

Bulletin Logotherapie en Existentiële Analyse

Jaargang 8, nr.4

December 1998

Colofon

Het Bulletin is een uitgave van de
Stichting Nederlands Instituut voor Logotherapie
en Existentiële Analyse

Eindredactie Bulletin: drs.P. Hoekstra

Redactie-adres:

Molenweg 19, 3171 CM Poortugaal

E-mail: hoekstra.p@worldonline.nl

Abonnementen: opgave bij het redactie-adres, per jaargang is hiervoor f 25,- verschuldigd. Abonnementen lopen per kalenderjaar. Een proefnummer is kosteloos. Bij opgave ontvangt u het eerstvolgende nummer en voldoet u de overige nummers x f 6,25.

Deze verplichting geldt niet onze donateurs.

Abonnementskosten kunt u overmaken op:

ABN/AMRO 46.93.15.652 t.n.v.Stichting NILEA
onder vermelding van: 'Bulletin'

Doel Bulletin: Een platform zijn voor hen die werkzaam zijn in de hulpverlening (geestelijke gezondheidszorg en aanverwante beroepen), of zich daarop voorbereiden, en die willen uitgaan van een positieve antropologie, zoals deze door Viktor E. Frankl en anderen is ontwikkeld en gevalideerd. Een integratieve benadering staat daarin centraal.

Secretariaat Stichting Nederlands Instituut voor
Logotherapie en Existentiële Analyse
Brinkhovenlaan 16, 9765 BK Paterswolde

Voorzitter: drs.H. Sanders

Moddermanlaan 5, 9721 GK Groningen

050 - 52 62 058

E-mail: h.sanders@pl.hanze.nl

Vaktechnische leiding opleiding

dr.W.J. Maas, Boddemate 1, 8014 JJ Zwolle

038 - 46 06 147

E-mail: willem.maas@btinternet.com

Beroepsvereniging NVLEA

Voorzitter: drs.R.G.D. Carton

Bataviastraat 39G, 1095 EM Amsterdam

020 - 69 34 075

Secretaris: ir.C. de Jong

Veldkantweg 66, 6961 HH Eerbeek

Het Bulletin wordt gedrukt bij: Offset-drukkerij

Delta Psychiatrisch Ziekenhuis, Poortugaal

Redactioneel

Ons *Bulletin* is een blad zonder winstoogmerk, althans voor zover het de financiën betreft. De winst vinden wij in de eerste plaats in het verder uitwerken van de doelstellingen van Instituut en *Bulletin*. Het verheugt ons daarom u te kunnen meedelen dat het ons mogelijk is de kostprijs van ons *Bulletin* behoorlijk te beperken. Gunstige afspraken met PTT en drukker zijn hier de reden toe. U als lezer merkt dat meteen in de abonnementsprijs. Wij gaan er van uit dat we deze prijs voorlopig kunnen handhaven.

Natuurlijk gaat het niemand om het ene tientje in het jaar. Het blad is lezenswaardig of is het niet. Zo niet dan is ook f 25,- al gauw teveel.

Een andere optie, die we hebben overdacht is te kiezen voor een andere kwaliteit papier, fraaier layout en (steun)kleuren. Wij menen echter daarmee een onjuiste keuze te maken. Dergelijke poststukken worden al voldoende bezorgd. Het *Bulletin* wil verder werken aan *inhoudelijke* kwaliteit.

Wij hopen onze lezerskring en schrijverskring met deze doelstellingen verder te kunnen vergroten.

English please!

In England our *Bulletin* has been introduced already. The problem for most native english-speaking people however is they don't read dutch, neither german. As a service to our english subscribers we will try to serve them with at least one article in english. At least until there is forum enough for a completely english version.

Ik hoop dat u veel genoeg beleeft aan dit nieuwe nummer van het *Bulletin* tussen de post van Kerst en Oud- en Nieuw. Goede feestdagen met Kerst of Channoekah.

Pieter Hoekstra

DE BIJNA-DOODERVARING EN DE DIMENSIE VAN HET WEZENLIJK MENSELIJKE

Amber de Rooij

Amber de Rooij (gezondheidspsychologe) is in 1998 afgestudeerd op het thema 'Een Bijna-doodervaring en Zelfherstel: toename in de kwaliteit van leven als gevolg van een bijna-doodervaring geplaatst binnen de context van een levensbedreigende ziekte' bij prof.dr. P.G. Heymans (levensloopsycholoog), verbonden aan de vakgroep Ontwikkelingspsychologie van Rijksuniversiteit Utrecht. Zij is werkzaam bij het Algemeen Maatschappelijk Werk van Stichting Opmaat te Albrandswaard en Heerjansdam.

Inleiding

Bijna iedereen heeft wel eens gehoord van de bijna-doodervaring (BDE), dat wil zeggen een bijzondere bewustzijnstoestand, welke onder meer kan optreden tijdens een situatie van klinisch dood zijn. Uitlokkers van deze ervaring zijn onder meer complicaties ten gevolge van een levensbedreigende ziekte of een ernstig ongeluk, maar ook bijvoorbeeld een bevalling kan tot een bijna-doodervaring leiden.

Eigenlijk is de term 'bijna-doodervaring' een wat ongelukkige benaming voor dit fenomeen. Dit heeft te maken met het feit dat een dergelijke ervaring in de westerse wereld met name optreedt onder levensbedreigende omstandigheden. In bijvoorbeeld Oosterse religies, maar ook in de Joodse mystiek (Kaballah), wordt van dergelijke bewustzijnstoestanden uitgebreid verslag gedaan. Middels bijvoorbeeld ademhalingsoefeningen, meditatie, maar ook door het aanwenden van de 'hogere wilskracht' is men eveneens in staat om een andere c.q. 'hogere' bewustzijnstoestand te bereiken. Met andere woorden, men hoeft niet 'bijna-dood' te zijn om een hoger bewustzijn te ervaren.

Om echter begripsverwarring te voorkomen wordt hieronder met de bijna-doodervaring dié situatie bedoeld waarbij sprake is van 'klinisch dood' zijn.

Allereerst worden de verschijnselen welke met de bijna-doodervaring gepaard gaan besproken. Vervolgens worden de gevolgen behandeld. Daarna worden diverse verklaringen beschouwd. Tenslotte wordt in de conclusie gekeken in hoeverre de bijna-doodervaring onderbouwing verschaft voor de dimensie van het 'wezenlijk menselijke'. Met andere woorden in hoeverre er mogelijk sprake is van een 'hoger' of 'dieper' Zelf; een innerlijke kern die onafhankelijk bestaat van het psychofysicum. Om met Elisabeth Lukas (1992) te spreken: *'een persoonlijk Ik dat niet enkel door erfelijkheid en invloeden uit de buitenwereld wordt gevormd, maar een derde dimensie belichaamt, namelijk die instantie die op haar beurt naar eigen keuze haar houding bepaalt ten opzichte van erfgoed en cultuurinvloeden vanuit de omgeving,*

die aan die invloeden toegeeft of ze weerstaat, die ze laat verkommeren of er creatief vorm aan geeft. Een instantie die een heel bijzondere macht tot beslissen bezit, namelijk de macht om te beslissen wat de desbetreffende mens van zichzelf maakt'.

De verschijnselen bij de bijna-doodervaring

De bijna-doodervaring is een verschijnsel waarvan al eeuwenlang verslag wordt gedaan door mensen uit allerlei culturen. Opmerkelijk is het feit dat er onder de ervarers sprake is van 'intersubjectieve consensus' ten aanzien van de ervaring. Veelal wordt respectievelijk melding gemaakt van het ervaren van een (voorheen) ongekend gevoel van vrede, het loskomen van het lichaam, het gevoel 'dood' te zijn, het 'reizen' door een tunnel, het zien van een stralend licht, het 'binnengaan' van een andere wereld waar men ontmoetingen heeft met bijvoorbeeld overleden familieleden, het ervaren van een 'levensoverzicht' en het besluit om weer terug te keren tot het leven. Er zijn sterke aanwijzingen dat het bij de BDE om een proces gaat, waarbij bovengenoemde elementen in een vaste volgorde lijken op te treden. Sommige mensen maken bijvoorbeeld alleen een gevoel van diepe vrede mee, terwijl anderen meer elementen ervaren. In alle gevallen spreekt men echter van een bijna-doodervaring.

Een van de oudste BDE's wordt beschreven door Plato in 'de Republiek'. In de 'mythe van Er' wordt verhaald over de soldaat Er, wiens lijk tien dagen naast zijn kameraden lag weg te teren. Toen er uiteindelijk hulp kwam, stonden veel mensen voor een raadsel want het lijk van Er was niet verrot zoals dat van zijn kameraden. Toen Er op de lijkstapel geplaatst werd, kwam hij weer tot leven. stond op en vertelde iedereen wat hij geleerd had toen hij aan de 'andere kant' was. Hij begon mensen te onderwijzen in spirituele waarheden die hem waren geopenbaard en leerde hen hoe ze vollediger en bevredigender konden leven. In Tibet kent men het verschijnsel van de délok, hetgeen letterlijk betekent 'teruggekeerd van de dood'. Déloks zijn mensen die schijnbaar sterven als gevolg van ziekte en dan merken dat ze in de 'bardo' (staat tussen dood en wedergeboorte) reizen. Uiteindelijk worden de déloks naar het lichaam teruggestuurd met een boodschap van de Heer des Doods voor de levenden, waarin hij hen aanspoort tot spirituele beoefening en een heilzame manier van leven.

Ook in de kunst en de literatuur treft men verwijzingen naar elementen van de BDE aan. Een voorbeeld is het levensgedicht 'La Divina Commedia' van Dante Alighieri, waarin de ik-figuur geleid door respectievelijk Vergilius (de menselijke rede) en Beatrice (de intuïtie), een mystieke reis maakt door het hierna-maals. In de Inferno, de hel, ontmoet hij 'kettinggangers' die door hun begeerten geketend blijven aan de lagere rijken. Op de Purgatorio, de louteringsberg, leert de mens ondervinding om te zetten in begrip, inzicht en wijsheid en in de Paradiso, de

hemel, komt men tenslotte tot de visio Dei, het aanschouwen van God. Een ander voorbeeld is 'Een kerstlied in proza' van Charles Dickens, waarbij de gierige, cynische weduwnaar Scrooge door een soort BDE verandert in een 'zo'n goede vriend, zo'n goede leermeester en zo'n goede man als de stad maar kende'.

Samengevat: De bijna-doodervaring is een fenomeen dat al eeuwenlang bekend is bij mensen uit verschillende culturen. In bijvoorbeeld Tibet wordt deze ervaring algemeen beschouwd als een wijze om tot een hoger bewustzijn te geraken.

De gevolgen van de bijna-doodervaring

Ook tegenwoordig heeft de bijna-doodervaring een grote impact op de betrokkenen. BDE-ers ervaren significant minder angst voor de dood vergeleken met mensen die een dergelijke ervaring niet hebben meegemaakt. Tevens ontwikkelen ze vaak een andere visie op het leven. Met name het 'levensoverzicht' leidt tot bestaansverheldering; dat wil zeggen tot bewustwording van de zin van het bestaan in het algemeen en het eigen bestaan in het bijzonder. Bij een levensoverzicht overzien mensen hun gehele levensloop tot heden toe en wordt men zich onder meer bewust van de effecten van het eigen handelen op anderen. Met andere woorden, er lijkt hier sprake te zijn van een 'bewustwordingsmoment' ten aanzien van de eigen levenshouding.

Voorts ervaren mensen na een BDE minder kwetsbaar te zijn, zich sterker te voelen.

Kortom, door de BDE lijkt de betrokkene (weer) meer in contact te komen met de eigen 'kern' en ten gevolge daarvan meer richting te ervaren met betrekking tot het eigen bestaan, waardoor de kwaliteit van leven uiteindelijk sterk kan toenemen. Opvallend is het feit dat de ervarder door de BDE zich (in relatief zeer korte tijd) veelal bewust wordt van een noodzakelijke koerscorrectie, alsof men met een 'innerlijk kompas' geconfronteerd wordt, waarmee men vaak voorheen het contact verloren was, wat kan resulteren in een massieve persoonlijkheids- en attitudeverandering.

De BDE blijkt vaak te leiden tot een groter gevoel van religiositeit; men wordt doorgaans toleranter ten aanzien van anders denkenden. Men wordt zich er van bewust dat er meer wegen zijn die naar God leiden.

Opmerkelijk is het feit dat veel BDE-ers na de ervaring een paranormale begaafdheid ontwikkelen, zoals het zien van aura's, of het meemaken van 'uittredingen', telepathie en het vermogen om anderen te genezen (magnetiseren). Dit zou het gevolg kunnen zijn van het feit dat er door de BDE bepaalde delen van de hersenen worden geactiveerd welke voorheen sluimerden.

Hoewel het bovenstaande allemaal heel positief klinkt kunnen zich ook persoonlijke problemen voordoen ten gevolge van de BDE. Mensen hebben vaak moeite met het plaatsen van de ervaring, durven er

ook niet altijd over te praten met anderen uit angst voor gek te worden versleten. Anderzijds ontstaan er nogal eens problemen met de omgeving doordat mensen een grotere autonomie dan voorheen ontwikkelen. Het zich bewust worden van de noodzakelijkheid van een koerscorrectie ten aanzien van de eigen levensloop, kan soms betekenen dat men verandert van werkring of scheidt van de levenspartner omdat men zich in de huidige relatie niet (meer) kan ontwikkelen.

Tenslotte voelen BDE-ers zich vaak meer verantwoordelijk dan voorheen voor hun eigen (lichamelijke) gezondheid. Dit komt bijvoorbeeld tot uitdrukking in gezonder gedrag zoals minder drugsgebruik, een meer verantwoord voedingspatroon en het nemen van meer lichaamsbeweging. Voorts kunnen er veranderingen optreden ten aanzien van de ervaren levensenergie. Veel BDE-ers maken melding van het ervaren van een sterk regeneratievermogen na hun BDE, wat artsen soms versteld doet staan. Enkele andere veranderingen die gemeld worden zijn een ongewone gevoeligheid voor licht en geluid, een veranderd lichaamsritme, een lagere bloeddruk, een versnelde stofwisseling en andere voedingsbehoeften (bijvoorbeeld geen behoefte meer aan vlees, maar een voorkeur voor groenten en granen).

Samengevat: De BDE heeft voor de betrokkenen zeer ingrijpende gevolgen. Er is in veel gevallen sprake van een veranderde levenshouding, waarbij zingeving ten aanzien van het (eigen) bestaan centraal staat. Ook wordt men zich meer bewust van de eigen verantwoordelijkheden, zowel naar anderen toe als naar zichzelf. Opvallend is ook het feit dat mensen zich na hun BDE sterker voelen en minder neurotische klachten ervaren. Mogelijk is dit het gevolg van het op gang komen van een 'stroom van innerlijke zinsvervulling', waardoor de kwaliteit van het leven sterk toeneemt. In plaats van de wil-tot-lust (Freud) of de wil-tot-macht (Adler) staat nu de wil-tot-betekenis (Frankl) centraal.

Verklaringen van de bijna-doodervaring

Voor het optreden van de BDE worden verschillende verklaringen geopperd, welke onderverdeeld kunnen worden in psychologische, fysiologische, neurologische, farmacologische en spirituele/parapsychologische verklaringen. De ene verklaring hoeft niet noodzakelijkerwijs de andere verklaring uit te sluiten; zo is het bijvoorbeeld in de yoga-filosofie heel gebruikelijk dat biologisch reductionistische theorieën naast spirituele theorieën beschouwd worden. Met andere woorden dat de toestand van de geest weerspiegeld wordt op het niveau van het lichaam.

In elk geval lijkt het 'afgesloten' worden van het zintuiglijk bewustzijn een *conditio sine qua non* te zijn voor het optreden van de bijna-doodervaring. Opvallend is het feit dat 'het zwijgen der zinnen' ook een centrale rol speelt bij bijvoorbeeld inwijdingen zoals deze plaats vonden in de oude mysteriescholen.

Ook nu nog wordt bijvoorbeeld in de Oosterse religies geleerd de begeerten der zinnen te beheersen. Ook in onze Westerse religie wordt dit feit benadrukt; kloosterlingen met hun celibataire leven zijn daar een duidelijk voorbeeld van.

Voor wat betreft de psychologische verklaringen blijkt er bij BDE-ers sprake te zijn van een verhoogde inwaartse aandacht, een hogere frequentie van eerdere mystieke en paranormale ervaringen, een grotere gevoeligheid voor 'andere werkelijkheden' en een hogere incidentie aan misbruik en jeugdtrauma's. Het is niet ondenkbaar dat misbruik en jeugdtrauma's tot gevolg hebben dat betrokkenen om te kunnen 'overleven' geleerd hebben om zich meer dan de gemiddelde mens af te sluiten voor zintuiglijke gewaarwordingen, waardoor een inwaartse aandacht gefaciliteerd wordt, wat een grotere kans kan bieden op mystieke en paranormale ervaringen en een grotere gevoeligheid voor 'andere werkelijkheden'. Zoals eerder beschreven werd, doen geestelijken en mystici dit bewust teneinde het optreden van spirituele ervaringen te bevorderen.

Fysiologische verklaringen die nogal eens geopperd worden betreffen onder meer een verhoogd kooldioxide gehalte van het bloed of een verlaagd zuurstofgehalte van het bloed. Ook wordt de prikkeling van de slaapkwab wel als verklaring opgevoerd. Deze verklaringen doen evenwel het BDE-fenomeen niet volledig recht. Een recente verklaring is de Ketaminehypothese van Kungurtsev (1996). Ketamine is een dissociatieve drug die onder meer toegepast wordt bij de behandeling van neurosen (!). Met behulp van Ketamine kan de BDE kunstmatig worden opgewekt. De arts Melvin Morse (1990) noemt met name de rechter slaapkwab in relatie tot de BDE. Dit gebied van de hersenen is er volgens hem verantwoordelijk voor dat we ons kunnen bedienen van een ingewikkelde taal, dat we beschikken over zelfbewustzijn, dat we dingen op lange termijn kunnen plannen en kunnen dagdromen en hele subtiele gedachten kunnen hebben. Penfield, de vader van de moderne neuro-wetenschap, (in Morse, 1996) noemt dit gebied 'de mens binnen de mens'. De bijna-doodervaring lijkt het gebied van het 'wezenlijk menselijke' te activeren. In aansluiting op Kungurtsev heeft Kubie (in Morse, 1990) bevonden dat er een verband bestaat tussen neurotisch gedrag en abnormale elektrische stromen in de hersenen. Volgens Kubie wordt dit gedrag veroorzaakt door verdronken geheugen dat gesloten circuits van zenuwknopen heeft gevormd. Deze circuits veroorzaken zenuw-energie, die het ontstaan van neurosen tot gevolg heeft. Morse is van mening dat deze 'electrische energie', welke vrijkomt bij de BDE, deze gesloten circuits 'uitwist'. Deze theorie van Morse sluit opmerkelijk goed aan bij de theorie van Kungurtsev.

Verschijselen welke op de BDE gelijken kunnen eveneens optreden bij verscheidene psycho-fysiologische technieken, bijvoorbeeld het toepassen van

ademhalingstechnieken.

Een onderliggende verklaring hiervoor is de moderne kundalini-hypothese van Gopi Krishna. Een hypothese die een zinvolle aanvulling vormt op de Westers Ketaminehypothese. De term kundalini is met name afkomstig uit India. Er bestaan volgens Stanislav Grof (1990) echter parallellen met onder meer de christelijke mystiek, het soefisme, de taoïstische yoga, het Koreaanse zen-boeddhisme, de Noord Amerikaanse Hopi-Indianen, de Kung bosjesmannen, het Tibetaanse Vajrayana en de Vrijmetselarij. Ook in de Joodse mystiek komen we dit energetische principe tegen onder de naam Shekinah. Het betreft een (in het westen nog onherkende) energie die normaal 'slapend' is en 'gelokaliseerd' is aan de onderkant van de ruggengraat. Deze energie blijft sluimeren totdat zij bijvoorbeeld wordt 'gewekt' door bijvoorbeeld het beoefenen van yoga of meditatie. Echter, ook het leven vanuit de 'hogere wilskracht' kan deze energie waarschijnlijk opwekken. Levinas verwoordt het als volgt: 'Verantwoordelijkheid is het milieu waarin het Goddelijke geboren kan worden'. In tal van religies staat het leven vanuit deze hogere wilskracht centraal. Het aanwenden van deze hogere wilskracht is als het ware een 'veilige' weg in tegenstelling tot soms zeer gevaarlijke technieken die gebruikt worden om dit mechanisme te doen ontwaken. Omdat deze energie ondermeer kan ontwaken als iemand in levensgevaar is proberen sommige yogi's deze toestand te bereiken door op de rand van de dood te balanceren.

De Canadese arts Yvonne Kason (1994) die zelf een BDE heeft meegemaakt en dit verschijnsel in samenhang met andere spirituele ervaringen heeft bestudeerd beschrijft het als volgt. Als bovengenoemde kracht 'ontwaakt' worden zeven energiecentra, gelegen langs de lichaamsas gestimuleerd, waardoor een hoger bewustzijn gerealiseerd wordt. Bij de bijna-doodervaring stijgt deze energie als eerste op naar de hartchakra, wat als een gevoel van (ongekende) vrede ervaren wordt. Men noemt dit wel een partiële kundaliniontwerken. Als de BDE zich voortzet, stijgt de kundalini verder naar boven in het lichaam. Als de kundalini het 'derde oog' of het zesde chakra bereikt, ontstaat een psychisch ontwaken en is een uittrading het resultaat. Laatstgenoemde ervaring treedt vrijwel altijd op nadat het gevoel van vrede bij een BDE begint. Als de BDE zich voortzet, stijgt de kundalini zelfs nog hoger, en bereikt de kruinchakra. Op dat moment ondergaat de betrokkene een mystieke ervaring en ervaart een éénwording met het licht.

Deze eenwording met het licht wordt in het Christendom uitgebeeld door een aureool om het hoofd van heiligen. In het Oosten wordt dit ontwaken uitgebeeld door de Duizendbladige Lotus rondom het hoofd van Boeddha.

Conclusie

De bijna-doodervaring lijkt een van de ervaringen te

zijn die de betrokkene in contact brengen met de dimensie van het wezenlijk menselijke; in termen van Frankl: de geestelijke persoon. Naast neurofysiologische veranderingen is er bij degenen die een BDE hebben meegemaakt veelal sprake van veranderingen in het existentiële psycho-semantische veld ofwel een veranderde betekenisgeving ten aanzien van de zin van het (eigen) bestaan. Het lijkt erop dat er sprake is van een parallelproces, dat wil zeggen dat de veranderingen in het existentieel-psychosemantische veld gerepresenteerd worden op het niveau van het brein. Zoals u ziet worden hier twee niveaus verondersteld met elk hun eigen validiteit (Crumbaugh, 1997). Interessant is natuurlijk de vraag wat er eerder was: de neuro-fysiologische veranderingen of de veranderde betekenisgeving. Volgens de wetenschappelijke literatuur (Kungurtsev) bewerkstelligen neuro-fysiologische veranderingen een veranderde betekenisgeving. Echter, ook het omgekeerde is waar: het aanwenden van de hogere wilskracht leidt volgens de grote wereldleraren tot een grotere mate van welzijn, wat gerepresenteerd wordt op het niveau van onder meer het brein, bijvoorbeeld door veranderde hersengolven bij meditatie. Uit wetenschappelijk onderzoek (Antonovsky; 1987; Zika & Chamberlain LeShan, 1994) is gebleken dat het in contact komen met de eigen innerlijke kern, ofwel de dimensie van het wezenlijk menselijke waar deze hogere wilskracht onlosmakelijk mee verbonden lijkt te zijn, kan leiden tot een grotere mate van psychisch en lichamelijk welzijn.

Een centraal begrip bij de bijna-doodervaring (als een van de mogelijkheden om met deze innerlijke kern in contact te komen) is zoals hierboven beschreven is, de veranderde betekenisgeving. Daarbinnen neemt het begrip 'verantwoordelijkheid' een centrale plaats in bij BDE-ers, vooral als gevolg van het levensoverzicht dat men heeft ervaren. De betrokkene realiseert zich dat een stellingname ten aanzien van het leven noodzakelijk is. De BDE kan dan ook gekenschetst worden als een ervaringsmoment waarin men zich bewust wordt van de gevolgen van het eigen handelen en er de noodzaak van inziet om vanuit de 'hogere wil' te leven. Hierdoor kunnen neurotische klachten sterk afnemen of verdwijnen. Door de bijna-doodervaring wordt als het ware het existentiële vacuüm opgevuld. Een treffend voorbeeld hiervan is dat mensen die een BDE ervaren tengevolge van een suïcidepoging door een BDE een zodanige levenszin ervaren dat ze deze poging niet herhalen.

Kortom, de BDE kan gekenschetst worden als een specifieke 'levensinsnijdende gebeurtenis' waardoor de mens tot het besef kan komen van de mogelijkheden die hij of zij ter beschikking heeft om de eigen existentie te creëren. M.a.w. dat het bestaan de mens niet ketent aan een bepaalde rol, maar dat de mens de vrijheid heeft om keuzes te maken. Door te kiezen en de daaruit voortvloeiende verantwoordelijkheden op zich te nemen verheft de mens

zijn leven tot (en creëert hierdoor) een eigen 'bestaan'.

Juist in de 'gebrokenheid van het bestaan', bijvoorbeeld door het geconfronteerd worden met een bijna-doodervaring of een (ernstige) ziekte blijken vaak (voorheen) ongekende bronnen in de mens aangeboord te (kunnen) worden. Daarom lijkt met name onderzoek op dit gebied (bewustwording in het licht van de gebrokenheid van het bestaan) van belang, teneinde evidentie te verschaffen voor het bestaan van een 'onaantastbare kern' in de mens. Het in contact komen met deze kern lijkt gerelateerd te zijn aan het 'ontwaken' van 'hogere' mogelijkheden ten aanzien van de menselijke ontwikkeling.

Juist door het 'wedervaren', hetgeen het leven nu eenmaal onvermijdelijk is in het leven, kan de mens zichzelf verwerklijken, omdat dit 'wedervaren' de mens bewust maakt van de noodzaak het leven vanuit een ander gezichtspunt te beschouwen (Kegan, 1996). Volgens Kegan wordt de ontwikkeling van betekenisgeving voortgedreven door de eisen die het leven stelt aan het individu.

Accommoderen in plaats van te assimileren en aldus vanuit een hoger niveau van betekenisgeving te functioneren dan voorheen, komt de psychologische en mogelijk ook de fysiologische gezondheid ten goede. Uit de literatuur (Antonovsky, 1987) blijkt dat een levenshouding waarbij men zin toe kent aan moeilijke levenssituaties onder meer tot gevolg heeft dat men minder 'negatieve' stress ervaart. Situaties worden eerder als 'uitdaging' en leermoment geïnterpreteerd dan als een bedreiging waar men het slachtoffer van kan worden. Door dit besef kan een gevoel van innerlijke vrijheid doorbreken, waardoor de kwaliteit van leven van de betrokkene in belangrijke mate kan toenemen.

Literatuur

- * Antonovsky, A. (1987). Unraveling the Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well. San Fransisco: Jossey-Bass Limited.
- * Crumbaugh, J.C. (1997). A contribution of Frankl's Logotherapy to the Interpretation of Near-Death Experiences. Journal of Near-Death Studies, 15(3) Spring 1997. p. 155-161. Human Sciences Press, Inc.
- * Grof, S. (1990). Op de drempel van het leven (herbeleving van de geboorte als weg naar geestelijke groei). Utrecht: Kosmos.
- * Kason, Y. (1994). Near-Death Experiences and Kundalini Awakening: Exploring the link. Journal of Near-Death Studies, 12(3) Spring 1997. p. 143-157. Human Sciences Press, Inc.
- * Kegan, R. (1996). In over our heads. The mental Demands of modern life. USA: Harvard University - Press. Cambridge, Massachusetts. London, England.
- * Kungurtsev, I.V. (1996). Death-rebirth psychotherapy of neuroses with Ketamine administration. Research Associate, Bekhterev Psychoneurological

Research Institute. St Peterburg. Russia. Internet 1996.

- * LeShan, L. (1990). Een kans op herstel. Vert. Y. Nanninga) Nijkerk: Uitgeverij Intro. (Cancer as a turning point. A handbook for people with cancer, their families and health professionals. New York: Penguin Books 1989).
- * Lukas, E. (1992). Heling door het vinden van zin. Grondgedachten uit de logotherapie. In D. Debats: Psychotherapie en zingeving: een spectrum van visies (pp 11-31). Cothen: Servire.
- * Mahrer, A.R. (1996). The Existential Megabomb Is Still Ticking. In: Contemporary Psychology Vol, 41. No. 9.
- * Morse, M. (1990). Veranderd door het licht. (Vert. D. van Ouwerkerk) Rijswijk: Elmar B.V. (Transformed by the Light, New York: Villard Books 1990).
- * Zika, S. & Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. British Journal of psychology. p. 133-145.

Summary

Near-Death Experiences seems to be one of the experiences which brings the involved person in contact with the dimension of the essential human; Frankl calls it 'NOUS' (the spiritual person). Besides neuro-physiological changes there often are changes in the existential psycho-semantic field, this means a change in attitude towards meaning in one's own existence. There seems to be a parallel-proces, this means that the changes in the existential-psychosemantic field are represented on the level of the brain. As you see there are assumed two levels with their own validity (Crumbaugh, 1997). Interesting, is the question which was first: the neuro-fysiological change(s) or the altered attitude of giving meaning. Kungurteev postulates neuro-fysiological changes accomplish a changed attitude towards meaning. However, the opposite is true too: the use of a higher will-power leads to a higher measure of well-being, according to the sages, this is represented on the level of e.g. the brain, for instance through changed brain-waves in meditation. In scientific research (Antonovsky, 1987; Zika & Chamberlain Le-Shan, 1994) has been proven that the contact with one's own inner core, or the dimension of the essential human can lead to a greater psychic and physical well-being.

Essential in Near-Death Experiences is the changed attitude towards the personal system of meaning. Within this the idea of 'responsibility'; is a central one, especially as a live-survey which one has experienced. The person realizes that taking position with regard to life is a necessity. By experiencing a Near-Death Experience the existential vacuum often is filled. Sometimes it ends neurotic problems or after an attempt for suicide people experience a new meaning in life so they never do such an attempt again.

Near-Death Experiences can be characterized a

specific 'happening of vital interest', in which a person can experience the possibilities one has at hand to create one's own existence. Man is free to make one's choices in life. Exactly in the experience of a broken existence, appear sources yet unknown being opened up. (PH)

DER WIENER MODERNE JODEN IN WENEN ROND 1900 EEN CULTUUR VAN CONTRASTEN EEN AVOND BIJ BEER-HOFMANN

Aan twee lange gedekte tafels worden vijftig prominente gasten verwacht. De gastheer is de Weense jurist Richard Beer-Hofmann en gastvrouw zijn vrouw Paula. Dochter Mirjam hield de denkbeeldige gastenlijst voor deze avond bij. Net als het gastgezin zijn de gasten Joodse inwoners van Wenen.

Onder de gasten van de familie Beer-Hofmann bevinden zich musici, dichters, journalisten, acteurs, filosofen, kunstenaars, kunstcritici en wetenschappers van allerlei soort. Politiek ging het bergafwaarts in het Oostenrijk van rond de eeuwwisseling. In 1873 vond er een beurskrach plaats en in 1895 werd de antisemitische christelijk-sociale Karl Lueger burgemeester van Wenen, waar 9% van de inwoners Joods was. Een politieke of ambtelijke carrière was voor Joden rond de eeuwwisseling uitgesloten. Met de 'Anschluss' in 1938 was het Joodse culturele leven in Wenen zo goed als voorbij.

Dit is het milieu waar de psychoanalyse en psychotherapie ontstond. Harry Stroeken geeft in zijn boekje 'Freud en zijn patiënten' dit aan: "(... of de psychoanalyse alleen maar kon worden uitgevonden in het losgeslagen Wenen van rond de eeuwwisseling. Het Weense klimaat speelde inderdaad een rol: niet de verwilderde seksuele zeden, maar het feit dat de mensen zich gingen afvragen wat echt en wat onecht was in het politieke en culturele bestel. Het Wenen van Freud was ook het Wenen van Wittgenstein (Schorske 1980; Janik en Toulmin 1976). Stefan Zweig karakteriseert die periode als volgt: 'Het was de gouden tijd van de zekerheid...'" (p.17-18). Dit is de wereld waar de drie Weense scholen van Freud, Adler en Frankl zijn ontstaan.

Genode gasten zijn componisten als Richard Strauss, Gustav Mahler, Gustav Mahler en Arnold Schönberg, journalisten als Arthur Schnitzler, Hugo von Hofmannsthal, Karl Kraus en Felix Salten (Bambi), kunstcritici als Bertha Zuckerkandl en Ludwig Hevesi en wetenschappers als Emil Zuckerkandl en Sigmund Freud. Net als de literaire kring *Jung Wien* was het Mittwochsgesellschaft rondom Sigmund Freud bijna uitsluitend een Joodse aangelegenheid.

Steven Beller, Brits historicus met een Amerikaans-Joodse vader en een Weense moeder schreef er negen jaar geleden een boek over, dat nu vertaald is in het Nederlands 'Wenen en de Joden 1867-1938' (Meulenhoff, Amsterdam). Beller komt tot de con-

clusie dat 'Ze in Wenen niet eens beseffen wat ze missen' nu er geen Joodse participatie van enige omvang in het Weense culturele leven meer is. Eén groot verschil signaleert Beller als hét grondliggende onderscheid. En dat is de houding in de discussie 'Oostenrijkers houden van de harmonie en niet van het debat' na '38 is het rustig geworden 'de snoek is uit de karpervijver verdwenen'. En of dat zo blijft? 'Laatst woonde ik een showavond bij van typisch Weense levensliederen en hoewel een Oostenrijker zich daar nooit bedreigd kon voelen, merkte ik dat al die liederen door joodse mensen gecomponeerd waren. Als je dat ontkent, ontken je een deel van je eigen identiteit. En sinds Freud weten we dat je zoiets niet ongestraft tot in lengte van dagen vol kunt houden.'

Joods Historisch Museum Amsterdam, t/m 17 januari 1999, dagelijks van 11-17 uur. PH

VRIJHEID

'Vrijheid is een menselijk, een van de menselijke verschijnselen - tegelijk is die vrijheid ook maar al te menselijk. De menselijke vrijheid is eindige vrijheid. De mens is weliswaar niet vrij van zijn bepalingen, maar het staat de mens vrij om er stelling in te nemen. De bepalingen bestemmen de mens niet zomaar zonder meer. Want uiteindelijk is het de mens zelf die uitmaakt of hij ofwel toegeeft aan wat hem bepaalt dan wel dat hij zich aan zijn bepaaldheid onderwerpt. Er is namelijk dat kleine beetje speelruimte, waarin die mens zijn bepaaldheid te boven kan komen, die dimensie waarin de mens eerst mens wordt...' Woorden van Viktor Frankl, gericht aan wie het maar lezen wil. Ook aan mij, zoals ik vandaag achter mijn computer zit om dit stukje voor het laatste Bulletin voor 1998 te schrijven.

Ik ben bijna klaar met de eerste versie van mijn vertaalwerk; ik werk aan een Engelse vertaling van de metaklinische voordrachten van Frankl, zoals hij die in 1949 gaf aan de universiteit van Wenen. Het zijn maar 119 bladzijden, het heeft me behalve al jaren met lezen en studeren, nu weer ruim vier maanden bezig gehouden; elke dag vele aangename en inspannende uren.

Terwijl de dagen en uren van maanden met wachten vervliegen, werk ik stug door waaraan ik begonnen ben. Vijftig jaar na dato komt dit document ergens volgend jaar beschikbaar voor het Engelstalige publiek. Althans, voor zover het aan mij ligt. Dan - althans dat denk ik - kan er eindelijk ook serieus gepraat worden over wat Frankl feitelijk voor de psychotherapie betekent. Waarom doe ik dat terwijl de maanden met wachten verstrijken? Waarop wachtte ik dan? Ik wachtte op het project dat zou starten en waarvoor ik hier ben gekomen. Alsof je in een ouderwets ontwikkelingsland zit te wachten tot de kudde olifanten en de dragers gearriveerd zijn om je naar Pakistan of Tibet te brengen - maar, er gebeurt niets. Zo nu en dan gaat de telefoon, meestal

vanuit Nederland, maar soms ook belt iemand uit de buurt me op. Ik sta namelijk op een lijst - de nationale lijst van psychotherapeuten in Engeland. Dan kan het gebeuren dat iemand belt - en dan heb je van die gesprekken waar je nog lang over nadent.

Want je zegt tegen die mensen: 'Ja, sorry, ik kan u niet aannemen - nee, niet dat ik niet wil, maar ziet u, ik ga hier in december weer weg en dan kan je niet aan een therapie beginnen.

Of ik ook iemand anders ken die Logotherapie doet... nee, die ken ik niet, maar goed, misschien kan ik u toch helpen met een enkel gesprek, ja, daar heb ik wel even tijd voor. Dan stopt mijn vertaalwerk even een paar uur, want zulke gesprekken doe je niet in 45 minuten.

Gedurende de achter ons liggende maanden zijn we er langzamerhand achter; het project start nooit, er komen geen olifanten en dragers, het beschaafde Europa is een verschrikkelijk groot land met slechte communicatie mogelijkheden moet u weten, en u mag weten dat we ons er niet goed bij voelen.

We komen er niet achter waarom het niet start, we zijn er achter dat wat er ook is, het is niet bij ons of met ons of voor ons. Dus gaan we terug. Terug naar af en terug naar de plek waar we vroeger ook woonden. Ja, onze burens weten het al. Ze vinden het vreselijk dat we weer weg gaan, we hadden net zulke leuke en goede contacten, de tuin en het huis zien er net weer een beetje uit.

Intussen vertaal ik verder, want ik weet dat er een paar mensen zijn die erg veel belangstelling hebben voor Logotherapie. Er moet echt een instituut komen voor Engeland zelf en of ik dat idee blijf steunen. Jazeker, dat doe ik natuurlijk; vandaar mijn vertaalwerk. Ik maak gebruik van die vrijheid die me in staat stelt om stelling te nemen, ook tegenover mezelf. Want ik voel me natuurlijk knap 'rot', het is ook rot dat het zo gaat. Maar ik merk ook op dat het niet gebeurt omdat ik iets niet goed deed of te laat deed of helemaal niet deed. De vrijheid, ook al is die eindig, stelt me in staat om zelfs in deze moeilijke omstandigheden door te werken aan het project dat mijn aandacht en werkkraft al zoveel jaren heeft. Waarom? Omdat ik zelden schatten vindt, zelden iets leer dat zo knap en werkzaam is - althans in mijn waarneming, mijn menselijke waarneming met alle mogelijkheden van dien om me te vergissen - dan wat Frankl te bieden heeft. Steeds weer merk ik hoe krachtig dat werkt wat hij ons heeft geleerd, niet alleen bij anderen die niet anders weten dan dat ik een of andere psychotherapeut ben... maar ook voor mezelf, om in orde, op orde en bij de orde te blijven die me door dat kleine stapeltje papier heen bepaalt bij het leven zelf.

Volgende week beginnen we weer met inpakken en ik wil graag mijn vertaling - de eerste versie, die niet gecontroleerd is, brengen aan de eerste grens, dat is tot bladzij 119 van het vergeelde origineel. Daarna verhuizen we, er komt een moment waarop mijn beeldscherm weer aan de computer zit die onder

mijn bureau begint te zoemen... mij even meldend dat alles okay is en dat het werk weer verder gaat alsof er niets gebeurd is. Ik denk dat dat wel weer na de kerst zal zijn. Dan kan ik meteen een stuk bedenken voor het eerste nummer voor 1999. De post brengt me een brief van Gina Giovinco uit Amerika. Ik maak hem open. Er zit een klein briefje in met een groet. Aha, denk ik, daar zijn de certificaten voor onze studenten. Er zit maar een certificaat in. Mijn naam staat er op, certificaat voor 500 uren 'supervised training', 1993-1997. Handtekening van Gina er onder. Leuk hé? Ik ben weer even helemaal vrij. Oh ja zeg, voor ik het zou vergeten... Jullie ook allemaal bedankt, lezers en bijdragers, studenten en geïnteresseerden in Frankl's werk, want ja, zonder jullie zou het ook helemaal niks kunnen worden; jullie zijn erbij betrokken en jullie staan en gaan ervoor dat Logotherapie wat wordt in Nederland, in België en intussen ook in Engeland; als therapie vanuit de geestelijke vrijheid van een mens, zodat die mens heel persoonlijk iets kan doen, werkend aan het zoeken naar en vinden en realiseren van een zinvol bestaan.

Samen met Marlot besluit ik mijn bief voor dit Bulletin. We wensen jullie allemaal een goede kerst en een voorspoedig en als het kan een gezond 1999; een jaar met perspectieven en initiatieven, en we horen graag hoe dat is.

Willem Maas

Viktor Frankl at Ninety: An Interview

Matthew Scully
(April 1995)

"Did you ever hear from Otto?" I asked Viktor Frankl.

Readers of Frankl's classic *Man's Search for Meaning: Experiences in the Concentration Camp* will remember Otto as the fellow prisoner to whom he recited his final testament before being sent to a "rest camp" for the sick prisoners of Auschwitz. "No one knew whether this was a ruse to obtain the last bit of work for the sick... or whether it would go to the gas ovens or to a genuine rest camp," Frankl wrote. The chief doctor offered that evening to take his name from the list. "I told him this was not my way; that I had learned to let fate take its course." Returning to the hut, "I found a good friend waiting for me."

"Tears came to his eyes and I tried to comfort him. Then there was something else to-domake my will. 'Listen, Otto, if I don't get back home to my wife, and if you should see her again, tell her that I talked of her daily, hourly. You remember. Secondly, I have loved her more than anyone. Thirdly, the short time I have been married to her outweighs everything, even all we have been through here.'... Otto, where are you now? Are you alive? What has happened to you since our last hour together?"

What did happen? "Ah, yes, Otto," Frankl recalled in an interview last year. "No, I heard nothing. One must assume he did not make it out."

Frankl wrote *Man's Search for Meaning* in 1946, the year before *The Diary of Anne Frank* came out and three years before Orwell's 1984. Still entitled *From Concentration Camp to Existentialism* in German editions, it is as deeply somber a book as any to come from the era. It is a strangely hopeful book, still a staple on the selfhelp shelves, but inescapably a book about death.

Yet in Frankl's own case, fate took a different course. After the loss of his wife in the Holocaust he remarried, wrote another twenty-five books, founded a school of psychotherapy, built an institute bearing his name in Vienna, lectured around the world, and has lived to see *Man's Search for Meaning* reprinted in twenty-three languages and at least nine million copies.

Finding him at the University of Vienna, I realized, however, that the wistful retrospective I had in mind - *Aging Lion Looks at Our Troubled World* - would be not only trite but false. Dr. Frankl looks quite healthy. An assistant asked that students not take pictures because the flash hurts his failing eyes. But otherwise, approaching ninety, he sat in easy command-joking, pounding the table for emphasis, telling stories about Freud (whom he met in 1923 and worked with thereafter). Now and then he would

dart to the blackboard to illustrate his idea of "dimensional ontology" or the "tragic triage" of life.

One story reflected Frankl's conviction that many psychotherapists are themselves mad. It was in the forties, he recalled, here in Vienna. He read a quotation from a noted modern philosopher and another from a schizophrenic patient, and asked his listeners to match quotation with author. Overwhelmingly, he said triumphantly (as though the results of the experiment had just come in), "the majority of listeners got it wrong!"

What philosopher and lunatic had in common, Frankl went on to explain, is the certainty that happiness can be attained by furious pursuit and a consequent rage at the unsatisfying results. His useful word for this is "hyperintention,"

a tendency that only inflames what is usually the real problem, our own self-centeredness. "Everything can be taken away from man but one thing-to choose one's attitude in a given set of circumstances, to choose one's own way."

The sane are those who accept this charge and do not expect happiness by right.

Thus Frankl's own "logotherapy," which views suffering not as an obstacle to happiness but often the necessary means to it, less a pathology than a path.

Logotherapy amounts in nearly all situations to the advice, "Get to work." Other psychologies begin by asking, "What do I want from life? Why am I unhappy?"

Logotherapy asks, "What does life at this moment demand of me?" Happiness, runs a favored Frankl formulation, "ensues." "Happiness must happen." Life should find us out there in the world doing good things for their own sake. Even "if we strive for a good conscience, we are no longer justified in having it. The very fact has made us into Pharisees. And if we make health our main concern we have fallen ill. We have become hypochondriacs."

At the time of his deportation, from a train station just blocks from where he was now speaking, Frankl was putting the final touches on a book advancing these same points. He had a chance before the war to go to America to write his books and build a reputation. "Should I foster my brainchild, logotherapy... or should I concentrate on my duties as a real child of my parents" and stay by them? He arrived home from the American consulate, visa in hand, to find a large block of marble sitting on the table. Recovered by his father from a local synagogue razed by the Nazis, it was, Frankl recalled, a piece from a tablet bearing the first letters of the Commandment, "Honor thy father and mother that thy days may be long upon the land." He let his visa lapse.

Frankl is the rare intellectual called to live out his theories, and then rewarded against staggering odds for his faithfulness. Man's Search for Meaning itself attests to his notion of hyperintention. Had he

used the visa and the excuse of professional obligation he would not be the same compelling witness.

The camps, he wrote, reveal man much as Freud and others had described him—a creature driven by ego and instinct and sublimated drives. But they reveal something even more fundamental—our defining "capacity for self-transcendence."

"Man is that being who invented the gas chambers of Auschwitz; however, he is also that being who entered those chambers upright, with the Lord's Prayer or the Shema Yisrael on his lips." Frankl—who in the early thirties coined the word "existentialism"—is the man who reminded modern psychology of one detail it had overlooked, the patient's soul. Man's Search for Meaning is known for powerful scenes like the parting with Otto and for its insights from camp life. "If only our wives could see us now!" said the man next to Frankl as they set off on a morning march to the labor site. "And as we stumbled on for miles, slipping on icy spots, supporting each other time and again, dragging one another upward and onward, nothing was said, but we both knew: each of us was thinking about his wife. Occasionally I looked at the sky, where the stars were fading and the pink light of the morning was beginning to spread behind a dark bank of clouds. But my mind clung to my wife's image, imagining it with uncanny acuteness. I heard her answering me, saw her smile, her frank and encouraging look. ... A thought transfixed me: for the first time in my life I saw the truth as it is set into song by so many poets, proclaimed as the final wisdom by so many thinkers. The truth—that love is the highest goal to which man can aspire.... I understand how a man who has nothing left in this world may still know bliss.... In a position of utter desolation, when man cannot express himself in positive action, when his only achievement may consist in enduring his sufferings in the right way—an honorable way—in such a position man can, through loving contemplation of the image he carries of his beloved, achieve fulfillment. For the first time in my life I was able to understand the meaning of the words, "The angels are lost in divine contemplation of an infinite glory." Spared to serve as a worker, he pleaded with the guards not to destroy a manuscript he had hidden in the lining of his coat.

"Look, this is the manuscript of a scientific book. ... I must keep this manuscript at all costs; it contains my life's work. Do you understand that?" .. Yes, he was beginning to understand. A grin spread slowly over his face, first piteous, then more amused, mocking, insulting, until he bellowed one word at me in answer to my question, a word that was ever present in the vocabulary of camp inmates: "Shit!" At that moment I saw the plain truth and did what marked the culminating point of the first phase of my psychological reaction: I struck out my whole former life.

The tone of Man's Search for Meaning is like this

throughout: the reasonable, detached observer describing not only the radical evil around him but radical absurdity, stripped of everything "except, literally, our naked existence." The effect is to connect life at Auschwitz with life anywhere.

We needed to stop asking ourselves about the meaning of life, and instead to think of ourselves as those who were being questioned by life-daily and hourly... Therefore, it was necessary for us to face up to the full amount of suffering, trying to keep moments of weakness and furtive tears to a minimum. But there was no need to be ashamed of tears, for tears bore witness that a man had the greatest of courage, the courage to suffer.

Viktor Frankl had called in reply to my first letter that he would be glad to meet me, but would "strongly advise" that I read his other five books translated into English. Too many American interviewers come to Vienna, Frankl complained, having read only his one famous book. These other books (including *The Will to Meaning*) appeared in brisk succession after *Man's Search for Meaning* was translated in 1959. In great demand, Frankl spent twenty years in the United States, lecturing, appearing on TV, holding professor emeritus status at Berkeley, and occasionally saying controversial things, such as his suggestion in the seventies that America should erect on its West Coast a "Statue of Responsibility." Of a modern political ideologue, Frankl observed, "He doesn't have opinions; his opinions have him."

I had resolved not to seem effusive or overawed, like those fresh converts to logotherapy who, a colleague of Frankl told me, arrive at his door from all over the globe with offerings of gratitude. But it was not easy. Viktor Frankl, like Mother Teresa or Aleksandr Solzhenitsyn, is a person one can meet only over a chasm of moral experience.

A casual enough opener had suggested itself when I passed by his study into the office. "I am absolutely convinced," Frankl had said in *The Doctor and the Soul*, "that the gas chambers of Auschwitz, Treblinka, and Maidanek were ultimately prepared not in some ministry or other in Berlin, but rather at the desks and in the lecture halls of nihilistic scientists and philosophers." It was clear he regarded Freud as one such thinker. Why, then, did I just see a bust of the great man on the way in?

He speaks of Freud with a kind of protective sympathy, a son happy the father was spared from seeing how all his dreams had worked out. Freud was a great man, "a genius," replied Frankl. So much that we know about the human psyche, we know because of Freud. But "even a genius cannot completely resist his *Zeitgeist*, the spirit of his time." And Freud's was a time of curiosity and excitement over the possibilities that lay hidden in the "basement" of human aspiration. He just forgot about the upper stories.

"The point of logotherapy?" I asked. "Exactly! Logot-

herapy sees the human patient in all his humanness. I step up to the core of the patient's being. And that is a being in search of meaning, a being that is transcending himself, a being capable of acting in love for others.... You see, any human being is originally-he may forget it, or repress this-but originally he is a being reaching out for meanings to be fulfilled or persons to be loved."

Frankl had heard of M. Scott Peck's *Road Less Traveled*, a popular book that declares, like *Man's Search for Meaning*, the hardness of life. In fact he had heard enough to wonder why the book and others like it pay no homage to the logotherapy of which they seem bland imitations. "But," he said with a dismissive wave, "it is no matter. Better that they should borrow from logotherapy than use their own nonsense."

Had he, I asked, been following our "Politics of Meaning" debate back in America? He had. But the question raised an unhappy story from their 94th and probably last visit to the United States. It happened, Mrs. Frankl recalled, a year earlier in the very month of Mrs. Clinton's "Politics of Meaning" speech in Austin, Texas. Some American friends called the producers of *Good Morning America*. Would they like to have the author of *Man's Search for Meaning* on the show to discuss the First Lady's existential angst? But either they did not know the name or had already booked some more intriguing figure like Howard Stern or Dr. Ruth. "This is how America treats Viktor Frankl?" Mrs. Frankl asked.

I wondered aloud whether this story might suggest a depressing possibility. As a general cultural drift, mustn't Freudian ideas, exactly because they validate the shallow in their selfabsorption, inevitably triumph over Frankl and his more demanding message?

This brought a ferocious rebuttal. "But how can you say this! Show me another book that has sold so far nine million copies, as *Man's Search for Meaning* did!

What more empirical evidence do you need? And these letters-Ellie, how many do we receive each day?"

"An average of twenty-three a day," said Mrs. Frankl.

"Yes, you see, twenty-three letters every day-still. And most of them are from Americans. And do you know what they say? Most just write to say, 'Thank you, Dr. Frankl, for changing my life.'"

"You see," he continued, "the intellectuals, the fashionable crowd, the high-brows, perhaps they do not care for it. Although I wonder. Sometimes they say, 'Of course it does not mean that we share the philosophical ideas of Dr. Frankl' - but they use it. I don't give a damn whether they share my philosophical conviction! But it is satisfying, deeply, that they are using it for the benefit of patients....The man on the street, he has always understood what I am saying.

He sees that something is missing. He realizes that he is more than his id, more than his drives."

This defensiveness was not only touching, but very odd. It turns out to be a complicated matter. There are those "high-brows" who believe that Frankl, however moving his personal testimony, is raising up all the old, unscientific notions of soul and conscience and guilt. Among these there is also a suspicion of religiosity, something I had made a note to bring up. But there are also critics with more standing who believe Frankl has always missed the unique evil of the Holocaust. This may explain why, for instance, one cannot find what after *The Diary of Anne Frank* is the second-most widely read Holocaust book in the bookstore of Washington's Holocaust Museum.

"Here for instance," he explained, "the jury of Vienna is absolutely against me, because I'm too much for reconciling-very mean to me. They are fearing that I'm one who has forgotten the Holocaust. In my whole book *Man's Search for Meaning*, you will not find the word 'Jew.' I don't capitalize from being a Jew and having suffered as a Jew, you see? I ask them, Are you angry with me? Yes. Why are you angry with me? Perhaps because I am too much of a reconciling spirit? Yes. So is it bad to be reconciling?"

The argument went back to the concept of collective guilt, to which Frankl is "strictly, 100 percent opposed." "I could adopt the concept if I were a National Socialist, because this is absolutely a concept in the framework of National Socialists, see? That it made no difference between Jews, one Jew and another Jew, Jews were absolutely *Untermenschen*, subhuman beings. And this concept justified them, as they thought, for all kinds of atrocities. But I start on the ground that guilt is, a priori, personal guilt. I can be judged guilty only for something I have missed, failed to do. But in no way can I be regarded as guilty for something an uncle of mine has done, or a grandmother of mine has done. This is 100 percent nonsense!"

It was this conviction, Frankl explained, that led him from Auschwitz back to Vienna, rejoining the very neighbors who had watched or participated in his persecution. "People forget what it meant at that time to join the resistance. More or less, it meant at any moment being caught, being arrested, and sentenced to death, as my best friend at the time was sentenced to death. And all the more we have to admire the heroism of these people."

"But my point," he continued, "is that heroism ultimately can only be demanded or expected of someone of only one person. You are never entitled to place the demand of heroism on any one else, not unless you have been in the same position, facing the same decision, the same way facing death as punishment. But anyone who had immigrated to the United States and, viewing the situation in the past from that place, is not entitled

to tell anybody who had remained in Germany that he should have joined the resistance, unless he himself has done so, facing all the risks, facing the question of whether his responsibility toward his whole family had allowed him, because he would have thrown his own family into the concentration camps."

It was almost time to go, so I raised the question of his own spiritual convictions. Readers, Frankl told me, are invariably curious to know whether he himself believes in God. And indeed the first thing one notices entering the apartment is a sizable crucifix in the hall. (Mrs. Frankl is a Catholic.) "The crowning experience of all for the homecoming man," he wrote in *Man's Search*,

"is the wonderful feeling that, after all he has suffered, there is nothing he need fear anymore-except his God." Always his arguments take us back to the "soul," "the higher part of man," "the religious impulse," "the Unconscious God." Should we take these as metaphors, projections, and mythic archetypes, or when he said "God" did he mean God?

What distinguishes logotherapy from other schools of psychology is the humble recognition of an objective order that simply is and moral facts about the universe that are beyond our power to escape, modify, or reinvent. Frankl himself warned in *The Doctor and the Soul* against a strutting "nothing-but-ism" that declares our spiritual longings are nothing but instinctual drives and God nothing but a creation of the id. Without a Creator, I asked, wouldn't any notion of "spirit" collapse back into instinct and logo-therapy fall apart?

Not quite, he answered, but in any case his own calling was to heal the soul, not save it. "I do not allow myself to confess personally whether I'm religious or not. I'm writing as a psychologist, I'm writing as a psychiatrist, I'm writing as a man of the medical faculty. . . . And that made the message more powerful because if you were identifiably religious, immediately people would say, 'Oh well, he's that religious psychologist. Take the book away!'"

"You see," he added, "I don't shy away, I don't feel debased or humiliated if someone suspects that I'm a religious person for myself. . . . If you call 'religious' a man who believes in what I call a Supermeaning, a meaning so comprehensive that you can no longer grasp it, get hold of it in rational intellectual terminology, then one should feel free to call me religious, really. And actually, I have come to define religion as an expression, a manifestation, of not only man's will to meaning, but of man's longing for an ultimate meaning, that is to say a meaning that is so comprehensive that it is no longer comprehensible... But it becomes a matter of believing rather than thinking, of faith rather than intellect. The positing of a supermeaning that evades mere rational grasp is one of the main tenets of logotherapy, after all.

And a religious person may identify Supermeaning

as something paralleling a Superbeing, and this Superbeing we would call God."

Dr. and Mrs. Frankl walked me out, pausing at the mementos in the study. There was a framed letter from his friend Martin Heidegger (the philosopher, it turns out, whose words audiences had confused with the schizophrenic). Next to that was a charmingly incongruous picture and letter from Mamie Eisenhower, an avid admirer of Frankl after President Eisenhower died.

Then he showed me a certificate declaring him an honorary citizen of Austin, Texas, where he lectured in 1975. "And when they conferred this on me, I said to the Mayor, 'Mr. Mayor, it would be more appropriate if I appointed you an honorary logotherapist.' 'Because,' I said, 'unless soldiers coming from America, among them certainly some youngsters coming from Texas, had not risked their lives in order to get us out of the camp, there would not have been any Viktor Frankl from the 27th of April of 1945, even less any logotherapy or books or anything.'"

And last on the tour, a painting of Auschwitz done after liberation by an inmate named Bruno, who, Frankl explained, was allowed to live so that the guards might have their own private portraitist. "And this corner here is the place where the ceremony of burial has taken place, and these are recycled coffins. And in one of these coffins, at this very place, I saw the body of my father who died there."

"You asked me earlier, Do I still think of these things? Not a day goes by when I do not! And in a way I do pity those younger people who did not know the camps or live during the war, who have nothing like that to compare [their own hardships] with.... Even today, as I lose my sight or with any severe problem or adverse situation, ... I have only to think for a fraction of a second and I draw a deep breath. What I would have given then if I could have had no greater problem than I face today!"

Logotherapeutische Hulp?

K. J. Landman, Ravenstein	048	641	2084
N.J. van Hal, Gouda	018	253	5032
M. Schmid, den Haag	070	323	4264
J. van den Herik, Drachten	051	254	0426
B. Sytsma, Leeuwarden	058	213	6571
J. Bosma, Paterswolde	050	309	5771
H. Sanders, Groningen	050	526	2058
M. Rappard	038	460	6147
E. Tiggelaar, Heino	057	239	3417
C. de Jong, Eerbeek	031	365	2228
R.G.D. Carton, Utrecht	030	296	6785
P. Hoekstra, Poortugaal	010	501	9937
T. van der Neut, Tiel	034	462	3113
T. Girndt, Tilburg	013	466	8180

J.V.S.L. van Wijk,	(verblijft in de UK)		
W. v. der Mee, Breda	076	560	2144
T. Joustra, Deventer	057	062	6045
F. Kuipers, Vlieland	056	245	1664
W.J. Maas	038	460	6147

A GLOSSARY OF TERMS COMMON IN LOGOTHERAPY

by

PATTI HAVENGA-COETZER

LOGOTHERAPY: Logotherapy is often described as a meaning-centred psychotherapy. The word LOGOS is a Greek word which, also, denotes MEANING. The word THERAPY too originates from the Greek word THERAPEIA which literally means *service*.

Thus one can say that logotherapy is a therapy through which one can be helped to find meaning - the meaning of one's own life. According to Frankl the primary motivational force in man is a striving to realise, or find, meaning in his life. Frankl calls this a "will-to-meaning". Man needs something, or someone, to live for. Man has the desire to live a life that means something, a life that has a purpose, a meaning. This meaning is unique to each and everybody and one has to discover, or un-cover, the specific meaning of one's own, unique, life. The word "logotherapy" could perhaps be misleading in that one thinks about it as a purely clinical therapy, a treatment. Logotherapy, however, is based on a philosophical view of life, namely:

Life can have a potential meaning under all circumstances; man has not only the freedom to choose how he reacts towards life situations but he has the responsibility to do so. Moreover, human beings not only have a deep need to find a meaning, they have the power to take a stand against their circumstances, their "fate". This power belongs to all of us, and Frankl calls it the DEFIANT POWER of the HUMAN SPIRIT.

Perhaps we can say that this defiant power is the major difference between man and animal. (See "defiant power" "freedom of will" and "responsibility" further on.)

As a PHILOSOPHY OF LIFE logotherapy can help one to discover who one is, who one can be, and what the ways are that will help one to find meaning, and to fulfil meaning in one's life. One can achieve this with the guidance of a logotherapist, and then develop it further. One can also discover it on one's own, e.g. by reading Frankl's books (bibliotherapy!). I shall go so far as to say that by reading, and rereading, and rereading, MAN'S SEARCH FOR MEANING one can get a good understand-

ding of the philosophy of Frankl, and gain enough insights or new perspectives to enable one to understand what is amiss in one's own life.

EXISTENTIAL FRUSTRATION: If one is frustrated in realising the specific meaning of one's life, Frankl calls it existential frustration. Being unable to find a "why" can lead to an

EXISTENTIAL VACUUM. When one is unable to find a purpose, and queries the sense of being alive, one experiences an inner emptiness, a vacuum. The concept of an existential vacuum was introduced by Frankl in 1955. The void in one's life, the feeling that something is amiss, the fear that something great is lacking from one's life, that after all the glory and the praise, after all the labour and the sweat, being here has been in vain, that in simple words is what Viktor Frankl means by "existential frustration" and "existential vacuum". "What the hell am I living for?" is a cry of despair, and a cry for meaning.

NOOGENIC NEUROSES. Noogenic neuroses do not have their origin in the psyche of a person but rather in the specific human dimension: They emerge from problems with life and appear when one cannot find a meaning in one's life, when one doubts the sense of being alive, and perhaps doubts that there is any meaning to life as such. One symptom of suffering from an existential vacuum, of a feeling of an inner emptiness, is boredom.

BOREDOM: Boredom is very prominent in industrial societies, amongst people who live affluent lives, amongst the rich, and even amongst successful people where the criteria of "success" is money and status. Lack of meaning manifests itself in Sunday/Christmas neuroses and a loss of meaning in retirement. It can result in psychological or physical illnesses. It manifests itself through feelings of **DISCONTENT** and **LACK OF INTEREST**. A frantic desire to fill one's "emptiness" may lead to an **EXCESSIVE** search for pleasure, especially sexual pleasure. It can lead to **DRUG ADDICTION** and to **VIOLENCE**.

FREEDOM OF WILL: Human freedom is not to be **FREE FROM** something, man is not free to change many things! But one is, under all circumstances, **FREE TO CHANGE** one's **ATTITUDE** towards that which cannot be changed (death, incurable illness, etc). If one did not have the freedom of choice to change one's attitude, then there could be no guilt, and no responsibility. It would then also be impossible to judge a person's conduct, or to evaluate his acts. The **FREEDOM OF WILL** is one of three tenets of logotherapy, the others being the **MEANING OF LIFE** and the **WILL TO MEANING**.

MEANING OF LIFE: Life has a potential meaning

under all circumstances! Meaning can be found not only through that which we do (our actions), and through that which we experience, but meaning is most of all realised through the stand we take in situations of unavoidable suffering - which in themselves can appear to be meaningless. The meaning of life is unique to each one of us, and it can vary from time to time. (I shall go so far as to say that for Frankl it is imperative for man to find meaning, that it is imperative for man's well-being to realise meaning in his life!)

ULTIMATE MEANING: One is often more religious than one thinks, I remember Frankl saying. In the world, as described by science, ultimate meaning may be missing because science is blind to ultimate meaning. The question of an ultimate meaning is to be answered existentially rather than intellectually. Once we no longer keep our view restricted to the biological plane, for instance, but include a higher dimension (the spiritual or noetic dimension - see **DIMENSIONAL ONTOLOGY**), we immediately recognize that here, too, a "higher", or a "deeper" meaning may exist. Knowing that I "try to walk on my knees through difficult situations", Frankl in a personal conversation mentioned that being religious, behind a life task, I would recognise a Task Master, see the hand of God.

Although there was no obvious meaning of the hour I would trust in an ultimate answer.

WILL TO MEANING: "Before Viktor Frankl" the main views of the time were that man's actions could be explained by certain driving forces: Freud distinguished a "will to pleasure" and Nietzsche and Adler emphasized a "will to power". Frankl put man in command and refused to believe that man is driven by forces. One is not driven by one's drives, but one is pulled by one's ideals, and one has the freedom and the power to resist the "forces" towards realising power or pleasure. Frankl as it were "restored" man's humanness in that he recognised that man unlike the animal, was not delivered over to his drives but man was in the driving seat!

DEFIANT POWER OF THE HUMAN SPIRIT: One is not the helpless victim of one's drives, of one's environment and of one's circumstances. Man is endowed with the noetic faculty: man has the human capacity to take a stand against his "fate" (poverty, negative influences from our childhood, etc.) Even when one is suffering from physical - or even psychological - illnesses, the noos, one's spirit, stays virtually intact, and the ability to choose one's attitude remains.

DIMENSIONAL ONTOLOGY: Viktor Frankl sees the human being as a totality of the body, the psyche and the spirit (the biological-psychological, the socio-psychological and the spiritual or noetic). Man is

more than just a body and a psyche. Frankl distinguishes a third dimension, namely the dimension of the spirit, the noos.

TRAGIC TRIAD: There are certain predicaments of human life which cannot be changed. Being human means that man is open to, is vulnerable to, suffering; being human means that one is fallible; being human means being mortal. Therefore the three aspects of the triad are: pain, guilt and death. By pain, Frankl means not only suffering, but **UNAVOIDABLE** suffering. Being fallible means that man is capable of making mistakes: One can commit acts, one can do terrible things, which cannot be reversed by simply saying "I am sorry"; deeds which cannot be cancelled out, made undone. One can hurt, bring pain, which cannot be erased, made undone. This is the guilt that Frankl speaks of the ineradicable guilt when the wrong done cannot be reversed, wiped out. Fallible man is so powerful, needs so little intelligence, to do something that can irrevocably change hundreds of other peoples lives for the worse, forever. The cleverest of people are from error not exempted. (Please note that the reference to guilt that cannot be made undone, wiped out or obliterated is not used here in a religious context.) Not even the greatest of people, the loveliest of wives, the most wonderful of husbands, the individual whose life brings meaning to so many, even they have no claim to carrying on, enriching others lives, forever. Unfortunately, death is inarguably part of the tragic triad. But there is another side of "death" in this triangle: There are those who have to confront this loss, those who perhaps have to think the unthinkable, live the unimaginable. One can perhaps live in such a way that one can escape the guilt, one may perhaps be so lucky as to be spared the suffering of an illness, but from the suffering of losing a loved one, very few of us are spared.

TRAGIC OPTIMISM: Can life retain its potential meaning in spite of this tragic triad? Frankl says, life is potentially meaningful under any condition, even the most miserable, even in the face of tragedy, and that the negative aspects can be turned into something constructive. Tragic optimism for Frankl is:

** to turn suffering into a human achievement, an accomplishment;

** to derive from guilt the opportunity of changing oneself for the better; and

** deriving from life's transitoriness an incentive to take responsible action.

There is not necessarily an obvious meaning to suffering. It is impossible to walk up to a grieving person and say: This is the meaning of your suffering. One has to give it a meaning. In a telephone conversation from Vienna in 1990 Frankl asked me, after I could not be consoled by any of the "classic examples" in logotherapy, to try and "squeeze out" a meaning to the loss of the very person whose life gave

meaning to mine. Find a meaning, un-cover the meaning, or simply squeeze it out. Tragic optimism is "to say yes to life in spite of everything"!

SELF-TRANSCENDENCE is the ability to help oneself to look away from one's own pain, and reach out to someone else who also needs help. Self-transcendence, if practiced regularly, can help one overcome focusing too much on the self, and in the process escape becoming egocentric and developing psychosomatic illnesses.

It is also a valuable logotherapeutic "tool" to overcome depression. One forgets oneself not only by helping others, but also by fulfilling tasks (not necessarily Big Tasks), and by pursuing ideals.

SELF-DISTANCING / SELF-DETACHMENT is the ability to realise that one has done wrong, the ability to decide to learn from a mistake, and the ability to decide to try never to repeat it. To know that one has the "defiant power of the human spirit" and to use it by taking a stand against adversity, against one's emotions, against one's fears, that is self-distancing.

HUMOUR, Frankl said, is a specific human phenomenon. When I thought I was very clever pointing to my beautiful Weimaraner, Karools, who at that moment had a beautiful smile watching us, Frankl quickly reversed the situation: Yes, Karools may be laughing but he cannot laugh at himself! To laugh at oneself, at one's situation, is to put self-distancing into practice. It is immensely valuable to try and develop one's sense of humour especially to use it at one's own expense! It is my sincere opinion that that helping a child to develop his sense of humour (and making him aware that he is not the centre of the universe!) is a more valuable legacy than leaving him a fortune, that teaching a child to laugh at himself is the best insurance policy that a parent can take out for his child.

PARADOXICAL INTENTION: This is a logotherapeutic technique which Frankl used as early as 1939 to encourage a patient to "wish to happen" for the exact thing that the patient dreaded. A sound sense of humour is required whereby a patient can look at the situation in a new way, a way that will make it look ridiculous, especially to him- or herself. We can use this with great success when we discover our little fears and follies during a normal day. Done by an expert, paradoxical intention has been used to cure patients suffering over decades from severe phobias, in one session!

DEREFLECTION is the other logotherapeutic technique which can be used both clinically and by the layperson. When one is thinking too much about one's illness, dwelling on one's symptoms, concentrating too much on that which is lacking in one's life: The needs, the wants, the injustices suffered,

one is

HYPERREFLECTING and that in itself not only can, but will, worsen the matter.

You can become more ill just by letting your illness dominate your life. Dereflexion is not only not to think about the negatives dominating one's life, but to put something better in its place. The most effective is to concentrate on other people, to set tasks to be fulfilled, to give rather than to receive, to love rather than to wait to be loved.

RESPONSIBILITY: One has to take responsibility for the way one lives. Logotherapy makes one aware that there are choices, and by reflecting on what is really meaningful one has to respond to the meaning potentials. Being human means being responsible, responding to those unique tasks, however insignificant or challenging, that life may impose on one at various times of one's life. I believe that the one freedom one cannot indulge in is "evading" to act responsibly; one does not have the choice whether to choose or not to choose being responsible, one is doomed to act response-able and responsible!

Dr. Patti Havenga Coetzer studied with Viktor Frankl, at his request, in Vienna in 1967. She wrote her doctoral thesis (University of Pretoria) on the anthropological concept in logotherapy. The Viktor Frankl Foundation of S.A. was formed in 1985 when Dr Viktor Frankl suggested it to her. She is a honorary member of the VFF of South Africa and is the editor of the VFF of South Africa's Journal.

Boekenhoek

Psychiatrie, recht en de menselijke maat

Antoine Mooij

Mooij is hoogleraar forensische psychiatrie aan de universiteiten van Utrecht en Groningen en is verbonden aan het Pieter Baan Centrum. Dit boek gaat over toerekeningsvatbaarheid, ver-antwoordelijkheid en vrijheid. Het beweegt zich in het grensgebied tussen psychiatrie, recht en wijsbegeerte. Over narcisme, tbs en het hermeneutisch mensbeeld.

"Bij gestoord crimineel gedrag is heel vaak sprake van een onderliggende narcistische problematiek."

"Bij delinquenten met een ernstige persoonlijkheidsstoornis komt het regelmatig voor dat ze veel te weinig bewonderd zijn, dat ze verwaarloosd en getraumatiseerd zijn..." "Grootheidsideeën hebben verschillende consequenties (...) neurotici geven zichzelf de schuld (...) wat kan leiden tot depressies. Mensen met psychopathische trekken geven juist de omgeving de schuld (...) Bij psychotici heeft het besef van eigen beperktheid helemaal geen verankering gekregen (...) Mensen die zich schuldig hebben gemaakt aan ernstig crimineel gedrag, en een stoornis hebben, behoren meestal tot de psychopathische, en soms tot de psychotische categorie."

Volgens Mooij is de postmoderne samenleving als geheel ook narcistisch gekleurd.

Mooij is aanhanger van de hermeneutische richting binnen de psychiatrie. De hermeneutiek heeft binnen de psychiatrie een minderheidspositie maar dat is zeker niet het geval binnen de forensische psychiatrie. "De forensische psychiater heeft uiteindelijk niets aan de statistische regelmatigheden en rubriceringen van de natuurwetenschappelijke psychiatrie. Zij moet een interpretatie geven van het gedrag van een individu en nagaan of dat gedrag is verbonden met een psychische stoornis. De vraag is of het delict de uitdrukking is van die stoornis. En dat is ook de kern van de hermeneutische psychiatrie. Ook daar ligt de nadruk op het verband tussen innerlijkheid en uiterlijkheid. De delinquent is meer dan anderen geneigd de verantwoordelijkheid voor zijn gedrag, maar ook voor zijn eigen leven, af te schuiven. De hermeneutische therapeut beklemtoont de eigen verantwoordelijkheid. Het uiteindelijke doel is het doen aanvaarden van de eigen beperkingen, grenzen en eindigheid. Bij delinquentie gaat het immers om de miskenning van die eigen grenzen en daarmee ook die van het slachtoffer."

Boom, Amsterdam 1998, f 49,50

Freud and the legacy of Moses

R.J. Bernstein

In 'Moses and Monotheism', Freud answers the question that obsessed him: what is the essence of the Jewish people? Bernstein goes on to show how Freud developed a new interpretation of a religious tradition - an interpretation which is applicable to

both Judaism and Christianity.
ISBN 0521630967, 1998, Cambridge U.P., 168 p.
Geb. ca. f 120,- pbk. ca. f 50,-

Ziektegeschiedenissen, Sigmund Freud

Dora, Kleine Hans, De Rattenman, Het geval Schreber en De Wolfenman

red. Wilfred Oranje, inleiding A. Van Dantzig

Een deel van de werken van Freud wordt door uitgeverij Boom opnieuw uitgegeven in een aanzienlijk goedkopere paperback uitvoering. Dit deel is in 1998 als eerste in de nieuwe serie uitgebracht. De prijs bedraagt f 45,-

ISBN 90 5352 411 8 Amsterdam 1998

Sabbatsrust voor een zondagskind

A. Sevenster

Over 'Der Stern der Erlösung' van Franz Rosenzweig. Vooruitlopend op de vertaling van 'Der Stern', een inleiding op dit belangrijke boek. Ergo - de vertaling van 'Der Stern' komt er aan!

Najaar 1998, Agora, 192 p.; pbk. ca. f 40,-

Finding Meaning in Life: Logotherapy

Joseph B. Fabry, Reuven P. Bulka and William S. Sahakian, Eds.

The logotherapist does not "prescribe" meanings; he or she cannot tell clients what the meaning of their lives is. But they may well be shown that meaning does in fact exist. How the logotherapist can help the alcoholic, drug addict, antisocial adolescent, worker, student, and any aimless searcher is persuasively addressed.

1-56821-558-4 new in sc; 396 pp; \$40.00

Collectieve neurosen

Willem Maas

Waar Freud sprak over 'Massapsychologie und Ich-Analyse' houdt Frankl vast aan een inhoudelijke analyse van het 'Selbstverständliche' (AS, s. 121) in het kader van de vrijheid van elk beslissen. 'Die Freiheit allen Entscheidens, die sogenannte Willensfreiheit, ist für den unvoreingenommenen Menschen einen Selbstverständlichkeit; er erlebt sich als unmittelbar frei. An der Willensfreiheit ernstlich zu zweifeln vermag überhaupt nur einer, der entweder in einer deterministischen Theorie befangen ist oder an einer paranoiden Schizophrenie leidet und seinen Willen als unfrei 'gemacht' erlebt. Im neurotische Fatalismus aber ist die Willensfreiheit verdeckt: der neurotische Mensch verstellt sich selbst den Weg zu seinen eigenen Möglichkeiten, er steht sich selbst im Wege zu seinem 'Sein - können'. So deformiert er sein Leben und entzieht sich der 'Werdewirklichkeit', statt sie zu vollziehen (denn auch das menschlich Sein als Ganzes lässt sich als 'Vollzugswirklichkeit' auffassen).

Wenn, wie wir anfangs sagten, alles Sein Anderssein ist, dann müssen wir jetzt formulieren: *Menschsein bedeutet nicht nur Anderssein, sondern auch Anders-können.*' (AS, S 121-122).

Voor Frankl staat ieder mens eerst in de oproep tot mens-zijn op, en daarmee stelt die mens zich op tegenover zijn eerste 'zo-zijn' en ontwikkelt diezelfde mens zich in een 'anders-zijn', namelijk door het 'anders kunnen zijn' (zelf transcendentie).

Mens-zijn is altijd opnieuw 'im Frage gestellt' zijn en 'moeten antwoorden'. Dit 'moeten' is niet noodzaak, noodlot, emotionele of morele schuld, maar het is het persoonlijke besef dat het 'anders kunnen zijn' niemand kwaad of schade doet. Daarmee is het genoemde moeten tot een 'eigenlijk moeten' dat zowel de basis van de motivatie tot veranderen als ook de basis van de zingevende relatie tot de ander/het andere/de Ander is.

We bevinden ons op een paar velden tegelijk.

1. Het veld van de persoon als novum, unicum en irreducibel fenomeen van het humane (MV).
2. De ontwikkelingspsychologie
3. De plaats en mogelijkheden van de persoon als individu temidden van 'die Gesellschaft' als onpersoonlijke omgeving (existentiële analyse, sociologie, andragologie)
4. De beslissing van de persoon om mens te zijn dan wel op te gaan in de massa.

Daarmee staan we hoe dan ook voor de vraag naar 'den Sinn des Verwirklichens', de zinvaart van het concrete menselijk handelen (AS S 123).

We staan ook voor het merkwaardige verschijnsel van collectieve decompensatie.

Zodra personen op een of andere wijze in een groter, min of meer anoniem, verband verschijnen, verschijnen ze meestal niet langer als personen, maar als individuele deelnemers aan een massa, maatschappij.

Ze verliezen daarmee op het eerste gezicht een dimensie; ze 'bestaan', maar bestaan niet meer.

Wie zich in een collectieve neurose verliest, is niet ziek - in ieder geval niet in de klinische zin van het woord - maar 'maakt ruimte' voor een psychische deformatie, namelijk een soort 'asociale psychopathie' die wordt gekenmerkt door het symptoom 'vlucht voor de verantwoordelijkheid'.

Elke tijd heeft zo zijn eigen 'geest'. In deze jaren vlak voor het aanbreken van het tweede millennium, doet bijvoorbeeld de commercie samen met de politiek een geweldige poging om een breed gedragen en diepe teleurstelling in de mogelijkheden van de wetenschap en de beschaving om te keren in de euforie een feestje, de house-party van een wanhopig mensdom.

A) De hoop dat de moderne mens er in zou slagen om honger, dakloosheid, rechteloosheid, rassenhaat, ziekte, oorlog en ander lijden uit te bannen, is een ijdele hoop gebleken.

Het vertrouwen dat de moderne wetenschap en de daaruit afgeleide techniek de mens zou kunnen verlossen van zijn eenzaamheid en kwetsbaarheid en afhankelijkheid, is stervende.

De liefde voor het leven zelf, van waaruit zingeving en waardigheid in medemenselijkheid zou worden omgezet, is gekwetst.

Het geloof dat een God ons 'ex machina' toch nog zou redden, is verzonken in een moeras van grondig wantrouwen.

Ondanks de dwingender dan ooit gestelde vraag naar collectief persoonlijk verantwoordelijk handelen, draait onze planeet onafwendbaar op de ondergang af omdat politiek overleg niet werkt.

Ik ben me er van bewust dat hier overal 'ja, maar wacht eens even' gezegd kan worden.

In feite komt hier naar voren, dat de moderne mens zich ondanks alles meer lijkt te gedragen volgens de Freudiaanse stelling, dat 'de enkeling onder invloed van een menigte vaak een ingrijpende verandering van zijn zielsfuncties ondergaat', dan zijn bestaanspeil en collectieve kennis zouden doen vermoeden (Freud, het ik en de psychologie der massa, uitg. WB, 1932, p.30).

We spreken hier niet van uit een frustratie of vanuit een zwartgallige opvatting over massa, maar vanuit een kritisch realisme dat de verantwoordelijkheid voor de eigen waarneming niet opoffert aan een 'schlechthiniges Gefühl' (Schleiermacher) dat als 'struisvogelpolitiek' werkt.

De door Frankl beschreven collectieve neurosen bestaan werkelijk, zoals uit statistisch onderzoek

naar voren wordt gebracht (c.f. C.H. do Valle Freitas, 'Ein Versuch, die Symptome der 'kollektiven Neurosen' nach Viktor Frankl testpsychologisch zu erfassen', VFI-Journal, Vol 4, 1, Wien, 1996).

De symptomen zijn:

- provisorische levensstijl, waarin het volgende argument een hoofdrol speelt:

'Het is zowiezo te laat om nog een zinvol leven op te bouwen'.

- een fatalistische levenshouding: 'het is mijn lot, ik ben nu eenmaal zo'.

- collectivistisch denken: 'de meeste van mijn leeftijdgenoten...'

- fanatisme: 'als je niet... dan lig je er uit'/ 'alleen dit, alleen zo'.

'collectieve' neurosen

(ongezonde houdingen } --- bevorderen...> vele soorten
rond vele, pathologische van psychopathos
tijdsverschijnselen)

ongezonde houdingen

van individuen, 'wrong' }- bevorderen--_ neurosen in de
coping mechanisms' klinische zin

1. Een provisorische levensstijl.

Een provisorium is een voorlopige oplossing. Improviseren is creatief inspringen op situaties, maar provisorisch leven is precies het omgekeerde, namelijk; afzien van mogelijkheden van situaties en slechts de momentane behoeften bevredigen, zonder aandacht te besteden aan wat daarna komt, wat de gevolgen zijn. Gebrek aan doelbewustzijn en een taakstelling, gebrek aan een verantwoordelijk willen zijn. Angst voor de toekomst omgezet in afkeer van vrijheid tot zelf verantwoordelijkheid en groei. Provisorisch bestaan bevordert in hoge mate sociaal en psychologisch, psychisch en existentieel isolement.

Een mens kan een provisorische levenshouding lang volhouden. Juist in een op consumptie in-gerichte maatschappij wordt immers steeds iets nieuws aangeboden om de 'existentele behoefte' te bevredigen. Voor opgroeiende mensen is het heel belangrijk om 'iets (zo niet 'alles' van een bepaalde trend, mode, stijl, groep)' te hebben, 'ergens' bij te horen (gangs, peer groups). Gedurende de 'koude oorlog' was het westerse levensgevoel dat de wereld ieder moment kon worden opgeblazen er mede oorzaak van dat de consumptie maatschappij tot in de poriën van het dagelijks leven de 'social main stream' werd. Frankl: 'Für gewöhnlich sieht der Mensch nur das Stoppfeld der Vergänglichkeit; was er übersieht, sind die sinnvollen Scheunen der Vergangenheit. Im Vergangensein ist nämlich nichts unwiederbringlich verloren, vielmehr alles unverlierbar geboren' (AS, S. 123).

Een belangrijke bijdrage voor een provisorische levensstijl is het besef en in het gevoel (!) dat mense-

lijke waardigheid (er mogen zijn en als mens erkend te worden) ondermijnd door het weten en door het kunnen van de vernietiging, c.q. de presentie van die vernietiging in een nieuwe gedaante, een komende werkelijkheid.

De moderne kwantitatieve wetenschap heeft daar op onmiskenbare wijze aan bijgedragen, door de mens te reduceren tot een numeriek probleem, een analoog gegeven, een digitaal informatie-bit, een vervangbaar onderdeel in een onzichtbare machine.

Een provisorische levensstijl betekent ook een neurotische houding ten aanzien van de eigen eindigheid en kwetsbaarheid. De provisorisch levende mens staat zichzelf met zijn gevoel dat uit een 'pseudo-weten' komt in de weg bij het stellen van echte en wezenlijk eigen levensvragen. Hij/zij wenst daarom helemaal niet gevraagd te worden door 'het bestaan', maar slechts te voldoen aan de gestelde eisen die bij de beloning van het gevoel zelf behoren (behoeften bevredigen). Maslow heeft niet voor niets zo'n ingrijpende invloed gekregen in allerlei 'sociale beroepen'. Eclecticisme is in feite niet zo verschillend van provisorisch, als we bedenken dat eclectici juist op het gebied van 'scientific and professional ethics' steeds volhouden 'agnost' te zijn.

2) fatalistische levenshouding.

Een fatalistisch *denkende* mens huldigt het geloof in een overmachtig lot, dat uiteindelijk verantwoordelijk gesteld kan worden voor alles in het leven zelf.

In principe zijn natuurwetenschappers fatalistisch denkende mensen, omdat hun uitgangspunt is dat alles wat zich aan ons voordoet, uiteindelijk gehoorzaamt aan een of andere natuurwet.

Fatalisten kunnen zich heel goed voordoen als mensen van 'orde en logica'. Alles in het bestaan van het heelal, zelfs het heelal zelf, is onderworpen aan een enkele, samenvattende natuurwet. Zelf beslissen lijkt op vrijheid, maar beantwoordt - ook al weten we dat nog niet precies aan te duiden - aan een natuurwet. Als alles 'voorbested' is (dus ook; bepaald door een onbekende natuurwet) - zij het vanuit het noodlot, de sterrenstand, de wetten van biologie en fysica, de structuren van de maatschappij, de geldstromen, of aan de dynamiek van het onderbewuste, dan kan er niets zelf en er hoeft ook niets zelf te worden bijgedragen. Het lijkt een modern probleem, maar het is een oeroude stelling, waarbij in feite de persoon in kwestie met de handen in de schoot Gods water over Gods akker laat lopen. Een beroemd verhaal is dat van de uiterst orthodoxe bekeerde christen, die ergens op zee over boord slaat en in het water terecht komt. De matroos die het ziet roept 'Man overboord', maar de drenkeling zegt: 'Laat maar, God zal me immers redden'. Dan komt er een visser voorbij, maar ook hij mag de drenkeling niet redden. Een onderzeeër duikt op, voordat de drenkeling verdrinkt. Maar ook die bemanning krijgt geen kans. Dan komt de verdrinkene aan de hemelpoort en ontmoet Petrus. Hij wordt er tot zijn

verbijstering niet toegelaten. Maar ik heb toch geloofd? Vraagt hij vertwijfeld. Waarop Petrus hem zegt: tot drie maal toe heeft God je je medemens gestuurd om je te redden en jij hebt tot driemaal toe geweigerd.

Toeval, chaos, voorbeschikking... bij de fatalistisch denkende mens wordt dat alles tot uitvlucht om niet zelf te doen, de ander niet toe te laten.

3) Collectivistisch denken leidt altijd tot vooroordelen en generaliseren.

Echte menings- en gewetensvorming zijn hier uitgesloten. 'Europese landen maken zich ongerust over de vloed aan illegale immigranten uit Koerdistan' staat er in de krantenkop van 2 januari 1998. Alsof een paar duizend oorspronkelijke Koerden niet zo rond het jaar 400 de vaders en moeder van het huidige Europa waren, en alsof Europa met 300 miljoen inwoners overspoeld zou kunnen raken met een paar duizend(!) Koerden. Behalve dus voor het collectief zelf (Europa) als voor de collectivistisch denkende individu, is deze neurotische trek een groot gevaar. Achter dit denken zit vaak een -vriend-vijand-zwart-wit- wereld- en mensbeeld.

De massa wordt met name gevormd doordat personen zich door het collectief kritisch laten uitschakelen; ze worden beloofd met individuele vrijheid, welvaart en nog zo wat (brood en spelen). Simone Weil schrijft: 'De Romeinen, die net als Hitler begrepen hadden dat macht alleen dan voluit doeltreffend is als zij omkleed is met enkele ideeën, bezigden de notie van het recht met die bedoeling... het recht verleent in feite aan hen die het onderwerpt geen ander recht dan om te gehoorzamen' (S. Weil, de geschonden ziel, over de menselijke waardigheid, Baarn, 1990, p.50). Het opvallende aan het uiterlijk van collectivistisch denkende mensen is hun uiterlijk, de oppervlakte waarmee men zich - weliswaar 'belijdend en gehoorzaam' - op de vlakte houdt en zich zo gescheiden van 'de anderen'.

De weg 'vom Typ zum Original' (boektitel van U. Böschmeyer, die daarin het geloof dat de mens is onderworpen aan de natuurwetten van het Enneagram ondergraaft) is een moeizame. Ik citeer Weil nog maar even: 'een gevangen geest die geen weet heeft van zijn eigen gevangenschap, leeft, zo kunnen we stellen, in gevangenschap' (l.c. p. 61) en even verder: "Buitengewoon briljante en intelligente mensen kunnen zo geboren worden, leven en sterven in dwaling. Het verschil tussen meer of minder intelligente mensen is als het onderscheid tussen criminelen die tot levenslange opsluiting zijn veroordeeld, en van wie de cellen verschillend in grootte zijn. Een intelligente mens die zich laat voorstaan op zijn intelligentie lijkt op een veroordeelde die er trots op is dat hij een grote cel heeft (l.c. p. 61). Als iemand zich ervan bewust wordt dat hij/zij tenminste collectivistische trekken in zijn eigen geest ontwaart en daar niet via de ontkenning en de leugens voor op de loop gaat, dan *begint* de weg naar

het origineel, naar 'Selbstverwirklichung in der Vollzugswirklichkeit der Existenz', naar de 'Ausdruck personaler Existenz' in termen van zinvol, waardig en waardevol. Die weg wordt door velen geweigerd, omdat de loutere denkmatige *erkenning* van het 'denkmatig gevangen-zijn' de geest dwingt om door het dal van het eigen 'niets' te gaan, door de staat van 'extreme en totale vernedering, die tegelijk de voorwaarde is om tot de waarheid door te dringen' (Weil, l.c.65).

Weil, die ondanks haar uiterst scherpe en kritische houding ten opzichte van haar tijd zelf de gevangene van een fatalistische levenshouding lijkt te zijn ('door een eeuwige beschikking van de Voorzienigheid wordt alles.... wat een mens, die handelt in een geest van rechtvaardigheid en waarheid, doet, bekleed met een glans van schoonheid' l.c.65), beschouwt die schoonheid als het hoogste mysterie op aarde. Maar het echte probleem van de massa c.q. van de individuen die de massa als 'crowd' (McDougall, *The group and the mind*, Cambridge, 1920) als 'onder hypnose (LeBon, Freud & Jung) 'vormen', zit zowaar niet in het schone, als 'Zweckmässigkeit ohne Zweck' (Kant) of als 'ervaring, absoluut leeg aan finaliteit' (Weil) maar juist in het **ontbreken en/of wegvallen** van het 'unbedingte' van de mens en in de tegenhanger daarvan; de 'unbedingte Mitmenschlichkeit'.

Frankl schrijft hier: 'Das Erbe des 19 Jahrhunderts haben wir jetzt antreten müssen: die ausgereifte Naturwissenschaft hatte zum Naturalismus geführt, und die Technik zu einer utilitaristischen Einstellung. Beiders war den Menschen in Fleisch und Blut übergegangen, anerzogen und angezuchtet worden, zur *Selbstverständlichkeit* geworden - einer Selbstverständlichkeit zu-gleich, die das *Selbst-Verständnis* des Menschen und dessen *Weltverständnis* erheblich erschweren musste. Begreift sich doch der Mensch nur mehr als Naturwesen - entsprechend der naturalistische Einstellung - und begreift er doch die Welt nunmehr nur noch als blosses *Mittel zum Zweck* - entsprechend der technisch-utilitaristischen Einstellung. So unterwirft er sich die Welt durch die Technik; gleichzeitig jedoch, während die Welt ihm ein 'Unterwurf' wird, wird er selbst, wird der Mensch sich selbst zum 'Gegenwurf', zum Objekt! So kommt es dann zur Paradoxie, dass der Mensch, indem er sich als *Naturwesen* versteht, an seiner eigenen *Natur*, seinem eigenen *Wesen* vorbeisieht.' (Logos und Existenz, Vienna, 1950, S 3-4). De collectivitisch denkende mens de-natur-eert zichzelf. Niet dat die mens zijn eigen 'waarde' niet kent, maar juist dat hij zichzelf als 'ding' beschouwt, berooft hem van zijn eigen waardigheid. Hij berooft zichzelf van zijn zelf-bezinning en daarmee van zijn innerlijke dialoog, waarin zowel de situationele vraag als ook de vraag naar de zin van het bestaan als ook de metavraag naar de uiteindelijke en wezenlijke bestemming van het mens-zijn zelf wordt begrepen; de vraag die mij bij

mijzelf brengt als bij de persoon die ik opgeroepen wordt om te zijn voor de ander, het andere, de toekomst. Schoonheid? Geluk? Jaspers spreekt hier over 'entscheidendes Sein' - dus niet: dat het er louter 'is', maar dat het beslist *wathet* is.

Frankl gaat een stap verder als hij zegt; om mens te zijn moet ik antwoorden op de vraag *wozu?* ik die mens in vrijheid ben en *wovor* ik vrij ben en dus: bewust verantwoordelijkheid opneem (Frankl, o.c. p. 43-45).

4.) *Het fanatisme.*

Het is geen wonder dat allerlei vormen van collectivistisch denken uiteindelijk leiden tot een of andere vorm van fanatisme. Fanatisme is die houding, die geen andere denkwijze duldt. Fanatisme is een zelf-waarneming, die het bestaansrecht van al het andere ontkent en uit angst het afwijkende uiteindelijk zal doden. Voor fanatici is alles geoorloofd, ieder middel is goed, als het doel maar bereikt wordt. Fanatici gaan over -spreekwoordelijke- lijken. Denk maar aan allerlei vormen van terrorisme; maar kijk ook even naar 'onschuldige' vormen van terrorisme, zoals daar zijn...De fanatiek denkende mens heeft bijna altijd een doel voor ogen

- in tegenstelling tot de provisorisch denkende mens, voor wie gelijk welk doel dienen kan als het maar niets vergt. Als het die mens niet lukt, vervalt hij in vertwijfeling - dieper dan het existentiële vacuum, want hij beschouwt zichzelf als mislukking in absolute termen en daarmee 'anders dan de gestelde norm', klaar om te worden opgeruimd. Het is duidelijk, dat het dwangmatige karakter van het fanatieke denken betekent dat de betrokkene een rigide en beperkt waardensysteem hanteert, voortdurend 'meet' en 'weegt' om alles onder controle te krijgen en te houden. We kunnen daar zowel met *neurotische trekken* als met echte *psychopathologie* te maken hebben.

(schema van E. Lukas, Psychologische Vorsorge, Freiburg, 1989, S. 114.)

Neurotisch	Psychopatisch	CN?
+++++		
te veel angst	te weinig angst	Ft, F
is op de vlucht voor onlustgevoelens	zoekt lustgevoelens	P, C.
geringe innerlijke zin-ervulling		
neemt kleinigheden tragisch, overprecies waar	neemt belangrijke dingen niet serieus genoeg	Ft, P
wil niets riskeren	neemt teveel risico	P, F.
wil dwangmatig precies zijn	bekommert zich nauwelijks om perfectie	P, Ft.
gestoorde persoonlijkheidsontwikkeling		
volgt blindelings gevoel	reageert/ acting out blindelings op gevoelens	F, P.
ziet de dingen goed maar doet ze niet	heeft weinig of geen inzicht	C, Ft.
dominante emoties		
pakt verantwoording voor de verkeerde dingen	weigert elke verantwoordelijkheid	P, C.
zelf-min-achting	veracht anderen	F, C.
lijdt zelf onnodig	laat anderen onnodig lijden	F, Ft.
verhoogde egocentriciteit		

Ft = fanatisme

P = provisorisch bestaan

F = fatalistisch denken

C = collectivistisch denken

Collectieve neurosen verwijderen mensen van hun 'optimaliteit', terwijl een weerstand tegen de 'pathologie van de tijdgeest' voor een optimalisering van persoonlijke mogelijkheden zorgt.