelens leren te klaren. Of deze gevoelens gegrond of ongegrond zijn speelt daarbij geen enkele rol. De psychoticus verkeert immers in een fase waarin hij opnieuw moet leren relativeren; zijn eigen ik en al datgene wat door anderen niet als waarheid of zekerheid gedeeld kan worden. Daartoe zal hij in de aller-eerste plaats moeten leren om zijn emoties te beheersen maar tevens moeten de barrières tussen het bewuste en onderbewuste zich

herstellen. Zo niet, dan blijft hij in waanwerelden steken en wordt hij afhankelijk van schijnzekerheden en waarheden.

Ik heb het als zéér wreed ervaren toen een van de psychiaters die zich met mij bemoeiden mij tegen mijn uitdrukkelijke wens in medicijnen toediende. Na sterk aandringen door deze psychiater in het begin van de psychose gaf ik hem toestemming om mij een injectie te geven mits ik daardoor niet beroofd zou worden van mijn verstandelijke vermogens, waarover ik nu méér dan ooit meende te moeten kunnen beschikken. Ik heb een zware en hopeloze strijd gestreden tegen een mij overmannende slaap toen ik moest ervaren te zijn platgespoten. Toen werd het vaste voornemen geboren om wat er ook verder met mij zou gebeuren, ik mij tot elke prijs zou verzetten tegen iedere vorm van medicatie. Mijn vertrouwen in medische hulp werd hierdoor ernstig geschokt. Ofschoon men in het psychiatrisch ziekenhuis dit verzet trachtte te doorbreken, werd dit uiteindelijk gerespecteerd toen ik mij beriep op het recht om óók te mogen lijden. Mijn vaste besluit om af te zien van iedere vorm van therapie is ongetwijfeld een belangrijke factor geweest waardoor ik de psychose bewust kon doorleven. Achteraf kan ik daar de waarde aan toekennen nooit te behoeven twijfelen aan het gegeven dat de mens die ik nú ben niet een mens is die in een zeer sensitieve periode tot die mens werd gemanipuleerd. Het is niet ondenkbaar dat ik mij door therapie zou hebben laten beïnvloeden tot een functioneren volgens het oude stramien en dan zou er niets zijn opgelost.

Ik kan het deze psychiater niet kwalijk nemen dat hij om mijn bestwil en naar zijn overtuiging meende mij te moeten drogeren (zoals Trimbos dit noemt) want in heel mijn gedrag schreeuwde ik om hulp. Uit ervaring weet ik dat hulp bieden aan een hulpbehoevende altijd het betere is van niets doen. Hoe contradictoir dit ook lijkt; goed bedoelde verkeerde hulp kan het betere zijn van geen enkele hulp als men niet weet wélke hulp geboden moet worden. Het toekomstige gebeuren wijst altijd uit of de hulp waarde had. Van de allergrootste betekenis is hierbij of degene die hulp behoefde later genuanceerd kan oordelen of de geboden hulp goed bedoeld en waarachtig was. Dan krijgt de verkeerde hulp in ieder geval de waarde dat hiermede een vacuum werd doorbroken.

Als ik achteraf en in het historisch perspectief kan oordelen dat de doorgemaakte psychose ondanks alle verschrikkingen een zinvol gebeuren was – een belangrijke 'vacantie' op mijn levenspad – dan baseer ik dit oordeel op het feit dat ik daarin mijzelf ontdekte en tevens dat de realiteit een betrekkelijkheidsdimensie heeft. Hiermede pretendeer ik geen oordeel over de zinnigheid, onzinnigheid of pathologie van iedere andere psychose dan die ik zelf doormaakte. Mijn betoog wil echter wél tot voorzichtigheid manen bij het verstrekken van ingrijpende hulp tégen de uitdrukkelijke wil van de patiënt in. Doorbreekt men zijn wil dan opent men een weg tot aanvaarding! Ik meen ook te moeten waarschuwen tegen iedere attitude van hulpverleners om de psychoticus zijn toestand te doen

aanvaarden of hem te willen terugdringen naar continuering van het verleden waarin hij bevredigend *scheen* te functioneren. De psychoticus hééft immers geprobeerd om in het verleden te leven volgens een waarde- en normenpatroon dat het zijne niet was. Kennelijk kán de psychose een doorbraak zijn om de mens rationeel en emotioneel aan zijn trekken te doen komen en of anderen dit al dan niet kunnen aanvaarden, mag daarbij geen rol spelen. Het is een fundamenteel mensenrecht dat iedereen mag leven naar zijn diepste overtuigingen. Hier kunnen maatregelen en verweer alleen dán gerechtvaardigd worden als grotere belangen geschaad worden dan de strikt individuele.

Het komt mij waarschijnlijk voor dat iedereen die een psychose doormaakte van het type dat mij overviel daarvan in zijn verdere leven gevrijwaard kan blijven mits hij in staat is om zijn leven in overeenstemming te brengen met wat hij tijdens en na de psychose leerde. Een psychose is een zó ingrijpend gebeuren dat men daar nimmer meer omheen kan en men 'afhankelijk' wordt van de ervaringen en inzichten in die periode opgedaan. Het gevaar kan bestaan dat men zijn psychose gaat koesteren. Ik moet toegeven dat ik hierover ook schrijf omdat ik het psychotisch beleven positief waardeer en daardoor de waarschuwing kan laten horen: 'Mensen, wat zijn wij met ons leven aan het doen!'

Zonder dat ik op details van mijn inzichten en ervaringen wens in te gaan, kan ik stellen dat ik dank zij de psychose een groots overzicht verwierf over al het gebeuren in het verleden dat voor mij wezenlijke betekenis had, en ik structuren onderken die het heden verbinden met mijn vroeger denken en beleven. Voor mij moest dit resulteren in een psychose; onontkoombaar! Ik kan nu ook stellen dat ik mijzelf géén existentiële schuld zou hebben kunnen toekennen en mijn eigen existentie niet zou hebben kunnen relativeren, als ik niet zou hebben willen of kunnen aanvaarden wat mij overkwam. Dan zou ik inderdaad ongeneeslijk ziek zijn gebleven. Maar ik heb de 'stemmen' van mijn authenticiteit gehoord en begrepen!

Doorbraak

Het heeft mij verwonderd dat ik ergens las dat minder dan 1 % in hun leven ooit zo iets doormaakt als een psychose, tenzij men de verliefdheid daartoe rekent. Het percentage hangt natuurlijk samen met de begrenzing van de definitie en aan een definitie zal ik mij niet wagen. Er is enorm veel onderzoek gedaan over dat boeiende en tegelijk verschrikkelijke fenomeen dat men een schizofrene psychose noemt, maar bij al wat ik daarover las kan ik mij niet aan de indruk onttrekken dat dit fenomeen buiten elke proportie wordt getrokken van het normale menselijke gedrag en dat hangt weer samen met wat men als normaal en abnormaal beschouwt. Persoonlijk — en dat is in het voorgaande wel gebleken — oordeel ik een psychose zoals ik doormaakte weliswaar zeldzaam maar niet abnormaal. Sterker nog; ik ben van mening dat mijn levenshouding

en de omstandigheden waarin ik verkeerde móést leiden tot een psychose en ik acht dit een zeer zinvol gebeuren. Als wij de psychose a priori als abnormaal oordelen dan is het begrijpelijk dat de beantwoording van alle vragen die de psychose oproept binnen de medische professie wordt getrokken, en temeer omdat een psychose doet lijden.

Voordat ik verslag zal uitbrengen over de doorbraak in de psychose, wil ik even blijven stilstaan bij de vraag: 'Wie loopt kans op een psychose en waarom?' Als wij er niet bij voorbaat van uitgaan dat een psychose een ziekte-proces is op somatische basis dan zijn daarvoor voor de hand liggende antwoorden te geven. Nergens in de literatuur heb ik afdoende bewijzen kunnen vinden voor de stelling dat een psychose wordt veroorzaakt door een stofwisselingsstoornis. Weliswaar zijn er duidelijke aanwijzingen van een verhoogd gehalte van bepaalde lichaamseigen stoffen bij de psychose, maar wat bewijst dit als wij weten dat bij agressie en sexualiteit eveneens bepaalde lichaamseigen stoffen een hogere waarde hebben dan in rust? Wie kan hier oorzaak en gevolg scheiden en op grond van lichaamsconcentraties van lichaamseigen stoffen oordelen over normaal of pathologie? Die mogelijkheid is er niet voordat wij het eens kunnen zijn over de normaalwaarden. Indien wij een psychose niet a priori als een ziekte beschouwen dan is een voor de hand liggend antwoord dat een psychose alleen ontstaat bij degenen die daarvoor de aanleg hebben en in situaties die de aanleg doen actualiseren. Dat lijkt een evidentie want wij besteden ook geen wetenschappelijke aandacht aan de vraag wie een componist wordt en welke de oorzaken zijn voor het ontstaan van een symphonie. Maar veronderstel nu eens dat wij componeren als een ziekte beschouwen en menen de mens en zijn maatschappij van muziek te moeten vrijwaren; ja, dan zouden wij ons op dezelfde wijze inzetten als voor de bestrijding en therapie van de psychose.

Dat niet iedereen die aanleg heeft voor psychotisch gedrag en psychotische emoties ook psychotisch wordt is alleen dan verwonderlijk als wij in de aanleg de kiem willen zien voor een zich later openbarende psychose. Zien wij aanleg niet méér dan het woord inhoudt dan is het vanzelfsprekend dat niet iedere aanleg een herkenbare gestalte krijgt. Ik behoef dit niet nader te verduidelijken want wij weten bijvoorbeeld uit het familie-onderzoek van het geslacht Bach dat er in dit geslacht de aanleg voor muziek voorkomt en niet iedere Bach tot een componist werd. Men moet de omstandigheden mee hebben om een aanleg te actualiseren.

Op grond van tweelingonderzoek weten wij dat aan de schizofrenie een erfelijke aanleg ten grondslag ligt, maar daarom behoeven nog niet beiden van een een-eiige tweeling psychotisch te worden. Ik vraag mij nogmaals af waarom daarover zo buitensporig veel wetenschappelijk onderzoek werd gedaan, want de uitkomst is evident tenzij . . . men gefixeerd is aan het idee dat schizofrenie een stofwisselingsziekte is die door een defect in het genen-potentieel tot uiting moet komen. Een dergelijk onderzoek krijgt pas zin als ob-

jectief is vastgesteld dat een psychose een ziekte is berustende op een aantoonbaar defect.

Naast aanleg zijn het de levenssituaties waarin iemand komt te verkeren die de psychose manifest maken. Men kan die situaties grofweg onderscheiden in endogene en exogene. Endogeen zijn dan al die situaties die duidelijk kunnen worden teruggevoerd op de lichamelijke en geestelijke gesteldheid van de mens. Het is bekend dat een psychose kan uitdoven als een bestaande intercurrente ziekte wordt behandeld. Hier zijn de anaemieën en hyperthyreoïdieën berucht. En herinneren wij ons daarbij eens dat Chopin zijn mooiste composities schreef toen hij ernstig leed aan zijn tuberculose. Ook de psychose kan een creatief gebeuren zijn!

Exogeen zijn alle levenssituaties die de mens afremmen in de ontplooiing van het 'zelf'. Het zijn vooral die situaties waarin de mens zich aanpast 'omwille van . . .' en waarbij hij zichzelf geweld aandoet als hij onwaarachtigheid speurt die hij niet wenst.

Daardoor kan hij een zoekende blijven naar iets wat hij niet kent en waarvan hij niet weet of het bestaat uit *behoefte* naar waarachtigheid. Het is zoekgedrag dat zijn grond vindt in aanleg en opvoeding; maar wat hij allerm minst zoekt en verwacht is de psychose. Maar ik wéét dat de psychose de mogelijkheid biedt om te vinden wat men zoekt; namelijk weten wat geluk en liefde is, én het ervaren!

Zo betrekkelijk eenvoudig ligt voor mij het gehele probleem van de psychose die ik doormaakte. Ik weet welhaast zeker dat er maar weinig deskundigen bereid zullen zijn om het mysterie van het psychotisch lijden op een dergelijk eenvoudig stramien te brengen. Maar wie is er hier deskundig? De psychiatrische scholen die ons gedrag zien als een produkt van onze hersenfuncties? De positivistische wetenschappers die de werkelijkheid beperken tot het begrepen wetmatige gebeuren in oorzaak en gevolg? Of degenen die alles wat de werkelijkheid de mens te bieden heeft zien als een manifestatie van een cosmische evolutie waarvan de zin ons veelal ontgaat omdat wij beperkt zijn in ons begrijpen? Wie zich hier deskundig kan noemen weet ik niet en nogmaals, als ik oordeel over de psychose dan betreft dit alleen conclusies die ik kan en mag afleiden uit mijn eigen ervaringen. Dat deze niet altijd stroken met de opvattingen in medische kring kan aan mijn beperktheid liggen maar ook aan die van hen.

De psychose wordt wel geduid als een vlucht uit de werkelijkheid, maar dit geeft een volstrekt vertekend beeld. Men vlucht niet omdat het elders in onbekende verten veiliger of meer aanvaardbaar zou zijn. Men geraakt in een psychose door toenemende onvrede met eigen bestaan na alles geprobeerd te hebben om zijn leven te doen aanpassen, daarbij steeds zoekende naar mogelijkheden die tot tevredenheid te kunnen leiden. De psychoticus was de man die een levenslijn volgde die niet de zijne is en die dit ergens diep in zichzelf speurt, maar die omwille van wat dan ook de verkeerde levenslijn blèèf volgen tot aan zijn break-down. Hij is ook de mario-

net aan elastiekjes die zijn levensdans niet danste volgens program, maar die veronderstelde zijn geheel eigen dans te kunnen dansen in onafhankelijkheid en die slechts bereid was tot aanpassing als hij uit de maat danste. Totdat de elastiekjes knappen . . . !

De psychose is ook geen uitweg voor een leven dat men niet wenste, want men wenste dit leven wél; tegen zichzelf in. En als dan dit 'zelf' tot gehoorgeven gaat dwingen dan kan de psychose uitbreken. Er bestaat dan het gevaar dat het psychotisch beleven een bevredigende uitweg gaat bieden en men alles wat er in die toestand geboden wordt — inclusief de medische hulp — hoger gaat waarderen dan het leven van toen. Dat gevaar dient onderkend te worden want men kan de verpleging bewust gaan manipuleren, als gedrag dat in verband met de psychose wordt gebracht door hen wordt aanvaard, waardoor er rekening met je wordt gehouden en je dan betrekkelijk weinig beperkingen in de weg worden gelegd. Dat is dan geen simuleren maar gebruikmaken van de mogelijkheden die de psychoticus geboden wordt, en die hij ook zal gebruiken. Als er iets noodzakelijk is voor de gehospitaliseerde psychoticus dan is het wel dat er duidelijke grenzen worden gesteld waarbinnen hij zich mag gedragen zoals hij denkt en voelt. Dat daartegen weerstanden ontstaan is begrijpelijk. Dat grenzen en beperkingen door hem ook kunnen worden doorbroken heeft zijn waarde omdat daardoor een nieuw selfsteem en onafhankelijkheidservaren ontstaat waardoor hij de gegeven realiteit opnieuw kan leren kennen. Juist door de patiënt óók de mogelijkheid te geven om grenzen te doorbreken leert hij wat hij wél kan en wat niet. Immers, daarbij leert hij zijn eigen beperkingen en doorbreekt hij het ervaren gemanipuleerd te worden door de realiteit. Menselijke vrijheid kan niet worden beleefd zonder onderkenning van grenzen en zonder dat men voor keuzen wordt geplaatst. Zonder deze erkenning zou de mens tot een stuurloos wrak worden dat nog slechts emotioneel reageert op impulsen die nog maar alleen gewaardeerd worden om hun emotionele waarden.

Ik pretendeer niet het antwoord te weten op de vraag hoe iedere psychose moet worden doorbroken en wat hierbij van de patiënt verlangd moet worden of van de hulpverlening. Deze vraag kan ik — en dan nog slechts achteraf — alleen voor mijzelf beantwoorden; voor mijn geval. Het is zeer de vraag of een algemeen antwoord überhaupt mogelijk is, want weliswaar vertoont álle menselijk gedrag — het psychotische inluis — algemene kenmerken waarop wij kunnen inspelen, maar dat betekent nog niet dat wij in staat zijn om het individuele menszijn te doorgronden en het gedrag dat daarop moet worden teruggevoerd. Hier dringt de vergelijking met kunst zich weer op. Wie weet — behalve de kunstenaar zelf — wat hem bewoog tot die non-verbale creativiteit die wij kunst noemen? Waarom schreef Bach bijv. zijn Mattheüs Passion en schilderde van Gogh zijn zonnebloemen? Daarop is geen ander antwoord mogelijk dat dat zij ieder op de hun individuele wijze gestalte gaven aan een werkelijkheidsbeleven naar de emotionele waarden die zij

daaraan konden ontlenen. Het is dat uiterst persoonlijke gedrag van de kunstenaar en van de psychoticus dat uit diepten voortvloeit die ontoegankelijk zijn voor anderen. Maar wij kunnen er deel aan hebben, mits wij open kunnen staan voor een invoelend begrijpen en door aanleg in staat zijn tot resonantie.

Ik wist dat ik mijn psychotische toestand snel zou moeten doorbreken, omdat het psychotisch werkelijkheidsbeleven voor mij en voor de mensen waarvan ik hield onaanvaardbaar was. Ik wist niet of een doorbraak ook zou lukken en of mijn verzet tegen iedere vorm van therapie zinnig of onzinnig was. Hier twijfelde ik sterk, want op grond waarvan zou ik het beter weten dan degenen die mij hun deskundige hulp boden? Ik had hier slechts één houvast. Ik wist mijzelf beslist niet krankzinnig terwijl de hulpverlening in heel haar attitude er blijk van gaf te oordelen dat ik dit wél was. Dáárom kon ik de hulpverlening niet aanvaarden!

God zij dank ontwaakte reeds in het begin van de psychose mijn jarenlang verdrongen religiositeit en als vanzelf leerde ik bidden in overgave. Toen kon ik bereid worden om de toekomst te aanvaarden hoe deze zich ook zou ontplooien; zelfs als dit een blijvende opname in een psychiatrisch ziekenhuis zou moeten betekenen. Bij dit aanvaarden vreesde ik meer dan eens voor mijn leven, maar ik bad om te mogen leven.

Als er in de psychiatrie wordt gesproken over overdracht dan is er hier sprake van een overdracht tot God. Van de mens kon ik geen afdoende hulp verwachten. Zij waren voor mij onaanvaardbaar omdat ze mijnsinziens mijn toestand verkeerd beoordeelden.

Het is verschrikkelijk eenvoudig om mijn verdere betoog te bekritisieren door een nieuwe waan te postuleren die ontstaan is tijdens mijn psychose. Dan heb ik daarop geen enkel antwoord dan dat ik God als de meest absolute realiteit heb leren kennen; ongrijpbaar en onbepaalbaar maar desondanks reëel. Er rest mij geen andere verklaring voor mijn genezing dan die terug gevoerd moet worden op Godsvertrouwen. Veel later ging ik inzien dat God mij niet rechtstreeks straft, beloont of geneest maar dat alles wat mij overkwam; wat ik te danken of te wijten heb; door mijzelf werd bewerkstelligd omdat ik er existentieel schuldig aan ben niet de mens geleefd te hebben die ik had moeten en kunnen leven qua aanleg, opvoeding, capaciteiten en omstandigheden.

Nadat ik kon bidden in overgave ontplooidde er zich – ondanks mijn levensangsten – een wonderlijke wereld met tal van toevalligheden die uiterst zinvol bleken te zijn. Ik wil hierover geen andere mededelingen doen dan dat zij bijdroegen tot de redding van een langdurige opsluiting in een psychiatrisch ziekenhuis. Dit gevaar was niet denkbeeldig, want van de zijde der psychiatrie was mijn familie ingelicht over de waarschijnlijke ongeneeslijkheid van mijn ziekte. Zelfs werd er met hen gesproken over een opname met machtiging!

Juist door die onverwachte en zinvolle toevalligheden heb ik de bereikbaarheid leren onderkennen van zekerheden die de kenbare

realiteit heeft te bieden. Daarmede brak mijn positivistische levensovertuiging. Als pendant van realiteitszekerheden leerde ik die absolute ongrijpbare realiteit kennen waarvan ik mij afhankelijk wist: Mijn Schepper. Maar daarmede dreigde een nieuw gevaar, nl. het gevaar mijzelf een geroepene te voelen; een profeet of een Messias en dit temeer omdat er tal van ontwikkelingen plaats gingen vinden die ik vooruitzag zonder dat daarvoor aanknopingspunten kunnen worden gevonden in de realiteit van het gegeven heden. Paranoia of Metanoia; het zijn maar begrippen. Wezenlijk is hier dat voor mij God van een hypothese tot een werkelijkheid werd. Het is bijna blasfemisch om er op deze wijze over te schrijven; maar ik probeer te verduidelijken.

Ik heb er geen enkele moeite mee als deskundigen mij een 'hinein interpreteren' verwijten, want wat voor de een realiteitswaarde heeft hoeft deze voor de ander nog niet te hebben. En degenen die dit wensen te bestrijden – zoals de neo-positivisten – gaan voorbij aan de realiteit van hun eigen menszijn.

Het is beslist niet zo dat het besef van God, dat ik beleefde als een confrontatie met God, mij afhielp van de psychose. Want als ik uit die periode iets zeker weet, dan is het wel dat de mens ook tijdens zijn psychose een resterend vrijheidservaren heeft waarin hij kan kiezen in situaties die een keuze behoeven. Zo had ik ook in de kliniek nog juridische bijstand en ik had kunnen besluiten om de echtscheidingsprocedure te doen uitstellen om te redden wat er te redden viel; maar ik koos voor voortzetting en afstand doen van alles wat mij met het verleden bond. Ongetwijfeld waren mijn keuzen en beslissingen niet altijd rationeel maar vaak emotioneel bepaald. Maar op grond waarvan zou men kunnen stellen dat de authentieke menselijke emotie de mindere is van de logische ratio?

In onze maatschappij is het cultuurbepaald om de mens niet verantwoordelijk te achten als hij handelt en beslist op grond van overspoelende emoties, maar het is de zéér de vraag of hij niet verantwoordelijk moet worden geacht voor de kansen die emoties krijgen als de ratio verstek laat gaan. Naar mijn overtuiging kunnen de emoties van iemand bezit nemen in levensfasen waarin men zijn existentieel zelfbeleven onderdrukt en gehoor geeft aan triviale verlangens van het ik-beleven. In hoeverre iemand dan schuldig kan zijn staat in eerste en laatste instantie ter beoordeling van hemzelf en is vergaand onafhankelijk van maatschappelijke waarden en normen maar hangt direct samen met het authentieke waarachtigheidsbeleven. In deze context krijgt het bijbelse 'oordeel niet, opdat gij niet geoordeeld worde' zijn betekenis.

Het komt mij voor dat ondanks de grote betekenis die Jung hechtte aan de religiositeit als factor voor een bevredigend functioneren van de gehele mens, daar op de van vandaag in de psychologische wetenschappen weinig waarde wordt gehecht. Men vergeet kennelijk dat religiositeit niets van doen hoeft te hebben met de vormgeving daarvan in geïnstitutioneerde kerkgenootschappen. Naar mijn opvattingen en ervaringen is religiositeit het wezenlijke afhan-

kelijkheidservaren van het Onbekende en onkenbare waardoor men realiteit en evolutie als een zinvol gebeuren ervaart welke boven onze kennis van het wetmatige uitgaat. Het is het ervaren van het behoud van orde en de ontwikkeling van nieuwe ordeschepende structuren waardoor ook het zogenaamde toevallige zin en betekenis krijgt. En of wij dit Onbekende nu de naam van God, Schepper of Natuur geven is weinig essentieel. Religiositeit heeft ook te maken met het *aanvaarden* van het heden, verleden en toekomst zoals dit zich aan ons voordoet in de overtuiging dat daaraan een zin kan worden ontleend, ook als wij daartoe zelf niet in staat zijn.

In tegenstelling tot religiositeit is de religie cultuurbepaald en daardoor kan heel wat oneigenlijke religiositeit ontstaan als de religie gecontamineerd wordt door maatschappelijke waarden en normen die een religieus zelfbeleven in de weg staan. Ons daarop bezinnende moeten wij onderkennen dat religies ons niets meer dan de mogelijkheden bieden om onze religiositeit gestalte te geven en dat wij de volle vrijheid hebben om onze eigen vormen van religie te kiezen waarbij wij dan vanzelfsprekend ook onze cultuurwaarden zullen inbrengen. Dit doorgronden biedt uitzicht op de authentieke religiositeit ondanks conflicten die daaruit kunnen voortvloeien met de geïnstitutioneerde kerken.

Zoals gezegd is het niet uitsluitend te danken aan mijn onderkenning van religiositeit dat ik een psychose doorbrak. Zonder de eigenschappen: moed en wilskracht zou ik weinig kans hebben gehad. Het zijn juist die menselijke eigenschappen die in een therapie geactiveerd zouden moeten worden inplaats van demping van de emoties door middel van psychofarmaca. Ik vraag daarvoor een open oog van de psychiatrie, zelfs als men er aan twijfelt of de patiënt kan bereiken wat hij wil of durft. Want iedereen heeft het recht op het avontuur van zijn eigen leven; óók als dit uitmondt in een ernstig geestelijk lijden. Nimmer tot elke prijs en onder alle omstandigheden, zoals ik eerder betoogde.

Doorgaan

Weten wie je bent, welke mogelijkheden je hebt en ervaren dat je je persoonlijk gelijk aan je kant hebt, biedt geen enkele garantie dat je je leven zult kunnen leven zoals je je dit voorstelt, want waar zou je die zekerheid vandaan moeten halen? Het leven is een avontuur, maar een schitterend avontuur dat je mag beleven. Je kunt weinig méér doen dan op een eenmaal ingeslagen weg doorgaan als je er van overtuigd bent dat dit jouw weg is en in die overtuiging ben je op jezelf aangewezen. Ondanks alle bedenkingen van de zijde der psychiatrie en van overgebleven vrienden besloot ik om na mijn 'ontsnapping' uit de psychiatrische inrichting met de vrouw die later mijn echtgenote zou worden naar de tropen te vliegen met een minimum aan voorbereiding en uitrusting. Wij namen een tentje mee en huurden een landrover om te gaan kamperen tussen gevaar-

lijk geachte dieren zoals de grote zoogdieren, waaronder de katachtigen. Zij die van dit plan op de hoogte waren hadden ernstige bedenkingen tegen deze onderneming en mij werd zelfs te verstaan gegeven dat ik aan zelfvernietigingsdrang, waarin ik bovendien een ander zou meeslepen, niet had toe te geven. Maar ik geloofde niet onverantwoorde risico's te nemen en wist de herkomst van mijn behoefte tot dit avontuur. Ik wilde onder moeilijke en zware omstandigheden de vrouw leren kennen waartoe ik mij zo sterk voelde aangetrokken en bovendien mijn oordeel toetsen dat er geen gevaarlijke dieren bestaan als men het dier zijn rechten laat en met het dier op non-verbale wijze weet te communiceren als dit nodig is bij een confrontatie. Indien ik ongelijk zou hebben, zouden de situaties waarin ik terecht kwam dit mij wel leren.

Voor een goed begrip van wat ik ondernam moet ik meedelen dat ik al sinds mijn jeugd een grote belangstelling had voor de ethologie. Lorenz en Tinbergen bewonderde ik maar ik had ook mijn bezwaren tegen de uitsluitend objectiverende wijze waarop zij het dierlijk gedrag verklaren. Voor mij is een dier méér dan zijn habitus en gedrag, en ik was er van overtuigd dat men de hogere dieren invoelend kan begrijpen zoals men dit ook een mens kan. Deze overtuiging werd gesteund door enig onderzoek dat ik daarvoor deed in een dierentuin. Daar probeerde ik een zo groot mogelijk contact te krijgen met dieren, ondanks het aanwezige publiek en de oppassers. Maar ik moest dit onderzoek afbreken omdat oppassers niet kunnen toestaan als je je niets aantrekt van de omheiningen en bijvoorbeeld de grote katachtigen over hun koppen krauwt. Het is voor het publiek de attractie die een dwaas biedt, maar voor de oppassers nauwelijks aanvaardbaar als de mensapen in hun verblijven na een eenmaal opgebouwde relatie naar je toekomen en tegen de ramen tikkend 'om je roepen'. Een dergelijke vertrouwelijkheid met dieren is onbegrepen en onaanvaardbaar. Kan het zijn dat hier een parallel getrokken moet worden met relaties tot de geestelijk gestoorde mens? In onze opvattingen over het dier is het bevreemdend als dieren bereid blijken om voor je te doen wat je zonder dwang van hen vraagt of verwacht. In het dolfinarium maakten de dolfijnen op mijn verzoek hun salto's ook zonder dat ik ze daarvoor met een vis beloonde. Dat ontlokte een heftige discussie met de trainers van deze dieren waarna ik letterlijk door hen werd buitengezet. Ondertussen had men mij in deze dierentuin naar mijn gedrag leren kennen en wensten de oppassers dat ik mij identificeerde. Nadat ik mijn naam en adres had opgegeven en bovendien de Directeur nogeens schriftelijk had ingelicht dat ik met een studie bezig was, ontving ik een merkwaardige brief waarin mij werd verzet dat ik de oppassers lastig viel. In feite gaf ik geen enkele aandacht aan de oppassers of aan het publiek, maar aan het dier. Het hangt er nu maar vanaf aan welke kant iemand gaat staan die mijn gedrag wil beoordelen; aan die van de mens of die van het dier. Ik heb er alle begrip voor dat door mijn gedrag oppassers en de Directeur gefrustreerd werden en ik zag in dat de ge-

hele structuur van een dierentuin niet toelaat dat ik een dergelijk onderzoek voortzet. En ook daarom ging ik naar de tropen. Ik wilde zekerheid over mijn oordelen met betrekking tot de natuur en de realiteit die deze te bieden heeft. Ik wilde dus zekerheid over mijzelf. In die tijd bestudeerde ik het gedrag van mensen op een drukke markt en hun gedrag in hun auto's. Ik daagde uit én manipuleerde totdat ik het gevoel kreeg: 'Nu is het genoeg geweest, het is onethisch om daar verder mee te gaan'. Dit alles vloeide voort uit de psychose en het opnieuw waarderen van menselijk gedrag, maar moet mijn gedrag hierbij nog tot het psychotische gerekend worden? In ieder geval moest ik opnieuw leren leven op de mij geheel eigen wijze, zoals ik dit wilde. Daartoe behoort ook het recht op lijden en ontbering als men dat wenst te aanvaarden en dit kunnen opbrengen is een even grote opgave als het kunnen opbrengen van wilskracht en moed om jezelf te kunnen zijn. Want het lijden kan hevig zijn en de angsten kunnen tot het ondraaglijke gaan als het oude moet worden afgebroken. Tijdens de psychose had ik ervaringen die het verblijf in het psychiatrisch ziekenhuis tot een inferno maakten, terwijl de tropen mij een ongekend paradijs boden. Maar daar moest ik leren verantwoordelijkheid te dragen voor de vrouw die bereid was om met mij mee te gaan en mij te aanvaarden, ook als ze mij niet kón begrijpen. Daar moest ik begrip opbrengen voor haar angsten in die donkere tropennacht waarin de olifanten door de rivier waadden en langs ons tentje liepen dat aan de oever stond. Drie dagen hebben wij op deze plek de herkomst van onze angsten ge-analyseerd, waarvan de kern door onze opvoeding in de jeugd werd gelegd en die later in het volwassen leven allerlei vormen aannemen zodat wij ons al te vast gaan klemmen aan bewijsbare zekerheden. Na drie dagen kon ook zij aan wat voor mij een vanzelfsprekendheid was om daarna met mij te kunnen genieten van Gods Natuur. Een door mij geïntroduceerde dwaasheid...? Desnoods, maar dan een Goddelijke dwaasheid. Is het dan verwonderlijk dat wij in de tropen de zekerheid kregen dat wij aan ons beider waarachtigheid verplicht waren ons leven verder samen te leven? Is het dan nog verwonderlijk dat wij hier durfden ingaan tegen maatschappelijk gevestigde waarden en normen? Wij weten niet of ons huwelijk dat hierna volgde stand zal kunnen houden, maar wij weten wel dat elk jaar dat wij daarna samen mochten leven niet gemist kon worden en dat doet ons in de toekomst vertrouwen.

Paranoia of metanoia?

Na de terughoudende beschrijving van de psychose die mij overviel, resteert de vraag: Was deze psychose een ziekte? Zoals reeds gezegd; geen enkel ogenblik heb ik mij ziek gevoeld. Ja, ik heb geweigerd om mijn bloed te laten onderzoeken toen de analisten kwamen om bij mij een bloedmonster af te nemen. Ik was verontwaardigd. Op grond van dit gedrag mag de psychiatrie oor-

delen dat ik geen ziekteinzicht had en onhandelbaar was. Maar was ik ziek? Wat wij onder ziekzijn verstaan hangt vanzelfsprekend af van de definitie die wij daaraan geven en niet van het oordeel van de patiënt of van een willekeurige arts. Als wij aan de definitie verbinden dat er daarvoor een aantoonbare afwijking moet bestaan in het organisch substraat, dan was ik beslist niet ziek. Maar als wij aan de definitie verbinden dat ziekzijn ook omvat het niet functioneren volgens de door de medische wetenschap vastgestelde normen, dan was ik ziek. Maar met het stellen van deze vage en ruime normen ontstaan de moeilijkheden. Want op grond waarvan zou in mijn geval de medische wetenschap kunnen oordelen dat ik in mijn psychose niet functioneerde zoals ik vanuit individueel menszijn móest functioneren? Ik stel hier móest, omdat ikzelf niet anders kan oordelen dan dat dit functioneren voortvloeide uit een positivistische levensovertuiging die geen stand kon houden en het gehele proces een diepe zin aan mijn leven gaf. Was Einstein een geestesgestoorde, of Christus, Boeddha en Mohammed. Met de normen die de medische wetenschap aanlegt, zou men heden ten dage deze mensen kunnen opsluiten in een psychiatrische inrichting.

Waarom — zo vraag ik aan de psychiatrie — sluit men een positieve waardering van de psychose maar al te vaak bij voorbaat uit? Naar mijn overtuiging, gegrond op mijn ervaringen, zal men in de psychiatrie de ruimte voor een positieve waardering móeten vinden om mensen onnodig lijden te besparen en adequate hulp te kunnen bieden. Ik wil aannemen dat de overgrote meerderheid van de psychosen medische hulp behoeft maar wij kunnen niet betrouwbaar differentieren op grond van psychotisch gedrag; daar is méér voor nodig en het is de opgave voor de psychiatrie om naar dit méér te zoeken.

Maar de psychoticus vraagt toch om hulp en in vele gevallen om medische hulp, zo kan men mij voorhouden. Dat kan echter niet bepalend zijn voor het ziekte-oordeel. Vele vrouwen die bevallen vragen om medische hulp, alhoewel ze niet ziek zijn en iemand die lijdt onder een rouwproces is evenmin ziek. Zolang de discussie open is over de vraag of iedere psychose een ziekte is dient de psychiater in zijn oordeel over de ziekte dat van de patiënt te betrekken, ofschoon dat niet doorslaggevend behoeft te zijn. Er dient waakzaamheid te worden betracht met oordelen als wij geconfronteerd worden met oninvoelbaar en emotioneel bepaald gedrag!

Het zal duidelijk geworden zijn dat in het historisch perspectief van mijn leven de psychose een zinvol en zelfs noodzakelijk gebeuren was om mij de mens te doen worden die ik wilde en moest zijn. Ik verloor daardoor zéér veel en ik veroorzaakte daardoor veel leed aan anderen dat ik beslist niet heb gewild. Er ontstond daardoor een onherstelbare breuk met het verleden omdat verloren ging wat ooit van twee mensen samen was. Maar uit de puinhopen van een welhaast totale destructie herrees de andere mens als een phoenix uit zijn as. Er moest gebeuren wat ik nooit gewild kon hebben maar

in het nieuwe spoor waarop ik terecht kwam hervond ik mijzelf en bleef ik God Zij Dank niet gedoemd tot een stuurloos wrak.

Hoe weet ik dan zo zeker dat een psychose op mijn 51ste jaar een noodzakelijk en waardevol gebeuren was? Dat weet ik door de doorslag van de balans waarop ik de positieve waarden tegen de negatieve afweeg. Laat ik hier de positieve waarden trachten samen te vatten:

1 – de op mijn ervaringen gegronde overtuiging dat mijn existentie even betrekkelijk is als de kennis die wij over de realiteit kunnen hebben; als pendant staat daar tegenover de absolute van het principieel onkenbare maar wel erfaarbare dat wij God noemen en waarvan ik mijzelf en de realiteit afhankelijk weet;

2 – het onderkennen van de cultuurbepaalde relativiteit van alle ethiek en religie en doorschouwende dat wat van waarde is zijn diepste grond moet vinden in de liefde tot het Goddelijke waarvan de liefde tot de medemens en héél de Schepping een afgeleide is;

3 – de onaantastbare overtuiging dat Liefde de bindende en richtinggevende kracht is waardoor uit chaos orde ontstaat, met de verwachting dat wij ooit zullen inzien dat het juist de vereniging van verenigbare tegenstellingen is waaraan de liefde zijn kracht ontleent en dat dit zal blijken te gelden voor alle kennis die wij van de realiteit kunnen hebben;

4 – een vreemd zicht op toekomstig gebeuren tijdens onbepaalbare sensitieve perioden dat ik onmogelijk kan herleiden op kennis die ik kan hebben van het heden en verleden; daaraan dank ik het bankroet van mijn positivistische levensbeschouwing;

5 – de onderkenning dat ál wat de mens onderneemt; ál wat hij kent en leert kennen; ervaren en leert ervaren, hem uiteindelijk een spiegel voorhoudt waarvoor hij niet kan vluchten en waarvoor hij zich rekenschap moet geven over de mens die hij is, gemeten naar de maatstaf van authenticiteit.

Ik hoop dat voor heel de mensheid ooit de tijd zal aanbreken waarin men zal ervaren dat het Hooglied samenvloeit met het Te Deum, waardoor men de vrede en het geluk leert kennen van een paradijs op aarde. Een paradijs dat ik even heb mogen binnengaan maar waarover ik niet wil en kan schrijven. Dat kostte strijd en leed, maar het bood zóveel dat ik niet verdiend heb. Paranoia of metanoia; wie oordeelt hier deskundig?

Heb ik dan een taak gekregen door mijn kennis en ervaring? Ik meen geen andere dan afwachten op wat de toekomst mij zal bieden met een voortdurend inspannen om eigen geluk te bewaren en te bevestigen en zo nodig hulpbieden aan hen die dit van mij mogen verwachten. Ik ben geen leraar die alles moet uitdragen wat hij meent te weten. Wie zou mij verstaan, en hoe zou ik kunnen weten of mijn gelijk méér is dan een persoonlijk gelijk? Ik kan en hoeft niet méér te doen dan te proberen om door middel van dit verslag een genuanceerder oordeel te vragen over dat fenomeen dat men een schizofrene psychose noemde.