

Inhoud

- Voorwoord 9
- 1 De administratief medewerkster: *liefde die van geen nee wil weten* 19
 - 2 De geest in de slaapkamer: *eeuwige hartstocht* 48
 - 3 De vrouw die er niet was: *achterdocht en destructieve liefde* 66
 - 4 De man die alles had: *verslaafd aan de liefde* 99
 - 5 De ongeneeslijke romanticus: *over de onmogelijkheid van volmaakte liefde* 117
 - 6 De Amerikaanse evangelist: *zonden des vlezes* 145
 - 7 Het kousenspel: *dr. B. en Fräulein O., een verhaal met een moraal* 169
 - 8 Narcissus: *weerspiegelde begeerte* 183
 - 9 De nachtportier: *schuld en zelfbedrog* 200
 - 10 De 'goede' pedofiel: *perverse liefde* 231
 - 11 Het echtpaar: *onwaarschijnlijke liefde* 249
 - 12 Hersenobductie: *liefde op de snijtafel* 256
- Dankwoord 267
- Instellingen, organisaties en groepen voor geestelijke gezondheidszorg in Nederland 269

Voorwoord

De Romeinse filosoof Lucretius is beroemd vanwege zijn lange leerdicht *De natuur van de dingen*. Daarin passeren allerlei onderwerpen de revue, zoals de beweging van eerste deeltjes, de kosmos, tijd – en een heleboel psychologie.

Onderdeel van Lucretius' verhaal over geest en gedrag is een beschrijving van wat er gebeurt als mensen verliefd worden. Hij merkt op dat stapelverliefde mensen vaak in alle staten zijn, voortgedreven door een onstilbaar verlangen. Seksuele gemeenschap, die doorgaans hartstochtelijk en onstuimig wordt bedreven, biedt slechts tijdelijk soelaas, want geliefden willen altijd méér van elkaar. Het lijkt wel of Lucretius een verslaving bespreekt. Hij gebruikt taal waaruit blijkt dat verliefd worden net zoiets is als ziek of zelfs waanzinnig worden. De liefde, zegt hij, is als een onoverwinnelijke kwaal en geliefden kwijnen weg door onzichtbare verwondingen. De liefde heeft hen letterlijk ziek gemaakt: verzwakt als ze zijn, verzuimen ze hun plichten, gedragen zich dwaas, verspillen een vermogen aan buitensporige cadeaus, worden jaloers en onzeker.

Dan, na een opsomming van al deze symptomen, grijpt Lucretius naar een middel dat ook stand-upcomedians vaak gebruiken. Hij maakt ons aan het lachen door onze verwachtingen te ondergraven. Hij schrijft: 'Zo gaat het als het in de liefde klikt... stel je eens voor hoe het gaat als het niet klikt.' Ineens is hij niet meer de klassieke filosoof maar een vriend of de vent naast je aan de bar.

Lucretius vertelt vervolgens wat er gebeurt als het misgaat met

de liefde. Verliefden krijgen wanen en zijn niet meer tot een objectief oordeel in staat. Ze ervaren een soort doorlopende hallucinatie. Alledaagsheid en zelfs lelijkheid is in hun ogen buitengewone schoonheid. Ze kunnen niet bij hun geliefde vandaan blijven en de rest van de wereld doet er niet meer toe. Ze worden verachtelijk en krachteloos, en als ze al genot ervaren – sensualiteit, het plezier in elkaar – kan dat hen alleen maar aan banden leggen. De godin van de liefde, waarschuwt Lucretius, gebruikt boeien van staal.

Het is interessant en ook opmerkelijk dat een Romeinse filosoof die al meer dan tweeduizend jaar dood is ons een beschrijving van verliefdheid kan geven die we allemaal herkennen. Blijkbaar is de menselijke aard sinds de Oudheid in dit opzicht niet echt veranderd. Maar daar laat Lucretius het niet bij. Hij verfijnt zijn onderwerp en maakt onderscheid tussen liefde die wel en liefde die niet lukt, tussen liefde die normaal en liefde die abnormaal is. In zijn algemeenheid berust het hele vakgebied van de psychiatrie op deze tweedeling: het identificeren van abnormale individuen te midden van de bredere, ‘normale’ bevolking.

De symptomen die Lucretius associeert met gelukke liefde zijn maar een fractie minder erg dan de symptomen die hij associeert met niet-gelukke liefde. Dat wijst dus eerder op een continuüm van toenemende ernst dan op een echte verdeling in normaal en abnormaal. Ik betwijfel of Lucretius hier een uitgesproken mening over had; misschien heeft hij het onderscheid tussen beide soorten liefdes gewoon in zijn gedicht gestopt omdat hij die grap wilde maken.

Lucretius beschrijft de hopeloos verliefden als dwazen. Uit zijn verzen spreekt zelfs minachting. Hij nodigt ons uit met hem mee te lachen om hun dwaasheid. Het is een houding die velen vermoedelijk met hem delen. Er is een zeker bedenkelijk plezier te halen uit de aanblik van anderen die zichzelf voor gek zetten, maar wie de spot drijft met zijn verliefde medemens is hetzij hypocriet, hetzij een robot. Wie heeft zich niet dwaas – of minstens

opvallend anders dan anders – gedragen toen hij verliefd was? Alleen zij die gezelschap afwijzen of hun gevoelens onderdrukken zijn er immuun voor.

Over Lucretius zelf weten we maar weinig. Volgens de heilige Hiëronymus pleegde hij zelfmoord op middelbare leeftijd. Hij zou waanzinnig zijn geworden door een liefdesdrank. Misschien had hij verliefd zijn serieuzer moeten nemen.

Ze was slim, succesvol en gruwelijk depressief: een heel getalenteerde operazangeres. Zoals de meeste depressieve patiënten was ze ook extreem prikkelbaar. Ze vertelde me wat ze van de seks met haar man vond: ‘Ik voel me net een opblaaspop,’ zei ze. Haar mond werd een ‘o’ en ze hield haar armen en benen stijf. Toen keek ze me ineens aan alsof ze mijn aanwezigheid eerder niet had opgemerkt. Haar ogen werden spleetjes. ‘Waarom doet u dit?’ wilde ze weten. Ik antwoordde met een ondoordachte dooddoener. ‘Het is mijn werk...’ Ik had beter moeten weten, maar kreeg niet de kans om in detail te treden. Van een psycholoog had ze iets inzichtlijkers verwacht. ‘Al die ellende, al dat ongeluk,’ barstte ze los. ‘Elke dag weer... naar het gezeik van mensen luisteren... naar mijn gezeik luisteren! Wie doet zoiets voor zijn werk?’ Toen doofde het vuur in haar blik en voor mijn ogen zakte ze weg in een moeras van zelfhaat. Ze maakte een halfhartig, verontschuldigend gebaar. ‘Het geeft niet,’ zei ik. En ik gaf haar een beter antwoord, hoewel ook dat onvolledig en niet helemaal oprecht was.

Waarom ben ik eigenlijk psychotherapeut geworden?

Het brave, risicoloze antwoord is dat ik mensen wilde helpen. En dat is ook zo. Alleen, dat ligt zo voor de hand dat het helemaal niets zegt. Een beetje alsof je op je vraag aan een brandweerman waarom hij bij de brandweer is gegaan te horen krijgt: ‘Om branden te blussen.’

Zolang ik me kan herinneren, heb ik me al aangetrokken gevoeld tot achterlanden, grensgebieden, schemerzones en vreem-

de zaken. Als puber verslond ik het ene horror- en *weird fiction*-verhaal na het andere, bij uitstek genres die de meer obscure krochten van de geest en bizar gedrag verkennen. Deze fascinatie voor het buitenissige (met de nadruk op het psychologisch buitenissige) werd na verloop van tijd minder wellustig van aard en kreeg meer weg van een intellectuele nieuwsgierigheid, al is er in wezen niet heel veel aan veranderd.

Ik heb op veel verschillende locaties gewerkt, ook in een paar heel grote, aan alle kanten uitgedijde ziekenhuizen. Telkens wanneer de gelegenheid zich voordeed, trok ik me terug uit de smeteloze, officiële drukte van receptie, poliklinieken en verpleegafdelingen en zwierf ik liever door kelders, vergeten corridors en lege kantoren dan dat ik de brede hoofdgangen aanhield. Soms wandelde ik tijden door spookachtige, stille vertrekken zonder een sterveling tegen te komen. Op een van mijn verkenningstochten belandde ik in een kennelijk afgedankte operatiezaal met een plafond van glas. De meeste glasplaten waren kapot en her en der lagen verdorde bladeren op de tegelvloer. In het midden van de zaal stond een ouderwets apparaat met witgelakte delen. Het gevaarte, dat me in de verte deed denken aan een telescoop, stond op een wielvormig voetstuk en had heel veel hendels. Ik had het gevoel dat ik een roman van H.G. Wells of Jules Verne was binnengestapt. Een andere keer ontdekte ik een kamer met op de stoffige schappen tegen de muren rechthoekige perspex bakken waarin plakjes menselijke hersenen op sterkwater werden bewaard. Het beeld liet me niet los: het leek wel een geheugenbibliotheek. Op het terrein van een victoriaans gesticht vond ik een minimuseumpje dat kunstwerken van oud-patiënten herbergde. Ik was de enige bezoeker. Er dook een suppoost op, een levendig miniatuurvrouwtje dat meteen wilde weten wat naar mijn mening het effect van warm weer was op moordzuchtig gedrag.

Symptomen moeten een oorzaak hebben. Ze kunnen ontstaan uit hersenafwijkingen, uit balans geraakte neurotransmitters, onderdrukte herinneringen of vertekende gedachten. Maar symp-

tomen zijn ook het eindpunt van verhalen. Voor mij gaat psychotherapie net zo goed, en misschien nog wel meer, over vertellen als over wetenschap of medeleven. De gênante waarheid, die ik de depressieve operazangeres niet kon vertellen, was dat ik de dagelijkse ellende van de psychotherapie aankon omdat ik graag naar die verhalen luisterde, en dan vooral naar verhalen die iets vreemds hadden en een verklaring boden voor het optreden van ongebruikelijke of opvallende klinische manifestaties. Wat dat betreft wordt mijn knagende geweten gesust door het feit dat ik me in illuster gezelschap bevind.

De psychotherapeutische praktijk wordt al heel lang met verhalen vertellen in verband gebracht. Anna O., de patiënte die als eerste de behandeling onderging waaruit later de psychoanalyse is voortgekomen, kwam in een toestand van veranderd bewustzijn terecht waarin ze Josef Breuer (Freuds welwillende beschermheer en vakkbroeder) verhalen vertelde die hem deden denken aan het werk van Hans Christian Andersen. Haar verhalen waren een integraal onderdeel van haar behandeling en vormden voor haar de aanleiding om Breuers aanpak een 'praatkuur' te noemen.

Mensen zijn levende verhalenbundels. Praatkuren slaan die bundels open en brengen de verhalen naar buiten.

De kern van dit boek bestaat uit een serie waargebeurde verhalen over echte mensen, die bij me in therapie zijn gegaan omdat ze substantieel leed ondervonden dat toe te schrijven was aan verliefd worden of verliefd zijn. Hun problemen waren meestal emotioneel, seksueel of een combinatie van beide. Romantische liefde is, zoals Lucretius stelt, bijna altijd verbonden met lichamelijke verlangens. De klinische verschijnselen die ik beschrijf (de symptomen, gevoelens en gedragingen) zijn authentiek, maar ik heb mijn patiënten onherkenbaar gemaakt om hun anonimiteit te waarborgen.

Meer dan 3500 jaar geleden werden in Egypte de allereerste gedichten geschreven: delicate liefdesliederen die de wanhoop van

geliefden omschrijven als een kwaal. Ook in oude medische teksten wordt verliefd worden gezien als ziekte. De Griekse arts Galenus uit de tweede eeuw beschrijft een gehuwde vrouw die niet kon slapen en zich vreemd gedroeg nadat ze verliefd was geworden op een danser. Van de Oudheid tot de achttiende eeuw werd liefdespijn een legitieme diagnose gevonden, maar in de negentiende eeuw is dat in onbruik geraakt. Tegenwoordig hebben uitdrukkingen als 'liefdespijn' en 'ziek zijn van liefde' meer zeggingskracht als metafoor dan als diagnose.

Een verliefde die zijn of haar hart uitstort kan in het beste geval hopen op wat medeleven en een spottende, veelbetekenende glimlach. Ook plagerijen en hoon zijn algemeen voorkomende reacties.

Maar liefdespijn is geen kleinigheid. Onbeantwoorde liefde is een veelvoorkomende reden voor zelfdoding (vooral onder jongeren) en bijna tien procent van alle moorden houdt verband met seksuele jaloezie. En dan is er nog de visie die periodiek opgeld doet binnen de psychiatrie en psychologie: dat probleemrelaties niet enkel verband houden met psychische aandoeningen maar er een hoofdoorzaak van zijn.

Ik heb meer dan eens tegenover een door de liefde ziek geworden patiënt gezeten van wie het psychische leed en de gedragsstoornissen net zo hevig waren als de basissymptomen van een ernstige psychiatrische ziekte. Zulke patiënten vinden het vaak gênant om hun gedachten en gevoelens te uiten; ze accepteren de heersende visie dat lijden aan de liefde iets van voorbijgaande aard is, iets voor pubers, iets onbelangrijks of belachelijks. Niets is minder waar. Op het vlak van emoties en gedrag kunnen de gevolgen van verliefd worden blijvend en ingrijpend zijn. Ik heb gezien hoe doorsneelevens op hun kop werden gezet door ongebreidelde hartstocht; ik heb mensen gadeslagen die langdurige kwellingen moesten doorstaan omdat ze waren afgewezen; ik heb personen vergezeld naar de rand van psychologische ravijnen – duistere, angstaanjagende plekken – en, daar aangekomen,

aangevoeld dat een ongelukkige woordkeus of tactloze opmerking van mij voor hen wel eens de aanleiding kon zijn om dat laatste stapje over de rand te zetten; ik heb patiënten gehoor zien geven aan de verleidelijke lokroep van de vergetelheid en gezien hoe ze in de ban raakten van de belofte van bevrijding en eeuwige rust, ook wanneer ik hen, soms met de moed der wanhoop, probeerde over te halen een andere koers te varen. Ik heb mensen gezien die, leeggezogen door begeerte en hunkering, een slap aftreksel waren geworden van hun voormalige zelf. In geen van die gevallen ben ik in de verleiding gekomen om spottend en veelbetekend naar hen te glimlachen.

De term 'ongeneeslijke romanticus' is meer dan alleen een vermakelijke aanduiding: hij duidt op een ongemakkelijke klinische realiteit. Een van de hartstochtelijke dichters uit het oude Egypte schreef, veelzeggend, dat geen arts of artsenijmiddel zijn hart kon genezen. Misschien had hij gelijk.

De liefde is een grote gelijkmaker. Iedereen wil liefde, iedereen wordt verliefd, iedereen raakt de liefde kwijt, iedereen weet iets van de liefdesgekte; en wanneer het misgaat met de liefde doen onze betrekkelijke welvaart, opleiding en status er niet meer toe. De afgewezen hoogwaardigheidsbekleeder is net zo kwetsbaar als de buschauffeur die een blauwtje loopt. Vanaf Sigmund Freud zijn nagenoeg alle belangrijke theoretici van de psychotherapie het erover eens dat de liefde van essentieel belang is voor menselijk geluk.

Ik ben van mening dat de problemen die het gevolg zijn van de liefde – verdwazing, jaloezie, hartzeer, trauma, misplaatste gehechtheid en verslaving, om er maar een paar te noemen – serieuze aandacht behoeven en dat de scheidslijn tussen normale en abnormale liefde vaak geenszins duidelijk is. Mijn visie wordt, naar ik hoop, ondersteund door de soms nogal alarmerende onthullingen in de hoofdstukken hierna; alarmerend omdat ze uiteindelijk laten zien dat er in ons zenuwstelsel diepgewortelde, universele kwetsbaarheden besloten liggen, die daar door toedoen van evo-

lutionaire processen zijn gekomen. Eén miniem vonkje seksuele aantrekkingskracht kan een vuur doen opvlammen dat in staat is ons te verteren. Deze neiging is bij ieder van ons latent aanwezig, en dat verklaart waarom volledig tot wasdom gekomen voorbeelden ervan in de klinische praktijk zo schokkend en onrustbarend kunnen zijn. Ze zijn een goede aanleiding om bij onze eigen geschiedenis stil te staan en waarschuwen ons voor eventuele gevaren die in het verschiet liggen.

De psychotherapie staat bekend als een verdeeld vakgebied. Er zijn veel verschillende denkrichtingen (zoals die van de psychoanalyse, de gestaltpsychologie en de rationeel-erotische gedragstherapie), en elke school wordt vertegenwoordigd door een boegbeeld van wie de eigen aanpak afwijkt van de hoofdrichting, overigens zonder een vastomlijnd pakket aan basiswaarden en -principes aan te tasten. Deze afwijkingen van de orthodoxe leer variëren van onbeduidende theoretische aanpassingen tot groot-scheepse doctrinaire herziening. De geschiedenis van de psychotherapie is er een van intern conflict, verdeeldheid, afscheiding en intellectuele vijandschap. Op papier is dit te visualiseren als een ingewikkeld boomdiagram met diverse stammen waaraan een groot aantal takken en loten is ontsproten. Dit proces van groei en telkens optredende vertakking is ruim honderd jaar geleden begonnen en is nu nog aan de gang.

Voor een boek als dit is het gebruikelijk dat het blijkt geeft van de theoretische oriëntatie van de auteur. Symptomen worden typisch geïnterpreteerd en begrepen binnen het kader van de benadering die de voorkeur van de auteur heeft. Maar ik vind trouw aan een specifieke psychotherapeutische school onnodig beperkend, omdat ik geloof dat in de geschiedenis van het vakgebied zelfs de meest marginale vernieuwers bruikbare of betekenisvolle dingen hebben gezegd over oorsprong, behoud en behandeling van symptomen. De klinische beschrijvingen in dit boek gaan dan ook vergezeld van commentaren die aan veel verschillende perspectieven zijn ontleend.

Psychotherapeuten waren niet alleen onderling in dispuut ver-
wikkeld, ze namen en nemen – meer als één front – ook deel aan
een veel omvangrijkere discussie met biologisch psychiaters over
waar psychische aandoeningen nu eigenlijk vandaan komen. De
biologische psychiatrie gaat uit van de veronderstelling dat alle
psychische aandoeningen worden veroorzaakt door structurele
of chemische afwijkingen in de hersenen. Deze veronderstelling
is gebaseerd op de gedachte dat de biologie, als de fundamen-
telere wetenschap, de psychologie overtroeft. De relatieve status
die aan biologische en psychologische verslagen over psychische
aandoeningen wordt toegekend heeft vaak een polariserend effect
en tegenstanders uit beide kampen zijn gewoonlijk toegewijd en
gebeten. Ook dit debat vind ik – in zijn extreme vorm – allesbe-
halve vruchtbaar.

Zelfs als je veronderstelt dat alle psychische condities op her-
senkaarten kunnen worden ingetekend, wil dat nog niet zeggen
dat de psychologie geen geldigheid bezit, zoals ook de biologie
niet ongeldig wordt gemaakt door de scheikunde, noch de schei-
kunde door de natuurkunde. Bijna alles onder de zon kan op
verschillende manieren en op verschillende niveaus worden be-
schreven, en het geestelijk leven van de mens is daar geen uitzon-
dering op. Meerdere perspectieven zijn verhelderend en kunnen
verschijnselen completer en bevredigender beschrijven. Daarom
verwijs ik in mijn commentaar bij de casussen die ik beschrijf
ook naar de biologische psychiatrie en de hersenwetenschappen.

Hij was negentien, een filosofiestudent met ongewassen haar en
een twijfelachtige baard. De donkere wallen onder zijn ogen we-
zen op slapeloze nachten en uit zijn kleding steeg sigarettenwalm
op. Zijn vriendin had hem laten zitten en hij vertoonde veel van
de symptomen van liefdesverdriet die dichters al eeuwenlang op-
tekenen. Wanhoop en woede leken in golven van zijn lichaam af
te slaan.

‘Ik snap niet hoe het is gebeurd. Ik snap het gewoon niet.’ Ik