

# Verstrengeling van psychologische en existentiële problemen

Gebaseerd op *Nietzsches tranen*

Prof. dr. Frans de Jonghe is emeritus hoogleraar, psychiater en psychoanalyticus.

*De roman Nietzsches tranen van Irvin Yalom schetst een indringend beeld van de verstrengeling van psychologische en existentiële problemen in het dagelijkse leven en in de psychotherapeutische situatie. Ik ben mij ervan bewust dat ik hierna romanpersonages bespreek, bedacht naar aanleiding van historische figuren, maar met graagte laat ik mij meenemen door de illusie dat het om echte mensen gaat, en ik hoop dat u hetzelfde doet.*

## Breuers list

Dokter Breuer heeft een list bedacht. Hij zal zogenaamd bij Nietzsche in therapie gaan, met de geheime bedoeling geleidelijk de situatie om te draaien zodat de pseudo-client ongemerkt de echte therapeut wordt en de pseudotherapeut de echte cliënt. Breuer wil Nietzsche duidelijk maken dat hij met een groot psychologisch probleem worstelt. Nietzsche is wanhopig, meent Breuer, sinds hij door Lou Salomé is versmaad ten gunste van Paul Rée, tot voor kort Nietzsches beste vriend. Breuer wil een ‘wanhoopstherapie’ toepassen. Het is een praattherapie. Dat is ongehoord: mensen behandelen met het woord als medicijn? Ja, het is 1882. Breuer heeft

voorafgaand aan het geval Nietzsche één keer praattherapie toegepast. Zijn grote therapeutische succes, althans aanvankelijk, heeft opzien gebaard. Breuer wil dus Nietzsche in praattherapie nemen maar er is een probleem: Nietzsche is weliswaar overtuigd dat hij in lichamelijk opzicht ernstig ziek is en geeft toe wanhopig te zijn, maar hij is juist trots op wat hij zelf noemt: zijn ‘edele’ wanhoop. Waarom wil Breuer iemand behandelen die dat niet wil, voor een stoornis die deze zegt niet te vertonen? Omdat Lou Salomé hem dat gevraagd heeft en omdat Lou een vrouw is aan wie Breuer, als zo velen, niets kan weigeren. De list werkt. De twee mannen spreken af dat Breuer Nietzsche lichamelijk en Nietzsche Breuer geestelijk zal behandelen.

Breuer heeft de volgende strategie: ‘Ik ga zijn situatie beschrijven alsof zij de mijne was. Dan laat ik me door hem adviseren en op die manier zal hij ongemerkt zichzelf leren helpen.’ (181) Kent Breuer de situatie van Nietzsche? Jazeker, die heeft hij uitvoerig vernomen uit de bekoorlijke mond van Lou zelf. Helaas, Breuer valt in de kuil die hij voor Nietzsche heeft gegraven: ‘Eerst had Breuer zichzelf opzettelijk blootgegeven om een voorbeeld te geven aan Nietzsche’. (...) Maar al gauw was hij geheel verdiept geraakt in zijn biecht. (...) Het was een nieuwe ervaring: Breuer had nog nooit iemand zo veel over zichzelf verteld.’ (178) De ‘wanhoopstherapie’ geldt in toenemende mate voor Breuer zelf. De pseudocliënt wordt niet de echte therapeut maar de echte cliënt. De listige Breuer heeft onderschat hoezeer zijn eigen situatie lijkt op die van Nietzsche. Wanneer hij meent Nietzsches situatie te beschrijven *alsof* zij de zijne is, *is* zij ook de zijne. Breuer verkeert zelf in een diepe crisis. Hij is betoverd door Bertha Pappenheim, beter bekend onder het pseudoniem dat hij haar heeft gegeven: Anna O, toen hij de Weense, medische gemeenschap kond deed van zijn succesvolle, eerste praattherapie. Bertha was een patiënte van Breuer tot de therapeutische relatie volledig uit de hand liep. Breuer heeft geen onoorbare dingen gedaan maar dat heeft Bertha niet belet een schijnzwangerschap te ontwikkelen en te vertellen dat Breuer de aanstaande vader was. Toen was de maat vol. Breuer beëindigde de therapeutische relatie en liet Bertha in een psychiatrisch instituut opnemen. Dat neemt echter niet weg dat

Breuer dag en nacht aan haar denkt. Hij is, zo moet hij zichzelf toegeven, volledig in haar ban. Nietzsche verkeert in een vergelijkbare noodsituatie. Hij is afgewezen door de bekoorlijke Lou en toch weerloos in haar macht. Hij kan haar niet loslaten, schrijft woedende brieven, en zint op wraak. Kortom, de twee mannen zijn redeloos, radeloos en reddeloos overgeleverd aan de macht van een voor hen verderfelijke vrouw. Zij praten er met niemand over – tot ze met elkaar aan de praat raken.

### **Breuers verhaal**

Het verhaal van Breuer speelt zich af in het fin de siècle, in Wenen waar opkomend antisemitisme niet langer door Breuer, de Joodse vrijdenker en rationalist, kan worden geloofend. Daar komt bij dat hij veertig is geworden en het gevoel heeft dat zijn leven over zijn hoogtepunt heen is. Als kind was hij ‘een oneindig veelbelovende knaap’ (200) maar ‘die knaap op leeftijd heeft het punt bereikt waarop hij de zin van het leven niet meer ziet.’ (202) Zijn levensdoel was dat van alle jongens uit het Joodse getto: ‘wegkomen uit het getto, hoger komen, succes hebben, rijkdom, achtbaarheid.’ (202) Deze doelen heeft Breuer ruimschoots bereikt maar nu gelooft hij dat zij niet de werkelijke bestemming waren van de ‘oneindig veelbelovende knaap’. Het is niet de eerste crisis in Breuers leven. Toen hij negenentwintig was overleed zijn professor, die hij ‘zijn leermeester, steun, tweede vader’ noemt, de man ‘die hem opleidde om zijn opvolger te worden.’

Echter, de faculteit benoemde een ander. Dat was het einde van Breuers academische loopbaan. De zaak lijkt duidelijk. Breuer heeft in maatschappelijk opzicht veel bereikt maar de hoogleraarstoel innemen van zijn psychologische vader is hem niet vergund geweest. Hij ziet zichzelf als een gesjeesde professor en dat breekt hem op nu hij beseft dat hij maatschappelijk niet hoger zal klimmen dan waar hij op zijn veertigste gekomen is.

Het voorgaande is niet het hele verhaal. Welke rol speelt Bertha? Zij is een psychiatrische patiënt. Dat ontkent Breuer niet maar is zij niet veel meer dan alleen een patiënt? Breuer ziet in haar intelligentie, talent, creativiteit, kunstzinnigheid, zacht-aardigheid, sensitiviteit, en een liefdevol, genereus en opofferend gemoed. Hij vindt haar adembenemend mooi, ze aanbidt hem en is van hem totaal afhankelijk. Breuers leven is gekenmerkt door passie-loze rede, en Bertha belooft hem een flinke portie redeloze passie. Zijn leven is eentonig voorspelbaar. Hij is eerder waarnemer van dan deelnemer aan het leven. Gezien zijn leeftijd kan hij de eindigheid van zijn ongeleefde leven niet langer loochenen. Bertha zal hem helpen uit te breken uit de sleur van zijn bestaan. En dan is er nog iets dat mogelijk Breuers kernprobleem is. Hij is eenzaam. Hij is niet alleen – in ieder geval heeft hij een vrouw, vijf kinderen, drie schoonzussen en een stamkroeg – maar hij is eenzaam. Hij bekent: ‘Ik ben Bertha zelfs dankbaar omdat ze mijn eenzaamheid heeft weggenomen.’ (245)

## Nietzsches verhaal

Het verhaal van Nietzsche is in sommige, belangrijke opzichten gelijklopend aan dat van Breuer. Nietzsche zegt over Lou: ‘Hoewel ze beeldschoon was, vond ik haar ook een echte zielsverwante, mijn tweelingbrein.’ (307) Nietzsche is, in tegenstelling tot Breuer, wél hoogleraar geworden maar in professioneel en maatschappelijk opzicht is hij mislukt. Hij droomt van de Grote Liefde, meende deze in Lou te hebben gevonden en voelt zich door haar verraden. Ook hij is vooral en ten diepste eenzaam. Hij ontkent dat niet: ‘Soms denk ik dat geen mens ter wereld zo alleen is als ik.’ (244) Hij gaat er echter anders mee om dan Breuer: hij lijdt niet aan een ‘banale’ wanhoop maar aan een ‘edele’. Af en toe lijkt hij te beseffen dat hij van de nood een deugd gemaakt heeft, dat hij zijn grootheid heeft opgebouwd als een beschermwal tegen het beleven van zijn eenzaamheid. Dat zelfinzicht leidt echter niet tot zelfacceptatie maar tot zelfhaat: ‘Op het moment dat ik zeg “Ik kan de eenzaamheid niet meer verdragen” daal ik onnoemelijk in mijn eigen achting – want dan heb ik het edelste dat ik in me heb verzaakt.’ (306) Zijn probleem, zoals hij het ziet, is niet dat hij onvoldoende aan zijn eenzaamheid toekomt maar dat hij onvoldoende zijn eenzaamheid weet weg te houden. Nietzsches eenzaamheid verleent Lou een uitzonderlijke betekenis: ‘Dikwijls, in mijn diepste isolement, praat ik tegen mezelf. Maar niet te hard, want ik ben bang voor mijn eigen, holle echo. De enige, de enige die deze

holte heeft gevuld was Lou Salomé.’ (318) Kort gezegd, Breuer en Nietzsche zijn twee in de kerker van hun eenzaamheid opgesloten zielen. Bertha en Lou zijn twee langverwachte verlossers die echter blijken als verlossers niet te deugen.

### **Over eenzaamheid**

Yalom maakt in zijn boek *Existential Psychotherapy* (1980) een onderscheid tussen ‘interpersonal isolation’ (ik ben zo vrij het te vertalen als ‘vervreemding van de ander’), ‘intrapersonal isolation’ (ik zou zeggen: ‘vervreemding van jezelf’) en ‘existential isolation’ (existentiële vervreemding). De eerste twee vormen duid ik hierna aan met ‘psychologische eenzaamheid’, de laatste als ‘existentiële’. Yalom omschrijft deze laatste als ‘separation from the world’. Als voorbeelden mogen gelden dat ieder zijn eigen dood sterft en nooit die van een ander, dat ieder de ontwerper is van zijn eigen leven en niet ontworpen is door een ander, en dat ieder kind – als het goed gaat – opgroeit tot een autonoom individu. Het zijn gegevens die van toepassing zijn op Elckerlyck, oftewel: het zijn aspecten van het menszijn. Daar is dan ook geen kruid tegen gewassen, maar er is wél een balsem voor: vertroosting. De vertroosting die ik bedoel is een tussenmenselijk fenomeen. Zij veronderstelt twee of meer autonome individuen. Zij voltrekt zich ‘aan woorden voorbij’: zij is een basale beleving die geen woorden nodig heeft. Wij mensen willen er echter graag over praten en behelpen ons dan met woorden als ‘ont-

moeting’, ‘attunement’, ‘present moments’ en ‘meeting of minds’. Ik noem het weerklank. De diepe, menselijke behoefte aan weerklank betreft niet het verkrijgen van hulp, aandacht, bijval, bewondering, erotische of seksuele bevrediging – verwarring hierover leidt vaak tot pijnlijke misverstanden. Weerklank is de basis van ‘zielsverwantschap’ en kan een machtige troost zijn voor existentiële eenzaamheid. Zonder weerklank wordt existentiële eenzaamheid van een gegeven tot een probleem, vaak zelfs tot een onverdraaglijk probleem. Weerklank is dan ook een van de kostbaarste geschenken van de goden aan de mensen. Het is, helaas, een verraderlijk geschenk want weerklank is arglistig. Velen menen in hun nood weerklank te vinden bij iemand die, zoals Bertha en Lou, dat helemaal niet geeft. Kan het zijn dat de relationele problemen van Breuer en Nietzsche geleid hebben tot een psychologische eenzaamheid, die vertroosting voor existentiële eenzaamheid door weerklank vrijwel onmogelijk heeft gemaakt, waardoor deze laatste onverdraaglijk is geworden? Indien dat het geval is, tracht dan, zou ik zeggen, in de eerste plaats iets te doen aan de psychologische eenzaamheid. En wat doet therapeut Nietzsche?

### **Behandelstrategie van Nietzsche**

Breuer vertelt, nu als een echte cliënt, zijn ware, eigen verhaal. De therapeut Nietzsche vat de gedachten en gevoelens van Breuer over Bertha op als ‘een afleidingstactiek van de geest ... om de veel pijnlijkere, existen-

tiële bekommernissen die om aandacht schreeuwden niet te hoeven zien.’ (214) Waar het echt om gaat, meent hij, zijn de oerangsten van de existentie, waaronder existentiële eenzaamheid een prominente plaats inneemt. Wat Breuer vertelt over Bertha is ‘banaal verdriet’ dat dient om niet toe te komen aan het ‘nobele verdriet’. (198) Om kort te gaan, Nietzsche wil Breuer verduidelijken dat deze, net als hijzelf, met een existentieel probleem kampt terwijl Breuer Nietzsche wil laten inzien dat deze, net als hijzelf, met een psychologisch probleem worstelt. Het ziet ernaar uit dat Breuer zich door Nietzsche laat overtuigen. Als door een miraculeuze ingreep is hij plotseling van Bertha bevrijd. Door de interventie van Nietzsche? De vraag mag gesteld worden, immers, Breuer heeft een tweede list bedacht die hij Nietzsche niet heeft verklapt.

### **Breuers tweede list**

Breuer krijgt een ‘ingeving’ waardoor hij risicovrij een risico kan nemen. Hij bedenkt ‘dat ik in een hypnotische trance de ervaring van het opgeven van mijn huwelijk zou kunnen benaderen en het in werkelijkheid in stand zou kunnen houden.’ (301) Hij vraagt aan Freud, die van Bertha niets afweet, om hem onder hypnose te brengen en Freud gaat er op in. Onder hypnose bespiedt Breuer Bertha wanneer zij met haar nieuwe dokter, Durkin, wandelt in de tuin van het sanatorium. Tot zijn ontzetting ziet hij dat Bertha met Durkin precies hetzelfde doet als wat ze met hem deed. Het dringt tot Breuer door hoezeer hij wat

Bertha betreft inwisselbaar is voor een ander. Hij knapt finaal op haar af. Het was geen zachte landing maar hij is weer op aarde. Breuer is nu wel van Bertha genezen maar hij is nog niet genezen. Hij zoekt Eva Berger op, zijn vroegere assistente. Hij laat haar verstaan dat hij haar uitnodigt om mee te gaan naar Italië maar Eva praat er overheen en vermeldt terloops haar echtgenoot. Breuer wil nog weten of Eva het meende toen ze hem zei dat ze alles wilde doen, alles wat hij wilde, als dat hem zou redden van zijn hopeloze verliefdheid op Bertha. Hij bedoelt, maar zegt niet: of hij het toen goed heeft begrepen dat zij bereid was seks met hem te hebben. Zij antwoordt: ‘Josef, ik herinner me dat gesprek niet!’ (289) Breuer knapt wéér af. Breuer, twee illusies armer en nog steeds onder hypnose, wil naar Venetië om er een nieuw leven beginnen. Als eerste stap gaat hij naar de kapper, laat zijn baard afscheren en realiseert zich, met naakte kin in de spiegel kijkend, dat hij te oud is om opnieuw te beginnen. Hij is nu genezen van Bertha, van Eva en van Venetië, met dank aan Freud en de kapper. Onder hypnose heeft Breuer zich gerealiseerd wat hij blijkbaar al wist maar niet wilde weten, immers, de rol van Freud, die het verhaal van Breuer niet kende, was beperkt tot het induceren van een hypnotische toestand.

### **De wederdienst**

Nu Breuer bevrijd is wil hij op zijn beurt Nietzsche bevrijden. Hij wil hem laten inzien wat hij zelf door scha en schande

heeft geleerd. Eerst laat hij Nietzsche begrijpen dat Lou met hem, Breuer, is omgegaan precies zoals zij dat met Nietzsche placht te doen. Vervolgens bezorgt Breuer Nietzsche een klap vergelijkbaar aan die welke Eva hem, Breuer, heeft gegeven. Nietzsche heeft Breuer verteld dat hij één keer, op de top van de Sacro Monte, toen twee stralende, koraalrode wolken die op gezichten leken met elkaar versmolten, Lou had mogen kussen. Hij koestert deze herinnering als een hoogtepunt in zijn leven, ‘het enige heilige moment dat ik ooit heb gekend’. (316) Breuer vertelt nu Nietzsche dat Lou het nodig vond hem ieder van haar ontmoetingen met Nietzsche tot in de kleinste details te beschrijven, zonder iets weg te laten. Hij voegt er aan toe: ‘Ze probeerde het zich te herinneren, maar ze zei dat ze niet meer wist of ze je ooit had gekust!’ (316) Dit is doodsteek voor de gevoelens van Nietzsche voor Lou, en zo heeft Breuer het natuurlijk ook bedoeld.

### **De afloop**

De crisis is over, zowel voor Breuer als voor Nietzsche. Breuer noemt Nietzsche een vriend en biedt hem gastvrijheid. Nietzsche huilt. Het zijn tranen van opluchting en ontroering omdat hij eindelijk zijn gevoel met iemand heeft gedeeld, omdat hij zich voor het eerst heeft laten aanraken. Misschien had u mét mij gehoopt: daar hebben we de weerklank die zijn helende werking niet zal missen, maar Nietzsche herneemt zich snel: ‘Nee, mijn vriend, mijn

bestemming is het zoeken naar waarheid aan het andere uiteinde van de eenzaamheid. Mijn zoon, mijn Zarthoestra, zal binnenkort rijp zijn van wijsheid, maar zijn enige metgezel zal een adelaar zijn. Hij zal de eenzaamste man ter wereld zijn.’ (323) Nietzsche is weer zichzelf, jammer genoeg: ‘Ik hoor nergens, ik heb geen thuis’ (317); ‘Mijn thuis is mijn hutkoffer.’ (7) Hij gaat naar Italië, waar niemand op hem wacht. Vertrekt hij als een man die, door zijn ontmoeting met Breuer, meer dan ooit overtuigd is dat hij een van de weinigen is, misschien wel de enige, die de algemeen menselijke, existentiële eenzaamheid onder ogen durft te zien en er voor kiest deze te verdragen? Of vertrekt hij als een man die, ondanks zijn ontmoeting met Breuer, gedreven door onvermogen doorgaat met het gebruiken van de basale gegevens van de existentie om er zijn persoonlijke, op relationele en emotionele problemen berustende eenzaamheid te verbergen? Hij heeft Breuer voorgehouden existentiële problemen niet toe te dekken met emotionele maar dekt hij zelf niet emotionele problemen toe met existentiële?

Breuer is weer bereikbaar voor zijn vrouw Mathilde: ‘Ik heb het gevoel dat ik lang ben weggeweest. En nu ben ik terug.’ (295) Odysseus geeft geen toelichting. ‘Ik ben blij dat je terug bent. Ik heb je gemist’ zegt zij. Penelope stelt geen vragen. Over contact, intimiteit of weerklank tussen Breuer en Mathilde heb ik geen woord kunnen vinden, niet vóór en niet na Bertha. De toegewijde dokter besteedt veel tijd aan zijn

patiënten, weinig aan zijn vrouw en vrijwel geen aan zijn kinderen: ‘Ze (Mathilde) had er vaak bezwaar tegen gemaakt dat hij geen redelijke grenzen kon stellen aan de tijd die hij aan zijn patiënten besteedde’ (99) Heeft Breuer dank zij Nietzsche ingezien dat niet Mathilde zijn probleem is maar de existentie? Breuer heeft Nietzsches les goed geleerd maar was het een goede les? Is er iets veranderd aan zijn psychologische eenzaamheid? Breuer had in relationeel opzicht, reeds lang voordat hij Bertha leerde kennen, voorwaar geen geringe problemen. Over zijn vader zegt hij: ‘Kan het waar zijn dat ik zo hard hamer omdat ik hem haat omdat hij doodgegaan is? En zo luid hamer omdat ik nog steeds snak naar een gehoor?’ (273) Over zijn moeder vertelt hij dat hij haar niet heeft gekend maar wél weet dat ook zij Bertha heette.

Voor vrouwen in het algemeen geldt: ‘Er waren dagen (...) dat hij zich sterk en veilig voelde. Op zulke momenten zag hij vrouwen zoals ze werkelijk waren: zwoevende, verlangende wezens die de eindeloze, nijpende problemen van het dagelijks leven moesten oplossen; en hij zag hun borsten zoals ze waren: clusters borstweefsel, drijvend in plassen vet. (...) Maar er waren andere momenten – betoverende momenten, wanneer hij in de ban raakte van vrouwen die meer dan levensgroot waren, hun borsten opgezwollen tot reusachtige, magische bollen (...)’ (21) Over zijn collega’s zegt hij: ‘(...) het is werkelijk ontstellend hoe bang ik ben voor wat mijn collega’s van me denken. Ook al weet ik dat ze me respecteren, toch voel ik me altijd een charlatan

(...)’ (174) En, misschien nog het allerbelangrijkst, wat hemzelf betreft geldt wanneer hij in de spiegel kijkt: ‘Breuer verfoeide alles wat de spiegel weerkaatste – niet alleen de grijze vloedgolf en de dierlijke tanden en beharing, maar ook de haakneus die naar zijn kin toe groeide, de absurd grote oren, het massieve, naakte voorhoofd (...)’ (55-6) Dat lijken mij geen onaanzienlijke problemen, allicht leidend tot psychologische eenzaamheid die vertroosting voor existentiële eenzaamheid door weerklank onmogelijk maakt. Wat is er met deze problemen tijdens de door Nietzsche uitgevoerde therapie gebeurd? Anders gezegd: keert Breuer naar Mathilde terug als een man die door zijn ontmoeting met Nietzsche aan wijsheid heeft gewonnen of als een man die van Nietzsche geleerd heeft zijn psychologische problemen toe te dekken met de mantel der existentie? De toekomst zal het leren. Helaas, het enige wat ik nog van hem heb vernomen is: ‘Hij zette zijn comfortabele medische praktijk nog dertig jaar voort, maar heeft de praattherapie nooit meer gebruikt.’ (324)

## Literatuur

Irvin D. Yalom (1992). *When Nietzsche wept*. New York: Basic Books. In vertaling (van Else Hoog) *Nietzsches Tranen, roman van een obsessie*. (7<sup>de</sup> druk, 2007). Amsterdam: Uitgeverij Balans.

Irvin D. Yalom (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.