

Vrijheid en verantwoordelijkheid

Curieus

De film 'The curious case of Benjamin Button', gebaseerd op een verhaal van F. Scott Fitzgerald, toont het proces van vergankelijkheid in een omgekeerde volgorde. Benjamin Button is als pasgeborene klein maar biologisch oud en verjongt doorheen zijn bestaan om te sterven als een frisse 'demente' baby. De wereldse omgeving volgt daarentegen de 'normale' weg naar ouderdom en verval. En dat gegeven biedt ruimte voor bizarre gewaarwordingen, gebeurtenissen en ontmoetingen. Het moederschap en de bijbehorende verantwoordelijkheid van de geliefde van Button staan in schril contrast met diens onmogelijkheid de vaderrol op zich te nemen. Om maar één voorbeeld te geven. Ook het lot, of het toeval, speelt een belangrijke rol. En dan bedoel ik niet 'lot' in een spirituele zin, als iets wat iemand toekomt, als iets wat in de sterren staat en verantwoordelijkheid wegvaagt. Dan bedoel ik niet 'toeval' in de zin van wonderlijk, onverklaarbaar of 'out of the blue'. Neen, lot of toeval als onvoorspelbare oorzakelijkheid. Was je niet op dat moment in de tijd op die plaats geweest, dan... Dat overkomt ook de eerder genoemde geliefde. Was zij een paar seconden eerder of later de straat opgegaan, dan was zij niet geschept door een taxi met 'afwezige' chauffeur en was haar carrière als ballerina niet gesneuveld. Het leven neemt onverbiddelijk een andere loop. Als ik dat in beelden vertaald zie, moet ik onwillekeurig denken aan het ongeval dat mijn vader, begin jaren '60 van de vorige eeuw overkwam. Had zijn brommer meer snelheid gehad of was een afspraak uitgelopen, dan had die ene onoplettende bestuurder van die ene auto op dat ene moment hem niet geschept. De consequenties voor hem, zijn jonge gezin, familie, arbeidzaam leven... Het leven van iedere betrokkene werd (en wordt) er door beïnvloed. Beïnvloeding in de betekenis van dat er iets is gebeurd waartegenover eenieder een positie in moet nemen, maar wat tevens een niet te negeren sturing naar de toekomst met zich meebrengt. Wanneer ik zeg 'positie in nemen', dan geef ik daarmee aan dat er ruimte is te bewegen, om het leven te vormen, dus om zelf ook te sturen. Een essentiële menselijke trek. Het kenmerkt de individualiteit van iedere mens.

Individualisme

Filosoof Tibor Machan: "Aan individualisme is in het menselijk leven niet te ontkomen. Zelfs het er over praten veronderstelt het al. We zorgen ervoor dat dingen geschieden, dat iets ons niet zomaar overkomt. Individualiteit is een gegeven op het meest basale, feitelijke niveau – ieder persoon is één zijnde dat alleen geboren wordt, alleen sterft, met een uniek brein, persoonlijkheid, temperament, historie, etc. We kunnen dit onze ontologische individualiteit noemen: we kunnen namelijk niet over onze identiteit spreken zonder aan een 'ik' te refereren, aan persoonlijke verantwoordelijkheid, schuld, prestaties e.d. Een andere invalshoek: onze individualiteit is een optie die we *zouden moeten* kiezen en is niet een eenvoudig statisch feit. In deze zin is individualiteit een normatieve aangelegenheid, in dezelfde betekenis dat democratie en vriendschap normatief zijn – we zijn vrij deze te verkiezen of te verwerpen. Onze handelingen, en dan zeker de zeer persoonlijke, tonen dat we vaak kiezen voor individualiteit in plaats van conformiteit. Scherper gesteld: zó handelen lijkt onontkoombaar willen we floreren als creatieve, productieve, vindingrijke levende wezens."¹

De met persoonlijke verantwoordelijkheid verbonden vrijheid die Machan benoemt, sluit aan bij de existentialistische visie zoals die is verwoord door psychiater en novellist Irvin D. Yalom. In zijn standaardwerk *Existential psychotherapy*² beschrijft hij een viertal thema's dat ten grondslag ligt aan de menselijke existentie: de dood (vergankelijkheid), de vrijheid (verantwoordelijkheid), de eenzaamheid, de betekenisloosheid. In deze bijdrage, en in de komende uitgaven van Het Besluit (periodiek Stichting de Einder), wil ik bij die vier thema's stilstaan en een verband leggen met vragen, overwegingen en houdingen van cliënten waarmee een counselor te maken kan krijgen. Ik begin met 'vrijheid'. Yalom ontwikkelt zijn visie vanuit zowel de existentialistische filosofische traditie (o.m. Heidegger, Sartre, Camus, Arendt) als het psychologische werkveld zoals voortgekomen uit de zeer gevarieerde nalatenschap van Freud (o.m. Rank, Rogers, May, Maslov, Frankl, Perls). Freud zelf speelt overigens als voornamelijk reductionist en determinist geen rol van betekenis in het existentialistische denken.

¹Tibor R. Machan: *Classical individualism. The supreme importance of each human being*, 1998, p. 80-81.

²Irvin D. Yalom: *Existential psychotherapy*, 1980, p. 218 e.v.

Tot vrijheid gedoemd

Om meteen met de deur in huis te vallen: 'De mens is tot vrijheid gedoemd'. Aldus Jean-Paul Sartre. Geen ontkomen aan: alles wat iemand doet is diens verantwoordelijkheid – alle betekenis in het leven is gekoppeld aan de eigen creatie. Deze verantwoordelijkheid kan een ervaring van grondeloosheid met zich meebrengen en appelleren aan een oerangst, aan het weten er uiteindelijk alleen voor te staan (existentiële eenzaamheid). De mens is de onbetwiste auteur van zijn eigen leven. Overal waar hij de vrijheid heeft te beslissen en te handelen; ook waar de vrijheid beperkt wordt, in het innemen van een houding ten aanzien van die onvrijheid. En dat vrijheid beperkt wordt, is evident. We kunnen spreken over een wederkerige bepaaldheid: omgeving en gedrag zijn wederzijds afhankelijk.

Wie die verantwoordelijkheid niet wenst te accepteren en de schuld voor wat gebeurt in het leven bij anderen of iets anders legt, zal, zo stelt Yalom, falen in een therapie – of, breder gesteld, zal onmogelijk in staat zijn tot verandering of tot zelfwerkzaamheid. Eenmaal inzicht in de eigen rol in een dilemma, eenmaal de eigen verantwoordelijkheid geaccepteerd, kan gemotiveerd een proces van verandering ingezet worden. Het mag duidelijk zijn dat hoe actiever en daadkrachtiger een therapeut werkt, hoe meer diens cliënt verantwoordelijkheid kan vermijden...

De verdedigingsmechanismen tegen de eigen verantwoordelijkheid waar een therapeut of counselor mee te maken kan krijgen, zijn, naast vermijding, ontkenning ('controleverlies', onschuldig slachtofferschap), dwangmatigheid (zeggen ergens geen grip op te hebben, 'het overkomt me'). We stuiten hier ook op wat door Helmut Kaiser 'de menselijke paradox' genoemd wordt: we snakken naar autonomie maar willen graag afstand nemen van de directe consequentie ervan, isolement, door sterk gericht te zijn op anderen, door verbondenheid na te streven. Maar die verbondenheid kent –dus– een onverbiddelijke grens.

Schuld

Schuld kan omschreven worden als de donkere schaduw van verantwoordelijkheid. Om 'schuld' juist te duiden, moeten we een onderscheid maken. Allereerst is daar de traditionele betekenis: de schuld die gekoppeld is aan een misdaad. We kunnen ook spreken over neurotische schuld: schuldgevoelens, gevoelens van slechtheid, gevoel bij een overschrijding van een morele of sociale code. De derde betekenis is de existentiële: het schuldig zijn door overschrijding ten opzichte van jezelf. De schuld hier is, volgens Heidegger, intiem gerelateerd aan 'mogelijkheid'; wanneer het geweten roept (de authentieke wijze van zijn), dan is iemand schuldig tot op de hoogte dat iemand gefaald heeft het authentieke te vervullen. Schuld en verantwoordelijkheid zijn hier onlosmakelijk. Paul Tillich: "De mens is verantwoordelijk voor zijn leven; hij moet de vraag beantwoorden naar wat hij van zichzelf heeft gemaakt. Hij is zijn eigen rechter." Waarom ben je niet geworden wat alleen jij kon worden? We voelen ons schuldig voor het ongebruikte, ongeleefde leven. De existentiële schuld kan gezien worden als een positieve en constructieve emotie: de waarneming van het verschil tussen wat iets is en wat het *zou moeten* zijn. Heb ik alles uit mijn leven gehaald wat mogelijk is? Heb ik alle alternatieven overwogen om mijn leven ten positieve te veranderen? Zie ik niets over het hoofd? Kan ik op mijn sterfbed oprecht zeggen: het is goed geweest? Degene die overweegt om het leven te beëindigen kan zichzelf met dit soort vragen confronteren of zich laten confronteren. Aforismen van Nietzsche als 'sterf op het juiste moment' en 'consumeer je leven' sluiten bij de overwegingen aan.

Wens, wil, wilskracht

Het besef van verantwoordelijkheid is niet voldoende om iets van het leven te maken, ook al is dat iets het 'eind'. Er moet wat gewild worden en met wilskracht in beweging gezet worden. De *wens* gaat aan de wil vooraf. Volgens Rollo May is wensen het imaginair spelen met de mogelijkheid dat iets gaat gebeuren – de wens heeft betekenis, geeft inhoud en warmte aan de wil. Wil zonder wens droogt op tot een straffe Victoriaanse levenshouding; wens zonder wil maakt onvrij. De *wil* kan gezien worden als de verantwoordelijke beweging, als de bron van actie, de zitplaats van de *wilskracht*. Een beslissing is nodig om tot actie over te gaan.

Maar het nemen van een beslissing wordt vaak als problematisch ervaren. Waarom?

Allereerst sluiten beslissingen alternatieven uit: voor ieder 'ja' geldt een 'nee'. Beslissingen zijn dan ook kostbaar: het kost je al het andere... Het geeft de beperktheid aan van het aantal mogelijkheden, en hoe meer beperkingen hoe dichter bij de dood. De dood sluit verder alles uit.

Een (fundamentele) beslissing raakt aan de eerder genoemde grondeloosheid die wijst op de afwezigheid van externe 'deskundigen'; beslissen doe je alleen, niemand kan voor jou beslissen.

Ten derde: beslissen staat in relatie tot schuld. Bijvoorbeeld: iets doen wat een ander niet bevalt (ingaan tegen een opgelegde en sanctionerende structuur, denk aan opvoedingseisen van ouders); iets te laat doen (het leven had al

eerder een andere en mogelijk betere koers kunnen krijgen). De enige manier om met deze schuld om te gaan: verzoening, instemmend accepteren ('atonement'). "One can atone for the past only by altering the future."³

Beslissen

Nu kan het zijn dat de inhoud van de beslissing niet discutabel is. Dan nog kan er vaak reden zijn om het *beslissingsproces* als pijnlijk te ervaren en het te vermijden. Waar moeten we dan aan denken? Uitstel van beslissen is een eenvoudige strategie – vaak wordt niet beseft dat ook dat een beslissing is. Je kunt ook het verlies van wat een beslissing met zich meebrengt indekken door de beslissing ogenschijnlijk te vereenvoudigen. Of je kunt de alternatieven vernietigen, ontkrachten en devalueren – de vrijheid wordt dan gevreesd. Ook is er de mogelijkheid om iemand anders voor jou te laten 'beslissen' – een ander legt dan iets op (denk aan een arts of wetgever); hier beslis je dat een ander voor jou beslist. Je kunt de beslissing ook over laten aan iets: stand van de sterren, I Ching, religieus dogma.

Voor Yalom zijn deze opstellingen niet gewenst. Zijn standpunt is: iedere beslissing, hoe zelfdestructief die beslissing ook lijkt, levert het individu iets nuttigs op (een zgn. 'payoff'). Wat telt, is dat er iets geleerd wordt door het proces dat aangegaan is. Wat telt, is dat een mogelijk sluimerende wil wordt geïnspireerd. Wat telt, is dat persoonlijk meesterschap wordt ervaren. Het bewust nemen van persoonlijke verantwoordelijkheid naar toekomstige beslissingen en handelingen ligt dan binnen handbereik.

Ten einde raad

De vier genoemde existentiële thema's zijn alle nauw op elkaar betrokken. Ik heb hier voornamelijk stilgestaan bij 'vrijheid, verantwoordelijkheid en wil'; in de werkelijkheid spelen sterfelijkheid, eenzaamheid en betekenisloosheid daar belangrijke rollen bij. Wanneer ik tot slot een vertaalslag maak naar de cliënt die een counselor samenwerkend met De Einder benadert, kom ik haast vanzelf uit bij 'zelfbeschikking'. Deze beschikking is niet een theoretisch gegeven maar een gelaagd en beladen construct. Vele beslissingen waarvoor een mens komt te staan hebben consequenties voor diens sociale, culturele en natuurlijke omgeving. Dat betekent dat hij ter verantwoording kan worden geroepen voor die handelingen waarmee hij in het 'speelveld' van anderen komt. Logisch lijkt mij, de vrijheid van de één wordt beperkt door de vrijheid van de ander – daar mag niet ongevraagd in getreden worden. Maar hoe te reageren indien iemand besluit, om welke persoonlijk te rechtvaardigen reden ook, het leven te verlaten, en zich dus radicaal terugtrekt uit een maatschappelijke inbedding? Mag dat 'zo maar', mag die persoon dat wel zonder verantwoording af te leggen? Het lijkt mij onmogelijk af te dwingen. Wat te wensen is of te verwachten valt, is dat iemand de beslissing 'bespreekt' – voor of na de dood. Dat kan verzachten. Want zelfdoding is niet iemands lot, is geen toeval, maar –voor velen– het resultaat van op voorhand onvoorspelbare oorzakelijkheid.

© juni 2010

—

³Yalom, p. 321.