

Genezing van het lichaam door middel van de geest

door F. W. van Eeden

In 1884 studeerde ik geneeskunde aan de Universiteit van Amsterdam en wilde promoveren. De hoogleraar¹¹, onder wiens leiding ik gewerkt had, stelde als onderwerp voor 'kunstmatig dieet bij tuberculose'. Om dit te bestuderen ging ik naar professor Debove in Parijs, die een autoriteit was op dat gebied. Maar professor Debove toonde mij iets, wat mij veel meer interesseerde. In zijn kliniek in het Sint Andiol-ziekenhuis¹² liet hij mij zien, hoe hij een patiënt een glas water kon geven, waarbij hij hem vertelde dat het wijn was, en hoe de patiënt het voor wijn hield. Ik zag hoe hij een man vertelde dat een koude zilveren lepel gloeiend heet was, en hoe de man hem liet vallen met alle tekenen van pijn door verbranding. Hoe hij een ander een boek gaf en zei: 'Kijk, allemaal wit papier! Helemaal blanco . . .! Blaas er nu eens op! — Kijk nog eens! — het zijn allemaal portretten, niets dan portretten! — blaas nu nog eens! — allemaal landschappen en schilderijen, kijk!' En de man zag alles met grote verwondering en beschreef zelfs de landschappen en portretten, die niemand anders zag dan hij. 'Nu, ik heb nog nooit zo'n tovenarij gezien,' zei de man. 'Het kan nog mooier,' zei Debove, 'Doe uw ogen dicht! — wanneer u ze open doet, heb ik geen hoofd.' En toen de man weer keek staarde hij naar de professor met een wilde, angstige blik. 'Zo', zei Debove, 'hoe vindt u mij zonder hoofd?' En de arme man sloeg zichzelf hard tegen het hoofd en zei 'Ik ben belist gek geworden'.

Deze kleine voorstelling maakte zulk een diepe indruk op mij, dat ik het tuberculose-dieet onmiddellijk wilde laten vallen en wilde beginnen met hypnose en suggestie. Maar mijn hoogleraar was een voorzichtig man, die blijkbaar vreesde dat ik zelf mijn hoofd zou verliezen. Dus weigerde hij en ik ging verder met het voeden van mijn teringlijders. Maar ik kwam voor de dag met een stelling, dat deze wonderbaarlijke verschijnselen grondig en wetenschappelijk onderzocht moesten worden.¹³ Het schijnt dat deze stelling van twintig jaar geleden (1886) nog steeds niet helemaal verouderd is. Zodra ik vrij was om mijn eigen studie-onderwerpen te kiezen, ging ik nogmaals naar Parijs en bestudeerde de hypnose onder leiding van Charcot en kwam daarna terecht in Nancy, waar le bon docteur Liébeault suggestie toepaste als een vorm van therapie. Vele ja-

ren beschouwde men le bon docteur Liébeault als een kwakzalver of een zonderling. Toch was hij een doctor medicinae en een door en door wetenschappelijk man, die zijn eigen inzichten en fijne intuïtie volgde om lijden te verlichten, zonder zich te bekommeren om het negeren, de spot en de minachting van zijn collega's. Fortuinlijker dan de meeste vernieuwers had hij het geluk de aandacht te trekken van een ruimdenkend en invloedrijk man ten aanzien van zijn opmerkelijke prestaties en erkenning te verwerven en zelfs algemeen respect en eer in de gehele medische wereld. Le bon père Liébeault, zoals zijn patiënten hem noemden, was een toonbeeld van geduldig, opgewekt volhouden van de handelwijze die hij juist had bevonden, wat betreft algehele toewijding aan zijn wetenschap en de lijdende mensheid en van de meest beminnelijke eenvoud en bescheidenheid, toen hij erkenning en roem verwierf.

Een van de meest treffende genezingen, die hij bewerkstelligde, was die in een geval van ischias,¹⁴ die zo ernstig was dat het been geheel atrophisch was; professor Bernheim van de Universiteit te Nancy had dit geval vele jaren tevergeefs behandeld. Liébeault genas de man eenvoudigweg door met zijn handen strijkbewegingen te maken over het been, waarbij hij slaap suggereerde en vervolgens genezing tijdens deze slaap. De genezen patiënt ging terug naar Bernheim en deze hoogleraar, die een beetje wijzer was dan de meesten van zijn collega's, zei niet: 'Loop heen, dat is allemaal onzin!', maar hij ging naar Liébeault, zag zijn methoden en resultaten, probeerde ze zelf uit en schreef zijn standaardwerk 'De la suggestion et ses applications dans la thérapeutique'.

Ik vond Liébeault in zijn kleine spreekkamer, te midden van zijn patiënten. Hij bewoog zich tussen hen op zijn vriendelijke joviale vaderlijke manier, waarbij hij ze liet plaatsnemen in een gemakkelijke stoel, ze gerust stelde en ze liet inslapen. Vervolgens legde hij zijn hand op de pijnlijke plek of het zieke deel en suggereerde een gevoel van warmte, alsof er een elektrische stroom uit zijn handen vloeide. 'Sentez cette chaleur! - sentez cette chaleur!' En als de patiënt zich dan steeds slaperiger ging voelen sprak hij voortdurend tegen hem, terwijl hij hem vertelde hoe de pijn verminderde, hoe hij zich door deze slaap verfrist en versterkt zou voelen, hoe de ziekte zou genezen, en vaak trad hij zelfs in zeer kleine physiologische details, waarbij hij mij verzekerde dat deze details, hoewel volkomen buiten het bevattingsvermogen van de patiënt meehielpen bij het tot stand brengen van de beoogde genezing.

Onder invloed van Charcot hadden wij medici geleerd hypnose als een zeer vreemde en abnormale toestand te beschouwen, nauw verwant aan hysterie en met de meest fantastische kenmerken. Dat deze veilig kon worden toegepast voor het welzijn van patiënten leek niet waarschijnlijk. Toch wisten wij allen dat Charcot erin geslaagd was een blaas op de huid van een van zijn patiënten te doen ontstaan door er eenvoudig een stukje gegomd papier op te leggen en hem te verzekeren dat het een Spaanse vlieg¹⁵ was. Als zo'n resultaat mogelijk was waarom zouden we deze sterke kracht dan niet op

een heilzame wijze gebruiken?

In de kleine spreekkamer van Liébeault leek elke dreiging en grietigheid van de hypnose verdwenen te zijn. Ik zag hoe een lichte sluimering werd opgewekt, schijnbaar gelijk aan de normale slaap, en hoe patiënten van alle leeftijden en standen verlichting vonden en zelfs genezen werden door deze eenvoudige methode. Geen hysterie, geen nervositeit, geen psychisch abnormale verschijnselen. Sterke mannen en tere kinderen, hoog ontwikkelde en geheel onontwikkelde mensen, lichamelijke zowel als geestelijke ziekten, in alle gevallen werd baat gevonden bij de ongevaarlijke behandeling van dokter Liébeault.

Toen ik thuis kwam was ik er zeker van dat ik het begin gezien had van een grote verandering in de geneeskunst en samen met een van mijn collega's, Dr. van Renterghem, richtte ik onmiddellijk een echte kliniek op in Amsterdam, en we kozen voor onze methode de naam *psychotherapie*.

Voor de onbevooroordeelde geest is er niets ongeloofwaardigs, zelfs niets wonderbaarlijks aan deze methode. We kennen allen de herstellende kracht van de slaap. Slaap is bij nagenoeg alle ziekten zowel lichamelijk als geestelijk een krachtig geneesmiddel. Zelfs de patiënt met een gebroken been of bedekt met schroei- of brandwonden zal de buitengewone weldaad van een goede slaap voelen. En bovendien weten wij dat het lichaam een genezende kracht bezit een 'vis medicatrix', die niet alleen werkzaam is bij functionele of nerveuze aandoeningen, maar ook in staat is gapende wonden te sluiten, grote zweren te bedekken, en beenstukken met elkaar te doen vergroeien. Bij lagere dieren zien we de vervanging van gehele ledematen nadat ze van de romp gescheiden waren.

'Genezing', teweegebracht door chemische middelen, is in de meeste gevallen meer of minder geheimzinnig, berustend op empirie en niet op rationele kennis, en zeer waarschijnlijk slechts resultaat van de prikkeling van de natuurlijke geneeskracht van het lichaam. De geneesmiddelen brengen de genezing niet zelf tot stand, zij helpen het lichaam zichzelf te genezen door symptomen te doen verdwijnen, door een vicieuze cirkel te doorbreken of door het stimuleren van latente krachten.

Waarom zou dit zelfde resultaat niet bereikt kunnen worden door middel van slaap en via de geest, door verbale suggestie? Er is geen wetenschappelijk feit dat hiermee in tegenspraak is.

Dit alles is zeer duidelijk en redelijk, en indien de eenvoudige methode die wij in Amsterdam volgden niet in discrediet was gebracht door fanatieke en ondeskundige leken, en als reactie daarop door de aanvallen van dogmatische en bekrompen denkende vakgenoten, dan zou deze nu over de hele wereld verspreid zijn zonder angst of weerstand op te roepen. Vanaf de oprichting van onze kliniek hadden wij een voortdurend toenemende stroom van patiënten en zeer vele bevredigende resultaten in gevallen waar alle andere methoden gefaald hadden.

Natuurlijk behoorde het tot onze taak de grenzen van de methode

vast te stellen en deze waren spoedig bereikt. Wij hadden nooit verwacht een panacee gevonden te hebben, maar wij wilden alles proberen wat gedaan kon worden, in welke richting dan ook. En het kan veilig worden volgehouden, dat er geen ziekte ter wereld is waarbij verbale suggestie en zelf hypnotische suggestie totaal contra-indiceerd is. Net zo als er geen ziekte is waarbij slaap niet helpt en een opgewekt, aanmoedigend en hoopgevend woord geen goed doet. En dus kunnen wij zeggen dat, indien deze methode alleen bestaat in het oproepen van een normale sluimering en het spreken van indringende woorden van geruststelling, zij van nut zal zijn bij elke ziekte, hetzij van lichaam of van geest. Maar zij moet gebruikt worden als toevoeging aan beproefde wetenschappelijke middelen en methoden, nooit als een vervanging daarvan.

Nooit mag zij, wat betreft de arts, een reden zijn tot verwaarlozing, van een zorgvuldige diagnose en het gebruik van fysieke, chirurgische en ook chemische middelen. Ze moet toegevoegd worden aan ons wetenschappelijk arsenaal in bescheiden en harmonieuze samenwerking, men moet vooral niet proberen alle andere methoden te verdringen en ze zonder meer te vervangen. Wij ontdekten al gauw dat hypnotische suggestie niet almachtig is, net zomin als andere methoden, en de hulp nodig heeft van andere takken van de geneeskunst. Toch vonden wij ook dat de methode in sommige gevallen verlichting, zelfs volledige genezing, tot stand brengt, waar alle andere middelen faalden en waar de gevestigde medische wetenschap niet geneigd is dit te verwachten.

Een van mijn eerste gevallen was dat van een traumatische laesie van het ruggemerg, veroorzaakt door een val, waarbij men de patiënt een jaar het bed had doen houden en de behandelende doktoren verlamming voor het leven voorspeld hadden. Er bestond een duidelijke dislocatie van de wervels en de fysieke aard van de aandoening was buiten twiifel. Toch slaagde ik erin de patiënt binnen enkele maanden weer op de been te krijgen, slechts met toepassing van verbale suggestie tijdens lichte sluimering gecombineerd met voorzichtige oefeningen gedurende de hypnotische slaap en de genezing heeft tot heden (1908) stand gehouden, dat wil zeggen twintig jaren, waarin de patiënt een uitstekende gezondheid genoot en in staat was te lopen als ieder ander.

Men hoeft in dit geval niet te veronderstellen dat vernield zenuwweefsel hersteld was, maar alleen dat het effect van abnormale druk door geestelijke inspanning was overwonnen.

Een geval van voortdurend bloedverlies bij een vrouw die verscheidene jaren vergeefs verlichting had gezocht en in een ernstige staat van uitputting was geraakt, werd in twee of drie zittingen door mijn collega van Renterghem definitief genezen. Het verhaal vertoont een zekere gelijkenis met wat wordt verteld in Lucas VIII : 43.

Zulke 'wonder'-gevallen behoorden natuurlijk tot de uitzonderingen, maar ze waren toch talrijk genoeg om de grote reputatie van onze kliniek te verklaren, die tot op deze dag voortduurt. En het is zeer natuurlijk de oorzaak van het enorme succes van enkele nieu-

we geneesmethoden te zoeken in dergelijke gebeurtenissen.

Er zijn in deze tijd altijd verscheidene gevallen waar verlichting tevergeefs gezocht is bij de gehele medische professie, waarbij alle therapeutische mogelijkheden uitgeput schijnen te zijn, de zogenaamde 'cruces medicorum', waarop tientallen van de geleerdste doktoren hun kunnen tevergeefs hebben beproefd, en die desalniettemin gemakkelijk te genezen zijn, indien slechts de juiste prikkeling voor de natuurlijke geneeskracht van het lichaam in werking wordt gezet. Zulke gevallen vormen de kans voor kwakzalvers, voor alle soorten patent-geneesmiddelen, voor magnetiseurs, gebedsgenezers en dergelijke. Deze werken alleen met een of andere nog niet goed te definiëren kracht, die we 'geloof' dan wel 'vertrouwen', 'verbeelding' of 'suggestie' kunnen noemen, en die we misschien het best kunnen aanduiden als 'psychisch' ter onderscheiding van chemische of fysische middelen. Deze kracht was tot op heden door het beroep niet erkend als een aanvaardbare geneeswijze die methodisch toegepast zou kunnen worden. Toch was dit een verzuim en wel een zeer betreurenswaardig. De bijna algemene tegenzin van professionele doktoren om deze kracht te bestuderen, te testen en toe te passen wat ervan van waarde was, heeft geleid en zal blijven leiden tot de voortdurende toename van min of meer fanatieke en bijgelovige overtuigingen, die het recht opeisen alle ziekten te genezen, die vol trots hun verwonderlijke, zelfs zeer wonderbaarlijke genezingen tonen, en het blinde en verwaande medische beroep bespotten. Ik geloof dat het beroep, waartoe ik nog steeds behoor, hoewel ik slechts nu en dan praktijk uitoefen, de meest eervolle gedragslijn zou kiezen door een eerlijke erkenning. De niet te ontkennen feiten zijn er al langer dan een eeuw, open voor onderzoek. Maar de medische professie heeft haar plicht verzaakt en koppig geweigerd er aandacht aan te besteden.

James Braid¹⁶ was de eerste arts die de methoden van Mesmer¹⁷ herhaalde, vijftig jaar na diens dood, en hij ontdekte direct de realiteit en het nut ervan. Hetgeen bewijst dat de waarheid gemakkelijk te vinden was, als men maar de moeite nam ernaar te zoeken. Maar gedurende een halve eeuw deed geen enkele arts dit behalve James Braid. Zij waren allen bang hun reputatie te verliezen en voor het veto van de gevestigde medische en academische wereld. En terecht zoals James Braid zelf ervoer. Hij werd geboycot en als een kwakzalver beschouwd als beloning voor zijn ruime opvattingen.

Hoe lang zal de medische wereld blijven ronddwalen in het dogmatisme, hoe lang zal zij vrij spel geven aan bijgeloof en onwetendheid door domme ontkenning en hooghartig bespotten van feiten, die voor elke leek duidelijk zijn? Het is in het geheel niet moeilijk de psychische geneesmethode belachelijk te maken.

Ik herinner mij een pamflet, in de eerste dagen na de oprichting van onze kliniek uitgegeven, gericht tegen onze methode, waarin ik voorgesteld werd te paard, rijdend achter de linies van ons toen niet altijd aan de winnende hand zijnde koloniale legertje, terwijl ik de

gewonden, die neervielen, schreeuwend bevel gaf op te houden met bloeden, weer gaaf te zijn en zich onmiddellijk bij de aanvallende linies te voegen. Het is een merkwaardige eigenschap van de menselijke geest om, wanneer deze kennis neemt van de een of andere ongewone methode, wonderbaarlijke uitkomsten te verlangen of er anders helemaal geen geloof aan te hechten.

De publieke opinie beschikt over weinig zelfcontrole en is onzeker als een schichtig paard. Onze sporadische 'wonder-gevallen' werden aanvankelijk sterk overdreven en deden de grote massa onze spreekkamers binnenstromen. En daarna, toen wij er niet in konden slagen de hele dag wonderen te verrichten, begonnen onze tegenstanders — de orthodoxe collega's in de eerste plaats — het werkelijk goede dat wij misschien gedaan hadden te kleineren of geheel te ontkennen.

Enkele Duitse hoogleraren die opgevoed waren in de materialistische school van Haeckel,¹⁸ reageerden zeer heftig. Zij waren bang voor 'mystiek'. Het gehele universum was juist zó prettig verklaard in een mooi afgerond systeem, dat alles wat min of meer onverklaarbaar scheen niet kon worden toegestaan. Het moest wel heiligschennis en ketterij zijn. Ik herinner mij de verontwaardiging, waarmee een beroemde Duitse hoogleraar de psychotherapeutische methode afwees als volkomen beneden de waardigheid van een zichzelf respecterend arts. Omdat 'suggestie' toegepast kon worden door de 'domste schapenhoeder'. Het argument bleek evenveel waarde te hebben als dat hetwelk drie eeuwen geleden een dokter van goede reputatie verbood een chirurgische ingreep te verrichten. Dat werd overgelaten aan de barbier, als zijnde een taak die te grof en te gemakkelijk was voor een geleerd man.

Wij, Dr. van Renterghem en ik, en diegenen van onze collega's, die onze methode overnamen, ontdekten al spoedig dat een grondige, nauwgezette en succesvolle psychotherapeutische praktijk misschien meer vakmanschap, meer geduld, meer oefening en ervaring eiste dan welke andere tak van de geneeskunst ook. Wanneer men ziet hoe een stoere zeeman, die door een ongeluk zijn arm verloren heeft en lijdt aan een traumatische neuralgie kreunend van pijn de spreekkamer binnenkomt, onmiddellijk in diepe slaap wordt gebracht door een kort bevel en wordt bevrijd van zijn marteling door enkele tot hem gesproken woorden en een paar 'strijk-bewegingen' over de pijnlijke plek, zodat hij de kamer verlaat in uiterste verbazing en dankbaarheid, dan schijnt de hele kwestie wonderbaarlijkerwijs tamelijk gemakkelijk.

Zulke gevallen komen voor, maar de meeste zijn anders. Hysterische jonge vrouwen, die voortdurend giehelen, en die of wel totaal sceptisch, kritisch en niet overtuigd of vol van allerlei angsten en vooroordelen zijn, boosaardige leugenachtige kinderen, klein-geestige, weinig ontwikkelde mensen, die 'er helemaal niet in geloven', maar 'het alleen voor de aardigheid proberen', steeds-maarklagende en huilerige hypochonders, die menen dat alles verloren moeite is — hetgeen inderdaad vaak het geval is — en de hele me-

nigte van zenuwlijders, meestal zwaar onder de medicijnen, slachtoffers van een onnatuurlijk bestaan, hetwelk zij niet kunnen veranderen — zij allen hebben een bijna bovenmenselijke toewijding, zorg en geduld nodig. Vaak kwam de gedachte bij mij op dat de arts al zijn tijd en inspanning aan één patiënt tegelijk zou moeten wijden, en dan nog met de hulp van twee uitstekende verpleegsters, indien hij een patiënt goed zou willen behandelen en hem alle kansen tot herstel geven. Op deze wijze zou er een kans zijn voor velen die nu als hopeloos beschouwd worden. Maar evenzeer is het een absolute noodzaak dat de patiënt de dokter volkomen vertrouwt en respecteert. Bij geen enkele geneesmethode zijn de persoonlijke kwaliteiten van de arts zo belangrijk. In een van de allerergste gevallen van alcoholisme had ik succes, hoewel het geval als hopeloos beschouwd werd door onze grootste autoriteit op dat gebied, alleen omdat ik toevallig een betere greep had op het karakter van de patiënt en hem mijn overwicht kon doen voelen. Dit overwicht echter moet niet in absolute zin opgevat worden. Het is zeer vaak een kwestie van geluk.

We weten allen dat wij ons soms onderwerpen aan de persoonlijke invloed van een of ander karaktertype zonder dat wij het overwicht ervan werkelijk voelen. En aan de andere kant dat wij vaak geen werkelijke indruk van overwicht krijgen van diegenen, waarvan wij weten dat zij in alle opzichten ver boven ons staan. En het is dit eigenlijk niet te beredeneren 'prestige' of 'aplomb', dat een grote rol speelt in de geneeskunst, zelfs wanneer het volkomen onbewust wordt toegepast. Mijn collega van Renterghem en ik waren gewoon zeer dikwijls patiënten te wisselen, wanneer wij opmerkten dat in een bepaald geval de persoonlijke indruk van de ander sterker was dan de onze.

Dit brengt mij op wat beschouwd kan worden als het meest belangrijke bezwaar tegen de psychotherapeutische methode. Velen — en niet de slechtsten — maken bezwaar tegen een behandeling die een totale onderwerping van onze eigen wil aan die van een andere sterkere persoonlijkheid schijnt in te houden. Nu is dit bezwaar zeker niet geheel ongegrond, maar even zeker is het niet onoverkomelijk. De manier waarop ik enkele Franse onderzoekers hun patiënten zag behandelen was mij werkelijk weerzinwekkend voorgekomen. De arme ziekenhuispatiënten werden gebruikt als geschikt materiaal voor demonstraties aan studenten en bezoekers, die de macht van de suggestie wilden zien. Door voortdurende training werden zij zo volkomen slaafs, dat zij de geringste aanwijzing van de arts, hun meester, opvolgden met de directe gehoorzaamheid van dieren in een circus. Zij kregen allerlei visioenen, ondergingen persoonsveranderingen en speelden elke rol, die hen met een enkel woord werd aangegeven. De geneesheer ontkende gewoonlijk elke mogelijkheid, dat er op deze wijze enig gevaar ontstond of schade werd aangericht. Hij voelde zich zo volkomen meester van de situatie dat hij elk schadelijk gevolg kon uitsluiten en zowel geest als lichaam volkomen kon doen herstellen door de suggestie. Ik kon

niet bewijzen dat er werkelijk schade werd aangericht, maar toch voelde ik een sterke tegenzin om zo'n toestand van volkomen slaafsheid bij een medemens op te roepen en ik hield dit standpunt vol tegenover de Franse artsen tijdens het congres over experimentele psychologie te Londen in 1894.

Wij onderscheidde drie fasen van hypnose, waarbij suggestie met succes kon worden toegepast. De eerste, de lichte hypnose; de tweede of kataleptische fase, waarbij de ledematen van de patiënt de stand behielden, die de hypnotiseur eraan gaf; en de derde fase van automatisme, genaamd somnambulisme, waarbij de aangegeven bewegingen automatisch voortgezet werden en elke herinnering aan hetgeen er gedurende de slaap gebeurd was, bij het ontwaken weer was verdwenen. De Nancy-school¹⁹ hield vol, dat, om de meest effectieve behandeling te geven, elke patiënt zo mogelijk in de derde fase van somnambulisme gebracht zou moeten worden, waarbij zijn eigen wil voorkomen wordt onderdrukt en hij gaat handelen als een automaat, slechts beheerst door de wil van de arts.

Ik was het er mee eens, dat er gevallen waren, waarbij zo'n diepe hypnose zeer wenselijk was. En ook dat er geen moreel bezwaar kon zijn tegen een tijdelijke vervanging van een ziekelijke wil door de gezonde wil van een arts, die volgens de verlangens van de patiënten handelt, indien deze niet kunnen worden uitgevoerd door middel van hun eigen wilskracht. Maar tegelijkertijd pleitte ik zeer sterk voor het intact-blijven van de psyche van de patiënt en de versterking van zijn eigen wil. Het doel moet altijd zijn de patiënt te leren zichzelf te genezen en gezond te blijven zonder hulp. Al is de weldoende kracht van de dokter nog zo groot, zolang het geestelijk evenwicht van wie dan ook in de geest van een ander is gelocaliseerd kan men niet van een echte genezing spreken. Dus stopte ik bij mijn eigen patiënten met alle experimenten, die toen algemeen in gebruik waren, naar Frans voorbeeld, en probeerde de genezing te bewerkstelligen met zo min mogelijk slaap. En ik leerde de patiënten de suggestie voor zichzelf te herhalen, zoals ik hen die voorgedaan had. Kortom, het zonder mijn hulp te doen en zo gauw mogelijk zichzelf te helpen.

Ik combineerde de psychische behandeling met alle beschikbare fysische, hygiënische en diëtistische middelen, openluchtbehandeling, eenvoudig dieet, gymnastiek, massage en koud water, dit alles volgens de methoden van de moderne wetenschap en de behoeften van het betreffende individu. Ik gaf zeer zelden medicamenten, hoewel ik er geen principieel bezwaar tegen had. Mijn collega Van Renterghem, die zeer veel afwist van chemische geneesmiddelen en een lijvig, waardevol werk²⁰ over pharmacologie heeft geschreven, gaf vaak Burggraeve's²¹ dosimetrische medicijnen, met redelijk goede resultaten. In het bijzonder bij huidziekten vind ik, dat het gebruik van chemische middelen altijd onvermijdelijk is. Maar er is één klacht, als er ooit een specifieke klacht is, waarbij ik ze nooit voorgeschreven heb en ze bijna altijd schadelijk gevonden

heb. Ik bedoel de nerveuze slapeloosheid, de insomnia. In de meeste gevallen is idiopathische insomnia het resultaat van slordig begonnen en gewetenloos voortgezette toediening van medicijnen en ik kan wel zeggen, dat ik in staat was, hen onder gunstige omstandigheden wat betreft verpleging en omgeving allen te genezen door onmiddellijk op te houden met alle geneesmiddelen en alleen psychische middelen toe te passen.

De tegenstand van onze medische collega's was zeer groot en wij voerden een harde strijd met hen. Ik demonstreerde verscheidene gevallen voor de Faculteit in Amsterdam, waaronder een zeer overtuigend geval van tabes dorsalis (locomotor ataxia), waarbij alle bezwaren, algemeen geuit tegen onze methode, werden weerlegd. De patiënt was geen 'nervus meisjee', maar een stevig gebouwde man van middelbare leeftijd met een wetenschappelijke opleiding en een volkomen evenwichtige geest; zijn ziekte was niet functioneel, maar zonder twijfel organisch en gemakkelijk te diagnosticeren en de verbetering van alle symptomen, in het bijzonder zijn gang, was duidelijk en niet te ontkennen na systematische oefening onder hypnose. En toch zagen mijn geleerde collega's de kans te zeggen dat dit niet het resultaat kon zijn van suggestie, dat de verbetering net zo goed zonder suggestie zou zijn opgetreden, of indien niet, dat ze zeker niet blijvend zou zijn.

Dit bezwaar, dat de genezing zeker niet blijvend zou zijn, is zeer opmerkelijk, omdat het steeds te berde wordt gebracht tegen deze speciale psychische behandeling en zeer zelden tegen andere geneesmethoden. En toch weet iedere arts, dat het zwakke punt van al zijn geneeswijzen is, dat het resultaat ervan niet blijvend is. Zelfs kinine, dat hooggeprezen panacee tegen malaria, verliest haar kracht bij herhaalde aanvallen.

De werkelijke situatie is deze, dat het lichaam soms in staat is, een algehele overwinning te behalen en de overhand te krijgen over een ziekte en soms slechts een tijdelijke wapenstilstand en dat de arts deze strijd iets kan vergemakkelijken. Geen van zijn medicijnen of geneesmethoden kan de aanvallende kracht rechtstreeks bevechten en verslaan. Zijn taak is het strijdende organisme bij te staan. Dit kan hij doen door gebruik van fysische, psychische of chemische middelen, maar het uiteindelijke resultaat hangt af van de strijdende partijen, het organisme en de ziekte, en niet van zijn geneesmiddelen.

Onze grote moeilijkheid was, dat de bezwaren van onze vijandige collega's suggestief werkten op onze patiënten. Wanneer de huisarts, zoals een van onze patiënten overkwam, hem zegt: 'Wat U ook doet, laat U nooit hypnotiseren!' En bij de opmerking: 'Maar ik zal er toch niet dood aan gaan, dokter!' antwoordt: 'Neen! Maar misschien nog wel erger dan sterven', — dan is het zeker, dat de patiënt, zelfs indien hij de moed heeft deze angstaanjagende voorspelling te trotseren, dit zal doen met zeer angstige voorgevoelens. De dreigende opmerking zal hem niet loslaten en als hij een gevoelige en suggestiebele natuur heeft, zal zij onheil veroorzaken, alleen

al door haar suggestieve kracht. Niet alleen zal hij elk ongunstig symptoom beschouwen als zijnde een gevolg van de behandeling, maar een nerveuze angst, een vreselijke beklemming zal hem voortdurend achtervolgen, en welk nut hij eventueel van onze hulp zou hebben ondervonden, zeker ongedaan maken. Want wij moeten nooit vergeten, dat zeer weinig mensen werkelijk weten, wat ze wel of niet geloven. De vaak gehoorde bewering: 'Het heeft voor mij geen zin, want ik geloof er helemaal niet in' is van zeer weinig waarde. De meest ongelovige mensen, althans volgens hun eigen mening, blijken soms tot hun eigen verwondering en verbazing sterk te beïnvloeden te zijn. En terloopse opmerkingen, gemaakt zonder enige serieuze bedoeling, hebben soms een sterke en blijvende suggestieve invloed. In het bijzonder kinderen met hun tere en gemakkelijk-te-vormen-aard zijn zeer ontvankelijk voor suggestie, en weinig ouders realiseren zich, hoever hun macht kan gaan en hoe gering het middel kan zijn dat deze in werking kan zetten. Het klassieke werk van Binet 'De la suggestibilité'²² zou door elke ouder of leraar, die zijn taak ernstig opvat, bestudeerd moeten worden, evenals door advocaten en rechters.

Om een indruk te geven van de wonderbaarlijke en geheimzinnige ingewikkeldheid van suggestieve verschijnselen zal ik hier een ander experiment van Dr. Debove weergeven, later herhaald door Bernheim. Hij raakte het gezonde oog van een onontwikkelde vrouw aan, terwijl hij zei: 'Nu bent U blind aan dit oog'. Maar de vrouw deed haar ogen wijd open, keek rond en zei: 'Nee! Nee! Ik kan heel goed zien'. Maar toen haar gezichtsvermogen met een eenvoudig apparaat, bekend in de ophthalmologie, werd getest om gesimuleerde blindheid aan een oog te onderzoeken, werd aangetoond dat zij inderdaad volkomen blind was geworden aan dat oog, zonder het zich bewust te zijn. Nu kan niemand veronderstellen, dat een onontwikkelde vrouw door een vrijwillige inspanning van de verbeelding het gezichtsvermogen van een oog kon doen verdwijnen. En toch bewees Bernheim, dat de gesuggereerde blindheid geheel denkbeeldig was. In werkelijkheid was het gezichtsvermogen intact. En toch wist deze vrouw in onbewuste gehoorzaamheid aan het bevel van de suggestie, hoe de rol te spelen van iemand, die aan één oog blind is, zodat de wetenschappelijke onderzoeker, die eraan gewend is, simulatie te ontdekken, er volledig door misleid moest worden.

Om dit ongelofelijke feit te verklaren, moeten wij een splijting van de persoonlijkheid aannemen. De ene is de gewone vrouw, die zich er niet van bewust is, dat er iets is veranderd aan haar gezichtsvermogen — de andere is haar onderbewustzijn, dat gehoorzaam de suggestie aanvaardt en aan één oog blind tracht te worden, en dit zo succesvol doet, dat één oog helemaal niet meer functioneert, hoewel het gezichtsorgaan intact blijft. De vrouw wordt, wat wij technisch 'zielsblind' noemen, aan één oog. Om deze gebeurtenis tot stand te brengen door middel van de wil is een onmogelijkheid. De slimste student zou het niet kunnen en zeker geen onontwikkel-

de vrouw, zonder dat zij erop voorbereid is.

Dit vreemde experiment toont aan dat, om het in een paar woorden te zeggen, het deel van ons wezen dat gehoorzaamt aan suggestie een veel intelligentere en sterkere kracht is dan onze gewone bewuste persoonlijkheid. En bovendien dat onze alledaagse opvattingen van 'verbeelding' en 'simulatie' veel te ruw en eenvoudig zijn om de feiten van de nieuwe psychologie te dekken. En ik ben ervan overtuigd dat, teneinde te bevestigen of te ontkennen wat het effect van suggestie kan zijn, en om tot iets als een verklaring te komen van de wonderbaarlijke genezingen van het lichaam, teweeggebracht door de geest, wij in de allereerste plaats meer moeten weten over de geheime kracht die in staat is te gehoorzamen aan zulke moeilijke bevelen, ongehinderd door het gewone bewustzijn. En dit voorbeeld is er slechts een uit vele, en een van de eenvoudigste. De verschijnselen van gesuggereerde hallucinaties, posthypnotische suggesties en meervoudige persoonlijkheid zijn nog ingewikkelder en verbijsterend geheimzinnig. Het vermaakte mij de ongelovigheid op te merken van sommige wetenschapsmensen tijdens mijn laatste bezoek aan Amerika, toen ik zei dat ik nog geen reden zag het bestaan te ontkennen van een soort fluidum, dat van de handen van de dokter in het lichaam van de patiënt stroomde. De vele vormen van straling in aanmerking genomen zoals die kort geleden zijn ontdekt en nooit eerder vermoed, zou het bestaan van niet slechts één maar wel duizend verschillende onbekende stralingen volkomen aanvaardbaar moeten zijn en zeker heel wat minder wonderbaarlijk, heel wat minder miraculeus of 'mystiek' dan vele onontkenbare feiten aan het licht gebracht door de moderne psychologie.

Ik meen, dat afgezien van de positieve resultaten waarvan wij mogen beweren ze bereikt te hebben door middel van de psychotherapeutische methode — de werkelijke verlichting bij menselijk lijden welke voordien buiten ons bereik lag — er negatieve resultaten zijn in de vorm het elimineren van vergissingen, welke niet minder waardevol zijn.

De macht van de suggestie kennende en de onvoorzichtige of niet conscientieuze manier waarop suggestie vaak wordt toegepast, worden we veel kritischer in onze beoordeling van de waarde van alle andere geneesmethoden. Wij weten nu dat suggestie werkzaam kan zijn niet alleen door een grote bewuste wilsinspanning, maar ook door kleine wenken, stilzwijgend aangeven, verwachting of door een onbewuste wens. Deze wonderbaarlijke onderdanige geheimzinnige kracht, die de vrouw zielsblind maakte aan één oog, is mogelijk altijd aan het werk bij ons allen, waarbij bevelen worden uitgevoerd die soms onwillekeurig gegeven worden, onbewust zowel wat de gever als de ontvanger betreft.

Een zeer suggestibele persoonlijkheid kan echt duidelijke verlichting ervaren, eenvoudigweg omdat die onbewuste kracht gehoorzaamt aan de een of andere verwachting van de dokter, welke verwachting wordt opgevat als een bevel. Een kind kan beter of slech-

ter groeien, niet alleen denkbeeldig maar in werkelijkheid, doordat het onbewust gelooft dat dit plezierig zal zijn voor de dokter of de ouders of wie dan ook met een sterke persoonlijke invloed erop.

Indien professor Koch,²³ toen hij zijn 'tuberculine' de wereld instuurde, op zijn hoede was geweest voor de tastbare resultaten van suggestie zou hij zichzelf een pijnlijk schandaal hebben bespaard, en duizenden zieken een ellendige teleurstelling. En indien de grote massa, zoals wij allen hopen dat het eens zal gebeuren, op school goed opgevoed zou worden in het onderscheiden van de voetangels en klemmen van bedriegelijke suggestie, zou er spoedig een eind komen aan de stroom van patentgeneesmiddelen.

Maar niet alleen de grote massa en de patentgeneesmiddelen wachten op de klaarheid die door de moderne psychologie en de wetenschap der suggestie kan gebracht worden — onze wetenschapsmensen, en ons medische beroep hebben dit eveneens dringend nodig. De medische tijdschriften staan voortdurend vol met verslagen over nieuw ontdekte chemische preparaten, vervaardigd in een van de productieve Duitse chemische fabrieken, en tevergeefs zoeken wij in het verhaal van opmerkelijke resultaten in diverse gevallen, naar de zo essentiële experimentele omstandigheden, die een eventueel suggestief effect uitsluiten. Experimentele omstandigheden die zo gemakkelijk georganiseerd kunnen worden door inplaats van het medicament een of andere neutrale materie te geven zonder dat de patiënt het weet of het nieuwe geneesmiddel toe te dienen in de oude vorm zonder dit te vertellen — en welke desalniettemin bijna altijd verwaarloosd worden, tot schade van zieke en arts.

En hoe een diepgaande kennis van de suggestie en suggestieve methoden de oprechte geneesheer zou helpen in zijn strijd tegen kwakzalvers en kwakzalverij in alle vormen, hoef ik nauwelijks toe te lichten. Zeker is het een betere methode feiten uit te leggen in plaats van ze te ontkennen, indien men het publiek de ogen wil openen en wil inlichten, door hen te tonen hoe de kwakzalverij zijn successen behaalt en ze zelf na te doen, beter dan door spotten en schelden en de ogen af te wenden van wat iedereen zien kan.

Dr. Van Renterghem en ik leidden onze kliniek samen tot 1895 en publiceerden daarover twee verslagen²⁴ met uitgebreide casuïstiek. Na dat jaar voelde ik dat het behandelen van zoveel patiënten iedere dag weer mijn literaire werk waarvan ik voelde dat ik het moest nastreven, dreigde te verdringen. Sociologische vraagstukken trokken meer en meer mijn belangstelling en ik liet de kliniek in Amsterdam²⁵ over aan mijn waarde collega, die speciaal voor dit doel een nieuw gebouw liet optrekken en daarin het werk met onverminderd succes voortzette.

Noten

- 1 Verkroost, dra C. M., Frederik van Eeden en zijn medisch proefschrift (Amsterdam, 1886); *Medisch Contact*, 1976, 31-754-57.
- 2 Delprat, C. C., In memoriam P. K. Pel, *Ned. T. Geneesk.*, 1919, 63-569.
- 3 Wentges, dr. R. Th. R., De psychiater Frederik van Eeden; *Ned. T. Geneesk.*, 1976, 120-927-34.
- 4 Hippolyte Bernheim, professor te Nancy, van huis uit internist; *Des fièvres typhiques en général* (Strasburg, 1868). Hij paste na kennismaking met Liébeault de hypnose in de therapie toe; *De la suggestion dans l'état hypnotique* (Paris, 1884).
- 5 Paul Richer, professor in de anatomie aan L'Ecole nationale des beaux-arts; publicatie: *Anatomie artistique*, Paris (1890).
- 6 Jean-Baptiste Charcot (1825-93), zenuwarts en chef-arts aan de Salpêtrière te Parijs voor zenuwziekten sedert 1882; de leerstoel werd speciaal voor hem gecreëerd.
- 7 Waarschijnlijk hebben we voor ons een rede voor een congres te Londen: Congress for experimental psychology.
- 8 George Maurice Dbove (1845-1920), professor in de interne geneeskunde te Parijs en vriend van Charcot.
- 9 Ambroise Auguste Liébeault (1823-1904), aanvankelijk arts. Promoveerde op *Sur la désarticulation du genou*. Hij voerde veertien jaar lang een praktijk te Pont-Saint-Vincent bij Nancy en wijdde zich intussen aan de hypnose. Later professor voor zenuwziekten te Nancy. *Du sommeil et des états analogues* (Paris, 1866).
- 10 Op verzoek van de redactie van het Tijdschrift voor psychiatrie werd het manuscript uit het Engels vertaald door mej. C. M. Geist, beëdigd vertaler Engels.
- 11 Enkele personen, reeds in de inleiding genoemd, komen ook in het manuscript voor.
- 12 In het manuscript staat St. Andial. Het ziekenhuis heette echter: Hôpital Andral. Het is ca. 1920 afgebroken. Het Andral is wsch. bedoeld: Guillaume Andral (geb. 1769), die tijdens de Franse revolutie als militair chirurg in Parijs werkzaam was. Hij is lid van de familie Andral waaruit zeven generaties lang artsen voortgekomen zijn.
- 13 Stelling VII, zie inleiding.
- 14 sciaticus-ischiadicus (manuscript heeft: sciaticus).
- 15 pleister, samengesteld met poeder van de Spaanse vlieg.
- 16 James Braid (1795-1870), Engels arts, ontdekte de hynose in 1841 door staren naar een punt (A. W. van Renterghem, in zijn artikel Liébeault en zijne school, Amsterdam, 1898).
- 17 F. A. Mesmer (1734-1815), gebruikte de hynose als therapie. De mogelijkheid berustte volgens hem op magnetisme.
- 18 Ernst Haeckel (1834-1919), promoveerde in 1857 tot doctor medicinae. Hij studeerde verder zoölogie in Italië (Napels en Messina). In 1865 werd hij te Jena benoemd tot hoogleraar in de zoölogie en de filosofie. Tijdens zijn professoraat maakte hij grote reizen o.a. naar India. Hij was een van de vroegste aanhangers van Darwin. Op grond van zijn natuurwetenschappelijke studies kwam hij tot de levensbeschouwing van het monisme. Een van de laatste werken uit de reeks van zijn publicaties, *Die Natur als Künstlerin* (Berlijn, 1913).
- 19 Er bestond een controverse tussen Charcot en Liébeault. Charcot achtte meende dat iedereen, ook de gezonde mens, gevoelig was voor hypnose.

- Door deze opvatting zag Liébeault veel meer mogelijkheden voor de toepassing der hypnose in de geneeskunst. *Liébeault en de suggestionistische school*, door A. W. van Renterghem (Goes, 1887).
- 20 *Compendium de médecine dosimétrique ou matière médicale par le Dr. Albert van Renterghem De Goès (Zélande)*.
Ouvrage couronné au Concours de 1885 de l'Institut libre de Médecine dosimétrique de Paris (Paris, 1886).
- 21 A. Burggraave (1806-1902) was van huis uit anatoom, maar zocht en vond i.v.m. de verzorging van de gewonden tijdens de Frans-Duitse oorlog (1870-71) een wijze van toediening van geneesmiddelen. Pinkhof geeft de volgende omschrijving van deze geneeswijze: dosimetrie is een wijze van toediening van geneesmiddelen, berustend op het beginsel, dat men tegelijkertijd slechts één chemisch zuiver geneesmiddel mag toedienen in kleine doses, vaak herhaald, tot de gewenste werking optreedt.
(Dr. H. Pinkhof - Vertalend en verklarend Woordenboek, 5e druk, De Erven F. Bohn, N.V., Haarlem 1963).
- 22 Alfred Binet (1857-1911), Frans psychiater en ontwerper van de intelligentietest Binet-Simon. Het bedoelde werk verscheen in 1900 te Parijs.
- 23 Robert Koch (1843-1910), Duits bacterioloog, ontdekte de tuberkelbacil, de oorzaak van de tuberculose. Als therapie stelde hij de tuberculine samen. Volgens Fr. van Eeden onderschatte Koch de macht van de suggestie.
- 24 Twee rapporten: *I. Compte rendu des résultats obtenu dans la clinique de psychothérapie suggestive à Amsterdam* (Brussel, 1889) en *II. Psychothérapie, communication statistique, observations cliniques nouvelles* (Paris, 1894).
- 25 Van Breestraat 1 te Amsterdam. Eerste steenlegging April 1899; in 1900 kwam het gebouw gereed.