

Vuurvogel



Phoenix
Opleidingen

jaargang 4 – nummer 1/2007

verschijnt 2 x per jaar

'Eros en Thanatos'



Voorwoord

Dit is alweer de zesde editie van 'Vuurvogel'. Centraal staan deze keer twee belangrijke (de belangrijkste?) menselijke drijfveren, Eros en Thanatos, ofwel onze levensdrift en onze doodsdrijf. In begeleidingswerk spelen deze twee bij voortduring een rol, zij het niet altijd even aanwijsbaar. Toch weet Herman Cools in zijn artikel de wetmatigheden die zij met zich meebrengen inzichtelijk te beschrijven. Freud was trouwens de eerste die deze twee Griekse goden als symbool voor de menselijke driften koos en deze grondlegger van de psychotherapie komt dan ook uitgebreid aan bod in deze Vuurvogel. Hoe beide thema's hun betekenis in een mensenleven kunnen hebben, lees je concreet in het interview met Conny ten Klooster en in meer algemene zin in het artikel van Joke Goudswaard over karakterstructuren. Tenslotte ook aandacht voor ethiek: de Ethische Code van Phoenix Opleidingen is recentelijk gewijzigd en niet alleen van een nieuw jasje, maar ook van een aangepaste inhoud voorzien. Daarnaast zal binnenkort Ithaka verschijnen, een bundel gedichten, verhalen, beschouwingen en nog veel meer, ter illustratie en ter ondersteuning van die nieuwe Ethische Code. Als je wilt bijdragen aan de volgende uitgave: het thema daarvan is 'Muren en deuren'. Ook willen we je vast wijzen op het thema van 'Vuurvogel' van maart 2008, omdat we daarvoor graag veel bijdragen van (ex-)cursisten zouden ontvangen. We maken dan een nummer over de invloed van de Phoenix-opleiding(en) op het leven en/of het werk van (voormalige) cursisten. Een korte impressie of een wat langere beschouwing van jouw hand stellen we zeer op prijs. We hopen dat je met genoeg deze 'Vuurvogel' zult doorbladeren en lezen.

Sander Reinalda

Volgende uitgave

De volgende uitgave van 'Vuurvogel' gaat over 'Muren en deuren'. Als je aan dit nummer wilt bijdragen, laat het ons dan weten! Vuurvogel verschijnt in oktober 2007.

Wanneer aanleveren?

Lever je bijdrage voor 30 april 2007 aan bij info@phoenixopleidingen.nl. Vermeld erbij: Vuurvogel – Muren en deuren

Hoe aanleveren?

Tekst: digitaal aanleveren in Word, maximaal 4500 tekens, incl. spaties en leestekens. Illustratie of foto: beeldformaat op 100%, min. 300 dpi.

Plaatsing

Het plaatsen van de aangeleverde teksten en beelden is ter beoordeling aan de redactie. Over het al dan niet plaatsen wordt geen correspondentie gevoerd.

Inhoud

jaargang 4 – nummer 1/2007

- 2 Voorwoord
- 2 Volgende uitgave
- 2 Colofon
- 2 Lokroep
- 3/5 Interview met Conny ten Klooster
- 6/7 Instinctive reuzen
- 7 Boekentips
- 8/9 De karakterstructuren in relatie tot Eros en Thanatos
- 10/12 Serie 'Inspiratie' Freud is blijven reflecteren
- 12 Introductie Ihaka

Colofon

Phoenix Opleidingen
Raiffeisenlaan 26 A
3571 TE Utrecht
tel. 030 2711383
fax 030 2722547
www.phoenixopleidingen.nl
info@phoenixopleidingen.nl

Redactie:

Angelique van den Broek
Annelies van der Ploeg
Mientje Fluyt
Morten Hjort
Gé Ophelders
Heleen Reitsma
Sander Reinalda

Eindredactie:

Conny ten Klooster

Illustratie cover:

Paul Kaleja

Man zoekt intervisiegroep.

Ik heb de driejarige opleiding afgerond en start nu een eigen praktijk. Ik wil me graag aansluiten bij een intervisiegroep in het westen van het land. Bij wie is nog ruimte? Ik hoor het graag. Onno Bodenstaff, tel.: 070 3914346, ofbodenstaff@hetnet.nl

De redactie behoudt zich het recht voor om teksten in te korten en/of tekstuele wijzigingen aan te brengen. De inzenders krijgen hiervan bericht.

LOKROEP



Intervisiegroep zoekt mannen.

Wij zijn ex-Phoenixers, therapeuten en coaches in de groei. Ons doel is elkaar te ondersteunen en onze professionaliteit verder te ontwikkelen. Wil je meer weten? Marjan Born: marjanborn@reborn-coaching.nl

Interview met Conny

“Waar het hart vol van is, loopt de mond van over”

Gé Ophelders en Heleen Reitsma

Conny, we weten dat je in een klein dorpje bent geboren.

Wil je daar wat over vertellen?

Mijn moeder komt 'van de boerderij', mijn vader uit een arbeidersgezin. Mijn moeder woonde met haar ouders en grootouders, haar zusje en vier broertjes, waarvan de jongste vijf jaar, op een boerderij aan de IJssel, in Spoolde onder de rook van Zwolle. Mijn ouders moesten trouwen vanwege mijn komst. Ze waren jong en hadden geen huis. Mijn vaders vader werkte in Hasselt op de houtfabriek. Hij was een wijs man en vond dat het niet gezond was voor een jong stel om 'in te wonen'. Mijn moeder was hoogzwanger. Mijn opa had een plan. Hij zette met behulp van de familie in één nacht tijd een houten keet, een huisje met alles erop en eraan in de appelboomgaard bij de boerderij. “En niemand haalt jullie daar meer weg” zei hij, “want dan moeten ze een ander huis voor jullie zoeken...” En zo werd ik geboren in de nazomer in het houten huisje tussen de appelbomen. En zo bracht ik mijn eerste drie levensjaren door op de boerderij met mijn ouders, mijn grootouders en over-



grootouders, mijn tante en oompjes, met de wilde katten en de hond Konza, de koeien, de varkens, de paarden en de kippen, het land, de bomen en het water. Toen drie jaar later mijn zusje geboren werd verhuisden we naar Ittersum, naar een eensgezinswoning. Maar de boerderij is altijd mijn thuis gebleven...

Wat heeft een blijvende indruk op je gemaakt uit die tijd?

Een van mijn eerste echte herinneringen gaat over de hond Konza, een grote herdershond. Mijn opa was intussen overleden en mijn moeder ging vaak helpen op de boerderij. Met mijn zusje voorop en mij achterop, fietste ze dan naar Spoolde. Ik was gek op de hond. Ik was een jaar of vijf en hij was bijna net zo groot als ik. Ik liep met hem aan de lijn over de landweg bij de boerderij, toen er opeens iets gebeurde waar hij van schrok. De hond begon te trekken aan de lijn en ik hield vast en holde met hem mee. Maar hij was echt wild geworden en rende weg. Ik hield vast en binnen de kortste keren werd ik door de hond over het weggetje gesleurd en

moest ik wel loslaten. Mijn oma had alles gevolgd en kwam achter mij aan. De hond kreeg een uitbrander en ik twee toffees, voor elke zere knie een. Zo deed mijn oma dat. Als je je pijn had gedaan kreeg je een toffee op de zere plek. Dat beeld blijft altijd bij me: zij in de deuropening met haar verrukkelijke goudbruine toffees.

Vasthouden is voor jou dus een bekend thema. Hoe werkt dat voor jou als persoon en in je werk?

Het kind dat zich vasthoudt in de buik van de moeder. De laag van overleven door vast te houden. Ik herken dit in de manier waarop ik vasthoud in relaties. Ik heb veel lange vriendschappen, en mijn man en ik zijn al dertig jaar



samen. Ik ben geneigd tot het gaatje te gaan. Probeer altijd weer in het contact het gat te dichten, de dingen aan te kaarten, uit te spreken. Mijn man, Dirk, houdt daar gelukkig van. Het heeft me veel gebracht, maar ik heb echt moeten leren loslaten, sommige dingen gewoon te laten. Onze zoon, Bart, is wielrenner. Bij hem zie ik die combinatie. Je komt er niet, in zo'n koers van zes uur, zonder vasthouden én tegelijkertijd los te laten, je mee te laten voeren met de stroom. In mijn werk kan ik me gemakkelijk vastbijten in iets. Een artikel, een contact met een cursist, er komt een moment dat ik de push voel naar perfectie, naar het helemaal rond te maken. Dan moet ik mijzelf stoppen. In mijn eigen ontwikkeling zie ik het terug in hoe ik steeds weer op de volgende laag met m'n thema's aan de slag ga. Ik heb verschillende opleidingen gevolgd en heb nu al zo'n zes jaar mijn weg gevonden in de Ridhwan School van Almaas. Hij combineert het pad van spirituele groei met psychologisch werk. Wat mij vooral diep heeft geraakt zijn de retraites rondom de thema's macht, haat en vernietigingskracht. Spirituele groei gaat niet zonder de erkenning, herkenning en het bevatten van deze destructieve emoties in ons en dat daarin een grote positieve bron

schuilgaat. Ik heb ervaren hoe ze de toegang kunnen worden tot stilte en vrede, tot kracht en innerlijke waardigheid. Dit werk gaf een grote verdieping in mijn proces. Daarnaast is Carla Verberk van het Centrum voor Tantra in Amsterdam heel belangrijk voor mij geweest. Tien jaar geleden vroeg ik haar begeleiding, omdat ik een nieuwe ruimte in mijzelf voelde groeien en ik wist dat ik een gids nodig had die die ruimte kende. Ze bleek meer dan een gids, ze was een soort vroedvrouw. In de tantrische visie wordt seksuele energie gezien als levensenergie en als weg tot bewustzijn, tot wat je ook God kunt noemen. Tantra is eigenlijk het toelaten van de kracht van Eros zodat het tot liefde en bewustzijn kan worden. Wat Carla mij vooral gegeven heeft is acceptatie, eindeloze acceptatie van alles in mij en een houding van open onderzoek naar mijn ervaring. Dit was balsem voor mijn ziel. Waar ik ook mee kwam, alles was goed, in die zin dat alles wat in mij aanwezig was het waard was om te voelen, te onderzoeken, met nieuwsgierigheid tegemoet te treden, ook die veelheid aan negatieve gevoelens die ik zo goed ken(de). Afgelopen december nam ik afscheid van haar. Ook vasthouden kent zijn einde. De mildheid naar mijzelf, de steun van binnen uit neem ik mee.

Je had het net over Eros en loopt hiermee vooruit op het thema van deze Vuurvogel. Herken je het thema 'Eros en Thanatos' in je eigen leven?

Eigenlijk begint dat met hoe mijn leven begon. Mijn ouders, jong en verliefd. Eros in haar volle glorie: liefde en passie. En dan de schrik toen mijn moeder merkte dat ze zwanger was. Dat kon immers niet volgens de normen van de omgeving, van de kerkgemeenschap. In eerste instantie was mijn leven dus niet gewenst. Niet om mijn leven zelf, maar om de veroordeling die mijn ouders wachtte. Ze hebben het prachtig gedaan. Na de eerste maanden van geheimhouding en verwarring beloofden ze elkaar dat ze respect zouden

afdwingen bij de mensen om hen heen. En dat er niets op hen en hun kind aan te merken zou zijn. Ik werd in liefde geboren, genoemd naar de moeder van mijn vader en naar mijn eigen moeder. Pas veel later, rond mijn dertigste begreep ik dat hier de imprint in mijn ziel gelegd was voor wat ik kende als de kracht van mijn verlangen, en de kracht van mijn zelfvernietiging. Eros en Thanatos.

In mijn puberteit was ik bang voor mijn groeiende seksuele gevoelens. Ik probeerde die gevoelens te verbergen. Het lukte me niet ze te onderdrukken. Mijn lust voelde als gevaarlijk. Ik had natuurlijk geleerd dat je 'er te vroeg zwanger van kon worden'. Hier begon mijn zelfdestructie. Ik keurde mijzelf af vanwege mijn sterke verlangen. Toen ik veertien was zag ik films over de Tweede Wereldoorlog, de concentratiekampen. Ik weet nog dat ik bijna niet kon kijken, zo diep raakten me de verschrikking, de vernietiging, de onmacht. Tegelijkertijd ontdekte ik dat ik me kon inleven in de onderdrukker. Ik kon iets meevoelen van het genoegeneerloze mensen te kwellen... Daar ontstond mijn zelfhaat. Ik kon hier niet mee dealen, ik kon alleen maar mijzelf veroordelen, zo'n slecht mens als ik me voelde.

Lang heb ik in die spanning geleefd van zoveel levenslust en verlangen en zoveel afwijzing en zelfhaat. Ik stikte erin. Een prachtig klein verhaaltje uit de soefi-traditie 'Hoe een vogel er uit zou moeten zien.' verwoordt dit proces zo pijnlijk precies:

Op een dag vond Nasrudin een vreemde vogel, een valk, op zijn vensterbank. Hij had nooit eerder zo'n vogel gezien. "Ach, arm ding", zei hij, "Wat ben jij zielig! Hoe ben jij ooit in zo'n vreselijke staat terecht gekomen?" Nasrudin knipte de klauwen recht, brak de snavel naar voren en trimde de vleugels. "Zo, nu lijkt je meer op een vogel", zei hij tevreden."

Als ik zie waar ik nu sta dan denk ik dat misschien wel juist die spanning in mij de kracht gegenereerd heeft om me ervan te bevrijden, waarmee ik die twee, Eros en Thanatos, heb pogen te verbinden. De pijn van de zelfhaat als bron voor mijn zoektocht naar mijzelf.

Zou je op deze thematiek nog wat concreter in willen gaan?

Toen ik achtentwintig was verloren we ons tweede kindje na vijf maanden zwangerschap en twee weken ziekenhuis. Een keerpunt in mijn leven. Een intense ontmoeting met dit kindje, met het leven, juist door de dreiging van de dood. Het was pijnlijk, maar ook van een grote schoonheid. Het was misschien wel voor het eerst dat ik mij helemaal welkom voelde en mij goed voelde zo als ik was. Deze ervaring heeft mij geconfronteerd met de betekenis van mijn eigen begin. Het was een soort negatief van mijn foto. Het heeft een diep verlangen in mij losgemaakt, een verlangen naar heelheid, naar liefde en zelfliefde, naar verbinding met het grotere. Maar het voelde lange tijd als verlangen terug naar de ontmoeting met dit kindje, of als verlangen naar een volgende zwangerschap, die niet kwam. Mijn reis naar binnen begon. Zeven jaar heb ik geworsteld met niet meer willen leven, niet meer weten hoe. Ik voelde me verloren in liefde en verlangen. In die tijd had ik net een nieuwe baan bij de teamnascholing van de Hogeschool Holland. Mijn verlangen zocht een uitweg in ambitie in mijn werk als begeleider en trainer. Ik deed opleiding na opleiding, op zoek naar bodem in mijzelf.

Achteraf kan ik zeggen dat deze ervaring met dood en verlies, met onvervuld verlangen me heeft verzacht, me dicht bij mijzelf en de ander gebracht heeft, dicht bij geduld en vooral dicht bij overgave.

Ik pluk er nu de vruchten van. Het gewone leven is waar het om gaat, waar ik rustig word, waar ik me verbonden voel en welkom. Daar ontstaat de

inspiratie anderen te leren wat mij zelf zo geholpen heeft, waar ik zelf zo enthousiast over ben..

Heeft dat ertoe geleid dat je in het onderwijs en de opleidings- en trainingswereld terecht bent gekomen?

Op de lagere school al wou ik 'juf' worden. Ik herinner me mijn enthousiasme als ik iets begreep en kon het dan niet laten het andere kinderen uit te leggen, achterstevoren in mijn bank. En op mijn rapport stond dan: 'Er is een maar... dat mondje van haar!'. Vanaf het moment dat ik lezen kon waren boeken mijn grote liefde, de voeding voor mijn geheime binnenwereld. Ik verslond sprookjesboeken. Mijn vader kocht voor 10 à 20 cent afgedankte boeken van de bibliotheek. Op de middelbare school werd ik verliefd op een leraar Nederlands. Twee jaar echt heel verliefd. En tja, geen onbekend verhaal, ik ging Nederlands studeren en wilde leraar worden. Tegelijkertijd was ik geïnteresseerd in psychologie. Vooral geïnspireerd door mijn eigen moeite met mijzelf in mijn puberteit. Gaandeweg begreep ik dat mijn liefde voor romans ook sterk te maken had met mijn verlangen de mens en zijn motieven en drijfveren, zijn angsten en verlangens te begrijpen, mijn verlangen het leven en mijzelf te begrijpen. Toen ik na mijn studie geconfronteerd werd met grote werkloosheidscijfers onder Neerlandici begon mijn weg naar mijn trainerschap van nu.

Via een tijdelijke baan als assistent bij het fusieproject op de Hogeschool Holland, solliciteerde ik intern bij de afdeling Teamnascholing. Ik werd aangenomen op voorwaarde dat ik de opleiding Leerlingbegeleiding zou volgen bij Wibe Veenbaas, Piet Weisfelt en Monique van Hattum. Ik wilde niets liever!! Zo is mijn nieuwe loopbaan begonnen. Vier jaar later vroeg Wibe mij te komen werken bij die opleiding. En weer tien jaar later vroegen hij en Jannie mij, samen met Sander, te komen

werken op Phoenix. Zo kon ik twee keer een belangrijke volgende stap maken in mijn leven en werk, in mijn groei. Voor beide ben ik hen dankbaar.

Zeker bij Phoenix bestaat de mogelijkheid jezelf in te zetten, zodat anderen kunnen leren. Hoe verliep dat voor jou?

Ik ken het nog steeds, mijn hart dat oplicht als ik iets 'zie', dieper inzicht krijg, iets van binnenuit begrijp en aan den lijve ervaar. En waar het hart vol van is stroomt de mond van over. Zo ging dat en zo gaat dat nog. Dat is misschien wel mijn jongste inspiratie voor mijn vak van nu. Het werk dat ik nu doe bij Phoenix ligt zo dichtbij mijn eigen ervaring. Als het over de ander gaat, gaat het over aspecten van mijzelf. Het geeft me diepe voldoening wat ik zelf heb doorgewerkt vruchtbaar te kunnen maken voor cursisten en cliënten, te vertalen naar de opleiding en daar zelf weer van te leren. Ik geniet elke keer als ik het inzicht zie in de ogen van de ander, als ik merk dat iemand dicht bij zichzelf komt.

Hoe spelen Eros en Thanatos in de groepstraining van Phoenix?

In de driejarige hebben we expliciet dagen over verlangen en seksualiteit en over de schaduw. Het onderzoek naar het verlangen als drijfveer, de pijn van het gemis en het verzet tegen verandering komt bij veel thema's aan de orde. Al een paar jaar geef ik bij Phoenix de workshops 'Overgave' voor vrouwen, samen met Jannie, rondom seksualiteit en verlangen vanuit een tantrische visie en de vervolgworkshop 'De kracht van de schaduw' rondom de schaduw en het omgaan met gevoelens van woede en haat. Ik houd veel van deze dagen. Het zijn de gebieden waarin ik zelf het meest heb moeten uitzoeken.

Wat is het effect van het werken met Eros en Thanatos voor cursisten?

Het verrassende voor mij is dat bij beide workshops de cursisten na twee

dagen dicht bij liefde zijn, liefde naar de ander en naar zichzelf. Het hart gaat open. Ik zie ook meer gebundelde energie, meer eigenwaarde. Bij 'Overgave' zit die in de levendigheid van de vrouwen, ze zijn meer in hun bekken geland en dat straalt uit hun ogen. Bij de 'Schaduw' zit het meer in de focus, de stilte en de afgrenzing.

En de laatste vraag: Welke boeken zijn er voor jou dit jaar uitgesprongen?

'Knielen op een bed violen' van Jan Siebelink. Die sfeer van streven naar zuiverheid en vervallen in zonde en de angst voor verdoemenis, voor de straffende god ken ik goed van vroeger. 'Holy Cow' van Sarah McDonald. Zo mooi als India in haar schoonheid en lelijkheid beschreven wordt. Zo mooi als in dit boek de verschillende belevingen van God naar voren komen, en hoe zonder oordeel al die geloven en uitingen naast elkaar staan.

Verhaaltje valk.

Uit: "Two volumes in One" - The exploits of the Incomparable, Mulla Nasrudin, door I orie Shan

PHOENIX IN DE PERS

Recensie door Onno Uringa van het boek 'De Maskermaker', in: Inzicht, tijdschrift voor NLP, nummer 31, winter 2006

Een kus

'Zal ik je eens een levensgevaarlijke kus geven?' Ze ging op haar tenen staan, legde haar handen in mijn nek en gaf mij een levensgevaarlijke kus, zo'n kus die aan een zijden draadje hangt en heen en weer wiepelt, om zijn as tolt en wegschiet-

ik kon hem niet tegenhouden, ik riep, zwaaide met mijn armen, holde hem achterna-

zo'n kus die zich omdraait en aanlegt, iets hoger, iets lager, zo'n dodelijke kus.

Uit: 'Alleen liefde' Toon Tellegen

INSTINCTIEVE REUZEN

Wibe Veenbaas, Herman Cools

Eros en Thanatos zijn de reuzen onder de instincten. Het was Sigmund Freud die deze donkere, libidineuze krachten onder het oude Griekse stof vandaan haalde en erop wees hoe ze het gedrag van mensen conditioneren en aansturen.

Eros staat voor de basale, magnetische oerenergie. In oude mythen wordt verhaald hoe deze vervaarlijke engel uit de chaos ontstond, uit een gapende leegte. De Grieken stelden hem voor als een dierlijk, donker wezen, met gouden vleugels. Wie met hem in aanraking komt, gaat drijven op begeerte en ervaart heftige opwindning. Met passie willen we ons verbinden en ons bestaan verruimen. 'Eros,' zegt Joseph Campbell, 'is de drang van de organen naar elkaar.' We willen bruisend leven. Met vurige vleugels willen we vliegen en hunkeren we ernaar om uit te reiken en nieuwe werelden te scheppen. Geboren uit een nest van leegte, smacht Eros naar warmte en volheid.

De Indische chakratraditie verbeeldt Eros als een slapende, opgerolde slang die op de bodem van ons bekken rust. De oerkracht, de Grote Erotiek, ligt er te wachten om in beweging te komen. Als ware slangenbezweerders kunnen we zoveel trillingen en muziek te weeg brengen in ons leven dat de Erosslang ontwaakt en met grote sierlijkheid in beweging komt. Wanneer de energie gaat stromen en in ons bekken begint te bewegen, brengt ze intens plezier teweeg. De 'kleine' erotiek van betasten, kussen, voelen, aanraken, binnendringen en gepenetreerd worden, is – op het niveau van de ervaring, van de menselijke maat – het medium waarlangs we de Grote Eros in dit aardse bestaan kunnen waarnemen.

Thanatos daarentegen is vertrouwd met uitdoven, vernietigen, scheiden. De oude Grieken wisten dat hij in een vallei woont en het zonlicht vermijdt. Hij verschuilt zich in spelonken en houdt

van de nacht. In vele verhalen loopt hij rond in een zwarte kapmantel, met een zandloper in de hand. Zijn gezicht is lijkleek. De geur van rottende paddenstoelen is nooit ver weg. Thanatos is de naam voor de kracht in ons bestaan die alles wat uitgeleefd, gestold, verdord of gestokt is, opruimt. Wanneer de dood in ons leven verschijnt, staan alle cellen van ons systeem en ons lichaam wijd open. Het leven glipt ons uit handen en valt uit elkaar. Thanatos doet pijn en heeft vaak een gruwelijk gezicht. Ontnuchterd en verbijsterd kijken we toe hoe hij de levensboom snoeit en beperkt. En zoals opwieken en vliegen metaforen zijn die bij Eros horen, zo zijn vallen, afdalen en ontbinden de bewegingen van de dood, deze meester in onthechting.

Soms wordt gedacht dat Eros en Thanatos vijanden zijn en lijnrecht tegenover elkaar staan. Vanuit een dynamisch, systemisch perspectief is dit niet zo. Diep onder de oppervlaktelagen van ons bestaan zijn beide grootmachten voortdurend in beweging. Het is waar dat de instinctieve giganten soms met elkaar vechten, maar in wezen zijn ze op elkaar gericht.

Het orgasme, de meest intense gewaarwording van de erotische levensdrift, is in zijn dieptestructuur een 'oefening' in thanatos. De Fransen noemen het 'la petite mort'. Je zou ook kunnen spreken over 'sterven vóór je sterft': het mysterie van de Grote Dood laat zich ervaren in het kleine sterven. De intensiteit van een opgeladen lichaam kan niet eeuwig duren, regelmatig hebben we ook ontlasting nodig. Je kan niet blijven drijven op intensiteit, creativiteit en adrenaline,

als je nooit buigt voor krachten die beperken en doen uiteenvallen. Wie niet kan loslaten, wordt overweldigd door sensaties, indrukken, herinneringen... en vergiftigt zijn vermogen tot voelen. Als je jezelf van kop tot teen in het leven gegooit hebt, als je er vurig van gehouden hebt, als je het helemaal opgebruikt en versleten hebt, dan is het een zegen om te gaan. Thanatos is een vriend van het leven en een zuiverende kracht die ons bevrijdt van de last van het verleden. Een erotisch leven dat helemaal doorleefd is, gerijpt als graan, wil uiteindelijk sterven. Het uur van de dood zorgt voor vernietiging en chaos, die op hun beurt weer de voedingsbodems genereren voor nieuw leven, voor een hernieuwde erosbeweging. In oude verhalen wordt verteld hoe de ingang van de grot waar Thanatos zich ophoudt dichtgegroeid is met papavers. De uitbundige aanwezigheid van klaprozen op oorlogsvelden van weleer zijn stille getuigen van hoe Thanatos in dienst staat van nieuw leven. De broze schoonheid van de bloemen wordt gecreëerd door het nitraat van de ontbindende lichamen.

Wie met mensen op identiteitsniveau werkt, kan niet om deze twee giganten heen. Een begeleider, een coach, een psychotherapeut dient vertrouwd te zijn met de Twee Gezichten van het leven. Wanneer mensen hun verhaal vertellen of hun dromen neerzetten, lichten levens- of doodsdrijf vaak subtiel op in een zucht, een verlangen, in de stilte tussen twee woorden. Eros kan bijvoorbeeld herkend worden op momenten dat het hart van mensen open gaat, wanneer ze geraakt worden of verliefd, wanneer hun gezicht meer kleur krijgt, of terwijl ze plannen maken voor de toekomst. In dromen kan Eros soms de arena binnenstormen in de vorm van felle kleuren of het zwaaien van een oude vrouw. De rijkdom die deze levensreus kwistig om zich heen strooit, dient van binnen helemaal aangenomen te worden, opdat impasses vrijgemaakt

worden, opdat wonden geheeld worden en het leven (opnieuw) kan stromen. De gigantisch kolkende doodskracht vergezelt ons dan weer bij rouwverwerking, bij het begeleiden van mensen om af te dalen in hun verdriet en op de bodem van het leven te buigen voor hun verlies. De (droom)beelden die Thanatos vanuit het collectief onbewuste omhoogstuwt, zijn dikwijls ontroerend eenvoudig én veelzeggend: een dode boom, iemand die een mes in de rug van een ander plant, een kuil in de aarde, ja zelfs klaprozen. In het wetende veld dat tijdens systemisch werk ontstaat, in de manier waarop representanten stilstaan of bewegen, kun je vaak zien hoe mensen naar de doden uit hun systeem van herkomst toegetrokken worden, en hoe deze drang het leven leeg zuigt. Wie de diepte van de rouw niet neemt, houdt ook Eros op afstand. Levensangst ontstaat daar waar geen afscheid genomen wordt. Mensen die in een sterke trance verblijven bijvoorbeeld, verraden vaak niet genomen rouw: ze huilen heftig van binnen, terwijl ze uiterlijk vaak alleen maar afwezigheid of dofheid uitstralen. Ze lijken te zeggen tegen de doden: 'Diep in mijn hart heb ik je nog steeds intens lief.' Wat een rust ontstaat er, wat een sereniteit, wanneer deze woorden in opstellingswerk uitgesproken kunnen worden. Als er gebogen wordt voor de dood, biedt Eros zich in alle stilte opnieuw aan.

Wanneer Eros en Thanatos als zodanig opgesteld worden tijdens een constellatie, worden mensen niet zelden aangehaakt door siddering en betovering. Soms wordt ook zichtbaar hoe één van beide giganten in de schaduw geduwd werd en er een bevroren of vijandig bestaan ging leven. Het werken met polariteiten biedt hier dan mogelijkheden. Wanneer de twee giganten ruimtelijk 'verankerd' worden en mensen er tussen gaan bewegen, kunnen ze bewustzijn ontwikkelen over de bevroren reus in henzelf. Al wandelend ontdekken ze beperkende overtuigingen en

verstrikkingen, die, eenmaal begrepen, kunnen smelten.

Ook in relatietherapie kan een begeleider beide grootmachten herkennen en ermee werken. Soms komt in de begeleiding een polarisatie aan het licht: hoe de ene partner zich hartstochtelijk, zelfs fanatiek, verbindt met Eros en er zich aan wil vastklampen, terwijl de andere een 'verdediger' wordt van de god van de afbraak. De ene wil voortdurend samen zijn, praten, vrijen, knuffelen, terwijl de ander ruimte en differentiatie nodig heeft, afstand scheidt en begrenst. De begeleider kan de partners uitnodigen om zich volledig te laten omhelzen door de Reus die hen het meest vertrouwd is, zodat het verlangen om uit te reiken naar

de Reus aan de overkant kan groeien. Zo kan een perspectiefwisseling ontstaan, die weer stroming in het veld van de relatie brengt.

Altijd maar weer zien we dezelfde wetmatigheid werken: telkens wanneer de verwaarloosde reus opnieuw als levensbron geëerd wordt, draagt hij overvloedig bij aan de kwaliteit van het leven. In het streven naar integratie leidt Eros naar wijsheid en een warme liefde voor het bestaan. De hunkering van Thanatos naar verstoring daarentegen brengt zuivering en mededogen teweeg. Het samenspel van deze grootse krachten in de ziel van elk mensenkind creëert een dialectiek van diepte.

BOEKENTIPS

Amoz Os, Een verhaal van liefde en duisternis, ISBN 90 234 2210 4
Zijn magnifieke magnum opus over de ontwikkeling van zijn schrijverschap, de ontstaansgeschiedenis van Israël, de geschiedenis van zijn Oost-Europese familie, maar bovenal een doordringende, van bedwongen emotie doortrokken beschrijving van zijn ouders. Hij Sturm und Drang en rationeel, zij poëtisch en introvert melancholisch. En dan de onverwachte zelfmoord van zijn moeder op 38-jarige leeftijd en de invloed daarvan op de vader en de zoon.

Patricia Duncker, De Foucault Hallucinatie, ISBN 90 6801 483 8
Een Engelse promovendus gaat op zoek naar zijn 'onderzoeksobject', het eens gevierde enfant terrible van de Franse letteren: Paul Michel. Nadat hij hem uit een psychiatrische inrichting vrij heeft gekregen, wordt de Engelsman heen en weer geslingerd tussen een uitzinnige levenslust en een verzengende doodsangst, eindigend met een bizarre ontdekking.

Peter Gay, Freud: pionier van het moderne leven, ISBN 90 234 1797 6
Met maar liefst 845 pagina's heeft Gay een standaardwerk over Freud geschreven. Hij richt zich in deze biografie vooral op de relatie van Freud tot zijn werk, dat tot in detail uiteen wordt gezet. Gay is een aangename en intelligente verteller, een begaafd stilist en hij heeft gezorgd voor een doordachte opbouw in het monumentale werk.

Irvin Yalom, Nietzsches tranen, ISBN 90 5018 247 X
Freud, als jong medisch internist, speelt in dit pakkend en spannend boek slechts een bijrol. Aan de vooravond van de geboorte van de psychoanalyse sluiten Friedrich Nietzsche en Josef Breuer, een vriend van Freud, een geheim pact. Breuer analyseert Nietzsche's doodsdrijf, omgekeerd hoopt Breuer dat de filosoof hem helpt hem van zijn wanhoop te genezen.

De karakterstructuren in relatie tot Eros en Thanatos

'De ziel is kind van twee werelden. Ze laat zich in de tijd vallen maar blijft ook engel van de eeuwigheid.'

Joke Goudswaard

Deze woorden van Herman Cools waren een leidraad bij het schrijven over de karakterstructuren in De Maskermaker. Je kunt je immers zo voorstellen dat er achter elke structuur een worsteling van de ziel zit: een eigen antwoord op de vraag hoe zich te verbinden met liefde en dood, dé twee gebieden waarmee een mens zich uiteen moet zetten als hij op aarde komt.

Soms blijft de ladder naar de hemel uitstaan.

De aarde is koud en onherbergzaam, mensenhanden zijn onbetrouwbaar. Dat is de ervaring vanuit de schizoïde structuur. Er is de beleving van dakloos zijn: op het verkeerde moment, op de verkeerde plek geboren. Vanuit de goddelijke wereld van een plank te zijn getrokken en naar de aarde gestuurd zonder er klaar voor te zijn. Veilig is het alleen in de eigen wereld in de verte, in de vlucht omhoog. Ergens is er altijd de roep van de overkant hoorbaar. In het familiesysteem zijn er vaak mensen afwezig en is er een trek naar de dood. Het eigen leven wordt dan meestal als een dubbele werkelijkheid ervaren. Dit geeft een gevoel van fragmentatie: er is moeite om zichzelf bij elkaar te houden. Anna Enquist zegt het zo:

'Één werkelijkheid. Ze merkte toch iedere dag dat het huis waarin hij rondliep niet hetzelfde was als het huis waar zij in woonde?'

Iemand met een schizoïde structuur heeft moeite met de levenskracht van Eros in zichzelf, al beleeft hij haar wel via de natuur. Gelijktijdig zet hij Thanatos op nummer één. Daarmee verheerlijkt hij het ongebondene van de eeuwigheid

maar laat tegelijkertijd de dood niet werkelijk tot zijn recht komen. De ontspanning van de structuur zit in het durven toelaten van het welkom van mensenhanden om zo vertrouwen in de kracht en het mysterie van het leven te krijgen.

Verdwalen in het tekort

Bij de orale structuur ligt er een diepe rouw onder het onvermogen om het leven aan te nemen en gevoed te raken. Er wordt altijd een sluimerend tekort ervaren. Het lijkt onmogelijk om te genieten in het nu of met de handen een kommetje te vormen om het levenswater vast te houden. Wat gekregen wordt beklijft niet en stiekem is er de gedachte dat de ander meer heeft of krijgt. In het familiesysteem was er vaak onverwerkte rouw. De ouders zochten hun levensvulling bij het kind, dat zich dus niet om zichzelf geliefd voelde.

*Ik at het brood in plaats van het te strooien; honger maakt alle wegen eindeloos
En laat geen tijd voor rust
in de berm, de lucht te zien en daar een vogel thuis.*
Ted van Lieshout

Eros lijkt te slapen. De vraag om liefde speelt op een kinderlijk niveau en wordt gesteld en gewogen vanuit het perspectief 'krijg ik wel genoeg?' De volwassene beschikt slechts over het jonge stuk in zichzelf, dat zich koste wat kost wil volzuigen aan het leven. Omdat er in de ouder-kindrelatie geen rijping heeft plaats gevonden, is er later weinig ruimte een volwassen liefdesuitwisseling te ontwikkelen. Naar Thanatos toe is er angst, gebaseerd op het kinderlijke gevoel van levens-

bedreiging. De dood móet wel miskend worden omdat er anders niets van hem zou overblijven. Er is immers geen bodem in het bestaan.

De opening ligt in het toelaten van de beklemming van de rouw, zowel die om het eigen verdriet als die om de leegte in het systeem. De ontspanning van deze structuur ligt in het nemen van de verantwoordelijkheid voor de eigen zielepijn.

Verwarring op de grens

De echo van de ander zijn; niet weten of kunnen ervaren wie je zelf ten diepste bent. Dat is het thema van de symbiotische structuur. Er is een permanente crisis op ik en jij. Een leven vanuit de angst om op zichzelf te staan en het niet alleen te kunnen. 'Ik weet niet wie ik ben en welke ziel de mijne is'. Daarom is er het zich verliezen in 'drama' verhalen die altijd maar groter en groter worden. In het familiesysteem speelde er ook vaak grensverwarring, waarbij de innerlijke ruimte van een ieder werd aangetast. Iemand met een symbiotische structuur gaat de gigantische krachten van zowel Eros als Thanatos het liefst uit de weg. Hij is hier niet tegen opgewassen omdat ze zo'n groot appèl op hemzelf doen. Beide worden niet vertrouwd. Eros

wordt telkens ter discussie gesteld: 'hou je echt van mij'? Of wordt gekoppeld aan het opgeven van zichzelf en het volledig met de ander vervloeien. Thanatos wordt ervaren als een geweldenaar, behalve als het gaat om het beeld van 'samen te sterven' en zo opnieuw de eenheid te ervaren. De ontspanning ligt in de verbinding met de eigen ziel, het ontwikkelen van een ego. Dan is er genoeg eigenheid om zich langzaam over te leren geven aan Eros en Thanatos.

Kwetsing als harnas

De psychopatische structuur hangt samen met het beeld van de grote overaard, die zo van zijn vrijheid houdt

*Jarenlang andere mensen imiterend,
probeerde ik mezelf te kennen.
Van binnenuit kon ik niet beslissen wat te doen.
Geheel verblind hoorde ik mijn naam roepen.
Toen stapte ik naar buiten.*

Francien Bruggink

maar die verwacht met los zijn van verbinding. Hij is gewend de dingen alleen op te lossen en miskent de waarde van zich aan de ander toe te vertrouwen. Dat is iets wat hij al jong heeft afgeleerd. In het familiesysteem is er onvoldoende bedding om in rust groot te worden.

'Aha daar komt een onderdaan', riep de koning toen hij de kleine prins aan zag komen! De kleine prins vroeg zich verbaasd af, hoe hij hem kon herkennen zonder hem ooit gezien te hebben. Hij wist niet dat voor koningen alle mensen onderdanen zijn.

Antoine de Saint-Exupéry

Iemand met een psychopatische structuur weigert zich in te laten met de dood. Het gaat hem om avontuur; om plek in te nemen en op voorhand te winnen. Angst en kwetsbaarheid liggen in de schaduw. Hij is in zijn overmoed zelfs bereid het tegen de grote Thanatos op te nemen en de wetten van de dood te tartten. Hij overschreeuwt het leven en vergroot het daarmee eenzijdig uit. Als hij zich met Eros verbindt, is dat vooral om de macht van de verleiding in te zetten en de ander zo te kunnen bespelen. 'Het halve huis moet worden neergehaald', dicht Kavafis en 'Ik heb mijn wapens in het gras gelegd', zegt Lucebert. Dat is de opgave: de vesting afbreken en bereid zijn de ander binnen te laten. Dit betekent buigen voor Thanatos en zich werkelijk verbinden met de tederheid en zachte liefde van Eros.

Pijn aan het geluk

Wie ben ik zonder lijden? is de vraag vanuit de masochistische structuur. De diepte van het verdriet, de onmacht om het leed de wereld uit te helpen en de zwaarte van het almaar verduren,

horen bij hem. 'Later wordt het beter, als ik maar doorga...' Eigenlijk wil ik het niet, maar ik doe het toch. 'Ik heb nooit genoeg gesjouwd' zijn zinnen, die hem op het lijf geschreven zijn. Hij is als Sysphus, die telkens

weer de steen de berg oprolt. In het familiesysteem was er een verbond met het lijden, dat openlijk of verborgen werd doorgegeven.

*leer me huilen; en als ik huil,
leer me zeggen: het is niets...*

Herman de Coninck

'Ach', zegt hij met hart en ziel: 'Wat is er mooier dan de verbondenheid met het lijden en met de dood?' In wezen omhelst hij de zwaarte van Thanatos en is niet in staat om het lichte van Eros toe te laten. Het risico van levensgeluk is veel te groot en brengt hem meteen in de laag van schuld. Eén aspect van Thanatos: het vermogen om het oude te vernietigen wordt miskend. Er is een zich vastklampen aan het verleden én aan wat hem is aangedaan. Hij heeft immers zoveel van zichzelf opgeofferd zonder dat hij kon uiten wat dit van hem vroeg. Wat zou het heerlijk zijn om uit te kunnen rusten in de zoete armen van Eros en er helemaal op te vertrouwen dat alle zielenpijn moeiteloos wordt aangehoord en weggestreeld.

*En op het zand ligt daar
keer op keer een verhaal
over lichtheid van bestaan.*

Gerdine Smit

Bevroren liefde

Het wilde vuur van Eros is ingeruild voor streven naar perfectie of voor een schijnbeeld van liefde via spelmatig gedrag. Innerlijke kou en verstarring hebben de plaats van de oorspronkelijke levendige schoonheid van liefde ingenomen. Iemand met een rigide structuur is een 'mooi maker' geworden, waarbij

het streven naar uiterlijk schoon het gekwetste hart verbergt. Kwetsing als kind op het gebied van intimiteit in het familiesysteem maakte dat hart en bekken samen gevaarlijk terrein werden. Uit angst voor nieuwe verwonding wordt het leven niet langer gekust en daarmee wordt Eros onbedoeld gedood. Ondanks het grote verlangen om weer met haar verbonden te zijn. Daar ligt het pijnpunt van ooit én tegelijkertijd de ingang naar heelwording. Het vraagt een openen van het hart om door de pijn heen weer door haar omvat te worden. Het vraagt moed om de chaos onder ogen te zien, die bij Thanatos hoort. Maar in contact met zijn vernietigingskracht is het bekken ontvankelijk voor hartstocht.

*Ik hield van de barsten die het verfijnde lijnenspel doorbraken,
van de grillige vormen,
die waren ontstaan.
En ik koesterde het plekje zonder glazuur
omdat ik dat scherfje
niet meer had kunnen vinden.*

Francien Bruggink

Wat heerlijk dat de krachten van Eros en Thanatos zo onmiskenbaar groot zijn dat ze ons mensen telkens weer blijven uitdagen!

*"It's not that I'm afraid to die.
I just don't want to be there when
it happens." (Woody Allen)*

*Beter een hart zonder woorden
dan woorden zonder hart.*

*In vreedestijd begraven de zonen
hun vaders,
in oorlogstijd de vaders hun
zonen. (Herodotus)*

*Liefde maakt het gezicht mooi.
(Fjodor M. Dostojewski)*

FREUD IS BLIJVEN REFLECTEREN

Gé Ophelders

Inleiding

De tekening van Freuds hoofd met als zijn neus en voorhoofd een blote vrouw, de freudiaanse verspreking, het begrip verdringing, het onbewuste en 'het is allemaal de schuld van de vader, die er nooit voor jou is geweest'. Freud is nog steeds bij velen populair. Maar gaat zijn invloed verder dan het alledaagse denken? In dit artikel zal ik de veranderingen in Freuds denken en theorie zoveel mogelijk chronologisch in beeld te brengen. Daarna geef ik een overzicht van de kijk op Freud 150 jaar na zijn geboorte.



Freud wil wetenschapper worden

De eerste jaren na zijn afstuderen (1881) heeft hij zelf een medisch-wetenschappelijke carrière in gedachten. Hij onderzoekt organische weefsels en is niet onverdienstelijk in het onderzoek naar zenuwcellen. De betaling is echter abominabel slecht en zijn jood-zijn verhindert stijging op de maatschappelijke ladder. Het alternatief in die tijd is een eigen praktijk, waarvoor hij wel een opleiding klinische geneeskunde moet volgen. Hoewel de wetenschap steeds blijft trekken, heeft hij vanaf deze tijd zijn ideeën vooral gebaseerd op zelfwaarneming, de observatie van zijn kinderen en de herinneringen van zijn volwassen cliënten. Zijn theorie ondergaat dan ook voortdurend verandering.

De erkenning van psychologische oorzaken

In tegenstelling tot de heersende gedachte rond 1885, dat fysieke oorzaken hysteric veroorzaken, begint Freud meer aandacht te schenken aan de psychologische grondslag voor dit ziektebeeld. Niet in het lichaam, maar in de geest ligt de oorsprong, is zijn conclusie. Zijn vraag wordt dan: hoe kan een psychologisch trauma fysieke symptomen als verlamming, stuipen en verlies

van spraak met zich meebrengen?

Volgens hem moeten er krachtige geestelijke processen werken, die verborgen blijven voor het bewustzijn. Daarmee is de stap naar het onbewuste in de maak. Een ware revolutie. Freud beweert dat de mens primair een homo sexualis is, een verlangend wezen dat wordt voortgedreven door zijn onbewuste driften.

De kern van zijn theorie: het onbewuste

Met het idee van het onbewuste en het vermoeden dat psychische storingen wellicht een seksuele oorsprong hebben, is een begin gemaakt met zijn theorievorming. Het leidt tot een onderverdeling van de geest in een bewuste, onbewuste en voorbewuste kwaliteit. In het bewuste bevindt zich de directe waarneming. Het voorbewuste filtert wat naar het bewuste kan en bevat inhouden, die ter beschikking van het bewuste staan. De inhouden in het onbewuste hebben geen directe toegang door de basisdriften honger en seks en door verlangens en handelingen die uit het bewuste verdrongen zijn, omdat ze in conflict kwamen met de eisen van de realiteit en de opvoeding.

Naast deze driedeling onderscheidt Freud twee principes in de psyche. Ten eerste het lustprincipe, in het onbewuste, waarvan het doel is de directe bevrediging van de drift. Ten tweede het realiteitsprincipe, in het bewuste, dat rekening houdt met de eisen van de werkelijkheid en akkoord gaat met uitstel van bevrediging. Het realiteitsprincipe beschermt ons op die manier tegen het lustprincipe.

Uit de driedeling blijkt ook waarom Freud sprak over 'psychoanalyse': het uiteenrafelen van de geest. De analyse vond zijn toepassing in de psychotherapie. In de loop van zijn behandelingen heeft Freud een groot aantal technieken gebruikt, zoals hypnose, vrij laten praten, droomanalyse en vrije associatie. Hij is vooral op zoek naar de beweegredenen van het gedrag van de mens. Freud blijft schaven aan zijn theorie. Hij leert hierbij van zijn patiënten. Zijn observaties beschrijft hij in de vorm van gevalstudies. Freud heeft in deze studies veel feiten van de patiënten, in verband met privacy, veranderd, en omdat ze telkens een individueel 'geval' beschreven, kon niemand de behandeling herhalen. Dat leidt ertoe dat de venijnigste kritiek op Freud al vroeg van wetenschappelijke onderzoekers komt. Freud had succes met zijn praktijk en wilde ook doorbreken met zijn ideeën. Hij start met het schrijven van een boek 'Ontwerp voor een wetenschappelijke psychologie' over de basis van de psychologie: er zouden wetten zijn die het menselijke gedrag bepalen.

Het belang van dromen

Maar tegen het einde van de 19de eeuw begint Freud te twijfelen. Bijvoorbeeld aan zijn eerder geformuleerde verleidingstheorie, waarin hij stelde dat verdrongen herinneringen bij volwassenen bijna altijd te maken hadden met verleiding of aanranding door een ouder of een andere volwassene. De therapie scheen zijn patiënten niet helemaal te genezen en hij komt erachter dat een groot aantal verlei-

dingsverhalen niet waar zijn. Hij besluit meer aandacht te schenken aan zijn zelfanalyse. Dat leidt tot nieuwe inzichten, zoals de zogenaamde 'freudiaanse versprekingen' en het idee dat de interpretatie van dromen de koninklijke weg is naar kennis van de onbewuste activiteiten van de geest.

Hij ontwikkelt een nieuwe visie op de geest "waarin menselijke dromen, neurotische symptomen en iedere simpele fout gedomineerd wordt door onbewuste verlangens. Deze verlangens komen steeds ons dagelijks leven binnen" (1). Freud concludeert dat het onbewuste onzichtbaar aanwezig is aan de basis van iedere gedachte.

Ideeën rondom kinderlijke seksualiteit

Vanaf begin 1902 ontwikkelt Freud zijn theorie over kinderlijke seksualiteit. De aanduidingen van de verschillende stadia zijn zeer populair geworden. Hij onderscheidt: de orale, de anale, de fallische, die evolueert in het oedipus-complex, en de genitale fase waarin de seksualiteit is gerijpt. De seksuele energie oftewel libido verschuift dan naar de ander, die de jong volwassene bij zijn seksuele daden wil betrekken. Om de seksualiteit tijdens het latentiestadium (tijdens de vroegere lagere school periode) in bedwang te houden schept het ego een aantal afweermechanismen, die de persoon beschermen. De belangrijkste zijn: verdringing, sublimatie, projectie, rationalisatie en obsessief dwangmechanisme.

Freud beroemd

Rond 1910 is Freud erg beroemd geworden. Hij wordt uitgenodigd naar de Verenigde Staten, waar men hem warm ontvangt. En naast de eerder opgerichte Weense ontstaat nu de Internationale Psychoanalytische Vereniging. Aan de andere kant nemen de meningsverschillen tussen Freud en een aantal van zijn geestverwanten toe. Adlers concept van een agressieve drift kan in Freuds ogen geen genade ontvangen en Jung valt bijna al zijn kostbare

ideeën aan. Zo is volgens hem de moeder geen seksobject, maar meer een beschermende, voedende figuur. Freud is teleurgesteld en "leek bang te zijn dat zijn meest energieke 'zoon' hem zouden vernietigen in een oedipale massarazernij." (1)

Eros en Thanatos & Es, Ich en Über-Ich

Door de ideeën van anderen (o.a. Adler), door het concept van zelfstraffende gedachten, door zijn conclusie dat niet alle gedrag vanuit seksuele drijfveren kan worden verklaard, gaat hij zijn eerdere theorie herschrijven. Zo komt hij nu tot twee soorten driften, een 'heksenketel van spanningen' (2): de libidineuze driften, Eros, en de doodsdrijf, die mensen al snel Thanatos, naar de Griekse god voor de dood, gingen noemen. De laatste drift houdt in dat de mens streeft naar een terugkeer tot het nietlevend zijn, naar de dood dus. Tussen Eros, de levensdrift, en Thanatos vindt voortdurend strijd plaats, waarbij de laatste zich ofwel naar binnen, tegen het ik richt ofwel naar buiten, tegen andere personen en deze wil vernietigen. Dat gebeurt wanneer het ego Thanatos niet kan tegenhouden. De doodsdrijf leidt het ego in dat geval naar een pad van destructie.

Door de introductie van Thanatos wordt de oude indeling van bewuste, voorbewuste en onbewuste onbruikbaar. Hij komt tot een nieuwe theorie van de geest, volgens hem met nauwkeuriger termen. Het Es (id) is de bron van alle verlangens en instincten, en levert de energie voor het onbewuste. Het vormt de basis van de ziel omdat het Ich (ik, ego) zich eruit ontwikkelt. Het is een drijvende en doelgerichte kracht. 'Het is het paard, met het ik als ruiters', zegt Freud. Het Über-Ich (super-ego) is het geweten dat tot stand is gekomen door het internaliseren van normen en idealen van de omgeving (Dit is niet hetzelfde als het moreel geweten). Het probeert ons te vormen naar het ideaal beeld (Ich-ideaal). Het

Ich is de realiteitsmanager, het rationele deel van de ziel, en staat tussen het Es en het Über-Ich. Het Ich probeert tegelijkertijd het Es te overtuigen de beperkingen van de wereld te accepteren en het Über-Ich te doen instemmen met bepaalde verlangens van het Es.

Zijn ideeën toegepast op de maatschappij

In het laatste decennium voor zijn dood gaat Freud na of zijn ideeën ook op de maatschappij kunnen worden toegepast. In 'De toekomst van een illusie' (1927) concludeert Freud dat religie een illusie is die de wens naar een voortdurende ouderlijke bescherming uitdrukt. Freud gelooft in de rede en de wetenschappelijke analyse. Hoewel Freud aan kanker leed begon hij toch weer aan een nieuw boek: 'Het onbehagen in de cultuur' (1930). Hierin stelt hij dat de beschaving bijdraagt aan de bescherming van mensen tegen de slechte bedoelingen van hun burens. Beschaving weerhoudt mensen ervan elkaar te vermoorden, omdat het als een soort cultureel 'Über-Ich' optreedt door middel van zijn wetten. Het Über-Ich kan ook worden overdragen aan een leider. In het geval van een autoritaire leider kan een dictatoriale cultuur ontstaan. Een voorbeeld hiervan is Hitler, die de groei bewerkstelligde van Nazi-Duitsland, dat in 1933 Freuds boeken in vlammen laat opgaan.

Een eindoordeel?

Vorig jaar 6 mei 2006 was het 150 jaar geleden dat Sigmund Freud (1856 – 1939) werd geboren. De reacties op zijn werk en zijn persoon liepen uiteen van achterhaald en dubieus tot een filosofische theorie over de hele mens, respectievelijk van charlatan en kwakzalver tot genie en onuitputtelijke inspiratiebron. De Engelse essayist Dalrymple (3) somt alle negatieve kritiek die over Freud is uitgestort op, maar beschrijft ook met talloze voorbeelden hoe briljant hij was. Giessen (4) vat het nog eens kort samen: "De staketsels van zijn theorie staan nog

altijd fier overeind, terwijl de achterliggende bebouwing grotendeels door de wetenschap is weggebombardeerd." In de ogen van veel hedendaagse wetenschappers blijft ons gedrag voor een belangrijk gedeelte gestuurd door

het onbewuste. In een persoonlijke ontboezeming schrijft Bas Heijne (5): "Freud is voor mij altijd de man die ons dwingt te kijken naar wat we niet willen zien, die ons dwingt vraagtekens te zetten bij onszelf."

Literatuur: (1) Muckenhou, M., Sigmund Freud. Verkenner van het onbewuste. Boom, A'dam 2001 (2) Elst, A., van der, Honderd vijftig jaar Freud. In: Filosofie Magazine, jrg. 15, 2006, nr. 5, 38 - 41 (3) Dalrymple, Th., Freud op de sofa. In: Trouw, 29 juli 2006 (4) Giesen, P., En toch allemaal freudiaan. In: De Volkskrant, 6 mei 2006, (5) Heijne, B., Dromen van Freud. In: NRC Handelsblad, 13 oktober 2006

"Als je de tocht aanvaardt naar Ithaka wens dat de weg dan lang mag zijn,"

Deze regels, afkomstig uit het prachtige gedicht van K.P. Kafavis, staan op de cover van de gelijknamige bundel

'Ithaka, bronnen voor ethiek',

die dit jaar zal verschijnen.

Het boek is een gezamenlijk project van Phoenix Opleidingen en de Ethische Commissie van Phoenix. Deze Ethische Commissie bestaat uit vijf leden. Vier daarvan - waaronder de bestuursleden- zijn oud-cursisten van Phoenix Opleidingen, het vijfde lid is een vertegenwoordiger van Phoenix. De commissie is in het leven geroepen om de Ethische code te onderhouden en een klachtencommissie en een klachtenprocedure in stand te houden. Sinds enkele jaren rekent de Ethische Commissie het ook tot haar doelstelling om een platform voor ethische reflectie te creëren voor de deelnemers aan de Ethische code. Het denken over ethische kwesties en 'het goede' bestaat al sinds de Griekse oudheid, dus onze activiteiten staan in meer dan 2500 jaar geschiedenis. Hoogtepunten daaruit wilden we graag aanbieden als verdieping en verrijking voor belangstellenden en zo ontstond het idee voor Ithaka. We gingen op reis en we gingen niet alleen.

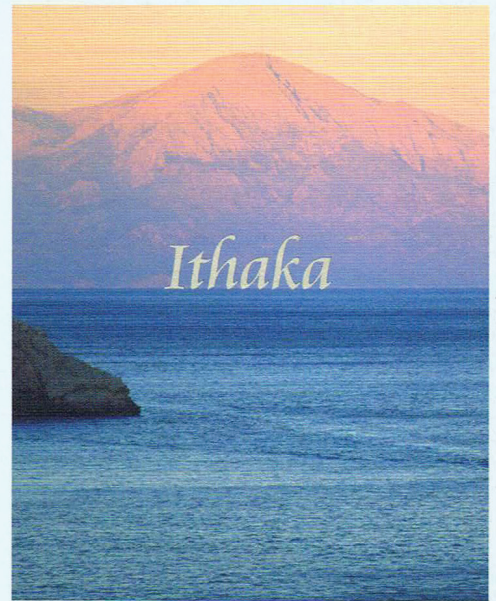
"vol avonturen, vol ervaringen."

Sinds de start van het Ithaka-project in 2003 hebben de leden van de Ethische Commissie support gehad van twee experts op het gebied van literatuur over ethiek: Rob Treep, theoloog en

ethicus en Bas van den Berg, theoloog en lector dynamische identiteitsontwikkeling. Zij boden ons teksten van Savater, Kant, Buber, Aristoteles en andere grote namen. Ethische reflectie en dialoog hoeft niet per se via beschouwing te verlopen. Zij kan ook starten langs een intuïtieve, associatieve weg, dus ook die wilden we openen. In onze onderlinge uitwisseling werd zo het raamwerk voor de bundel duidelijk: de 5 kernwoorden van Phoenix - autonomie, heelheid, identiteit, integratie en zingeving-, vormden de 5 hoofdstukken. Bij elk hoofdstuk kozen we 4 beelden, 4 gedichten, 3 verhalen en 3 beschouwingen. De leden van de commissie lazen vele tientallen pagina's en bekeken de vele afbeeldingen, die Felicia Dekkers van bureau Beeldzin voor ons had verzameld. We bespraken onze beleving van tekst en beeld en daarna besloten we gezamenlijk wat wel en wat niet in de bundel zou komen.

*"Houd Ithaka wel altijd in gedachten.
Daar aan te komen is je doel.
Maar overhaast je reis in geen geval.
't Is beter dat die vele jaren duurt,"*

Wij, als pioniers in deze klus, dachten al een paar keer dat we aan land konden gaan, maar dan lag er toch nog een klip of een zandbank. De dichter kan dan ook tevreden zijn: deze reis duurt vele jaren. Maar ook bij storm of tegenwind houden we ons doel voor ogen: Ithaka gaat er komen, wij gaan er komen. Met externe professionals voor correctie en vormgeving. Met de inzet van secreta-



riaatsmedewerksters van Phoenix. En met teamwork: dan lossen we elkaar af en gaat er een tijdlang iemand anders aan het roer staan of het zeil bedienen. We zijn nu in het zicht van de haven!

*"Ithaka gaf je de mooie reis.
Was het er niet,
dan was je nooit vertrokken,
verder heeft het je niets te bieden meer."*

Met alle respect voor Kafavis en zijn mooie gedicht (waaruit hierboven maar enkele regels genoemd zijn): wij zijn het niet eens met de laatste regel. Wij zien meer in én-én: de reis én de aankomst, het proces én het resultaat. We zien het boek **'Ithaka, bronnen voor ethiek'** als een afronding én een nieuw begin. We hopen dat de lezers en gebruikers van dit boek toewijding, energie en kwaliteit zullen ervaren. Dan wordt 'Ithaka' een echte bron voor uitwisseling en groei.

Rita Vermeulen,
voorzitter Ethische Commissie