

Goedemiddag iedereen,

Autonomie en verbondenheid, het zijn twee termen met een ethische bijklank, het zijn twee termen waarbij we meteen denken: autonomie is goed, verbondenheid is goed. En onmiddellijk daarna zien we in dat ze misschien niet helemaal compatibel zijn, dat ze wat tegen elkaar aan schuren, dat ze tegenover elkaar uitgebalanceerd moeten worden, zoals de titel van het symposium aangeeft. Maar voor we die ethische dimensie instappen wil ik even een stap terugzetten, enkele kilometers eigenlijk, en die begrippen even bekijken vanuit het perspectief van een mensbeeld. Dat is opnieuw een begrip met een ethische connotatie, maar ik wil met u de denkoefening maken om dit alles even zo droog en zo waardenvrij mogelijk te bekijken.

1. Autonomie

We herkennen allemaal bij onszelf wat autonomie is. We hebben doorgaans het gevoel dat we autonoom handelen, dat we weten wat we willen, dat we zelf bewust keuzes maken en die indien mogelijk uitvoeren. Als onze autonomie begrensd is, als we niet kunnen doen wat we willen, dan hebben we vaak het gevoel dat de beperkingen van buiten op ons afkomen: regels die ons beperken, financiële limieten, tegenslagen die onze plannen en onze verwachtingen doorkruisen, anderen die ons dwarsbomen en ons stresseren. Ook ziekte kan onze autonomie beperken, lichamelijk en geestelijk. Als we door een gebroken been niet kunnen stappen dan hebben we het gevoel dat iets van buitenaf onze autonomie beperkt. Onze autonomie, die we als veel meer eigen, veel centraler ervaren dan dat gebroken been. Zelfs als we ten prooi vallen aan neurotische onbeslistheid, dan lijken die twijfels perifeer te zijn aan ons eigen zelf, aan die onafhankelijke, willende motor in ons binnenste. Om dat ik-gevoel kunnen we niet heen, alle mindfulness ten spijt. Nochtans is het al lang bekend dat dat autonome ik een constructie is, volgens sommigen zelfs een regelrechte illusie. Al ongeveer een eeuw geleden voerde de psychoanalyse een nieuwe speler in, het onbewuste, een onzichtbare entiteit die mee bepaalt wat we voelen, willen, denken en doen. In de bekende metafoer van Freud leeft dat onverwacht grote, zwijgzame, duistere wezen ondergedoken onder de oppervlakte en vormt het lawaaierige bewuste ik slechts het topje van de ijsberg. De onbekende ondergedompelde ijsklomp doet nochtans van alles. Hij voorziet 's nachts onze dromen van verhaallijnen, van situaties en personages, hij maakt bijvoorbeeld dat we de waarheid spreken als we ons vergissen. Zoals de directeur die het over de uitbating van een ziekenhuis had en per ongeluk het woord uitbuiting gebruikte. Maar ook niet psychoanalytisch geschoolde geesteswetenschappers weten al lang dat er een complexe onbewuste machinerie onder het wateroppervlak aan het werk is om alle "impliciete" of automatische processen aan te sturen waarvan we voortdurend en onbewust gebruik maken. Bijvoorbeeld: ik ben wel min of meer bewust dit lokaal binnengestapt maar de letterlijke stappen die ik zette gebeurden op automatische piloot, ik heb niet bewust over elke stap nagedacht. Was ik het dan eigenlijk wel die stapte? Had ik dit ook al slaapwandeland gekund? En zou ik dan mezelf zijn? En als ik aan het slaapwandelen zou zijn, zou ik dan ook nog verantwoordelijk zijn voor wat ik hier allemaal uitkraam? Het lijkt een hypermoderne neurojuridische vraag, maar het is in werkelijkheid een vraag die de filosoof John Locke al in de 17de eeuw stelde.

Vandaag worden dit soort vragen in mijn ogen het scherpst gesteld door neurowetenschappers. De mensen die onbevangen de biologie van de menselijke geest onderzoeken en daarbij de filosofische vragen niet schuwen.

De centrale vraag voor deze onderzoekers en denkers is hoe het bewustzijn tot stand komt, meer bepaald ook het zelfbewustzijn, en hoe wij mensen behalve objecten ook subjecten kunnen zijn. Subjecten, met andere woorden wezens met subjectieve ervaringen, gevoelens en gedachten. Dit is wat sommige neurowetenschappers het "harde probleem" van het bewustzijn noemen. Ze gaan

ervan uit dat we vroeg of laat in kaart kunnen brengen hoe impulsen in zenuwcellen in de hersenen informatie uit de zintuigen en uit andere bronnen kunnen doorgeven en verwerken en hoe dit bij verschillende mensen op een min of meer gelijkaardige manier gebeurt. Tot op dat punt verschillen mensen niet wezenlijk van elkaar en van een machine. Maar er lijkt ergens een grens of een overgang te bestaan waar uit die technologisch flikkerende zenuwstroompjes een subjectiviteit ontstaat die alles wat zich in ons bewuste zelf afspeelt een eigenheid verleent, een kwaliteit die we herkennen als van onszelf of tout court als onszelf. Vaak wordt hier het voorbeeld gebruikt van de ervaring van een kleur. Neem bijvoorbeeld blauw, dat is objectief gesproken een elektromagnetische straling met een golflengte van ongeveer 470 nanometer. Maar wat de ervaring van de kleur blauw is, is iets volkomen subjectiefs. We weten zelf heel goed wat het is om blauw te ervaren, maar we kunnen daar maar heel weinig over delen met anderen en we kunnen onmogelijk weten hoe anderen de kleur blauw ervaren: op dezelfde manier, op een gelijkaardige manier, of misschien zelfs op een radicaal andere manier.

Of neem pijn. Pijn, bijvoorbeeld veroorzaakt door een speldenprik. Hoe de pijn tot stand komt is hier eenvoudig te bepalen, maar hoe ze voelt is volkomen subjectief. Pijn is een onmeetbare en volstrekt subjectieve ervaring.

En deze voorbeelden gaan dan nog maar over eenvoudige en betrekkelijk eenduidige ervaringen. Hoe ontzettend veel subjectiever zijn dingen als de ervaring van het ochtendlicht, van een conversatie, de ervaring van verlies of van twijfel, de ervaring van psychose. De ervaring van “moeder”, of de ervaring van een gedicht, getiteld “De moeder” (Hugo Claus, 1953):

Ik ben niet, ik ben niet dan in uw aarde.

Toen gij schreeuwde en uw vel beefde

Vatten mijn beenderen vuur.

Wat de dichter hier vertelt is geweldig subjectief, het is van een intimiteit die aan het ontoegankelijke grenst. En hoe wij die regels ervaren is op zijn beurt enorm subjectief. Het vuurt een hele keten van associaties aan die voor iedereen anders is, die bij iedereen individuele, subjectieve beelden oproept.

Wellicht één van de meest subjectieve ervaringen is de ervaring van muziek. Met woorden kunnen we daar haast niets over delen, ieder moet het voor zich ervaren, elke luisteraar zit als het ware op een eiland van muziek. Anderzijds is het dan weer merkwaardig hoe we zulke allerindividueelste expressies van allerindividueelste emoties als het goed is vaak ook als bijzonder universeel aanvoelen. Hoe we met name in het samen beleven van muziek bijna met elkaar versmelten in een akoestische emotionele wereld, of het nu tijdens een concert, bij het kampvuur of in een discotheek is.

Maar wat is dat allerindividueelste, wat is subjectiviteit? Daarvoor wil ik even een omweg maken via de ervaring, niet van onszelf maar van de wereld. Onze ervaring van de wereld is niet alleen subjectief, het is ook een constructie. Wat we ervaren is immers niet de werkelijkheid. We hebben geen rechtstreeks contact met de essentie van de dingen, we zien alleen de schaduwen van dingen die in hun totaliteit in wezen onvatbaar zijn. Zelfs iets eenvoudigs en relatief eenduidigs als de kleur blauw komt niet rechtstreeks tot ons, ook al lijken we puur blauw te zien. De kleur blauw schijnt in onze ogen en legt dan een lange weg af langs zenuwcellen die de ervaring blauw voor ons opbouwen. Uit dat soort indrukken, uit dat soort afschaduwingen van de onkenbare werkelijkheid genereren we dus een soort hypothese over die werkelijkheid. We leren enkele eigenschappen van die buitenwereld kennen, zoals dat sommige dingen hard zijn en andere zacht. En we leren voorspellen, zoals dat voorwerpen vallen als je ze loslaat. En waar die tennisbal gaat terechtkomen die je tegenspeler net opsloeg. En wat iemand die je goed kent tegen je gaat zeggen. We zijn dus met andere woorden helemaal geen passieve, objectieve en algemene observatoren van de ons omringende wereld. Integendeel, we zijn actieve, subjectieve

plannenmakers, die erg gefocust zijn op wat ons aanbelangt, nogal onopmerkzaam voor wat ons niet aanbelangt, en meestal begiftigd met een redelijk goede intuïtie voor wat onmiddellijk komen gaat. We zijn goed toegerust om om te gaan met alles wat nabij is, in tijd en ruimte, en vooral wat sociaal nabij is. We hebben minder talent om om te gaan met wat groter is en verder af ligt in tijd en ruimte, ook met sociale situaties die het familiale niveau of de proporties van laten we zeggen een dorp overstijgen. We zijn met andere woorden handige huis-, tuin- en keukendieren met in ons hoofd een kabinet vol schema's over onze omwereld, een planbureau voor wat we gaan doen en een bureau voor statistiek dat op korte termijn voorspelt hoe situaties zich voor ons gaan ontrollen.

Nu terug naar het ik. Dit idee van een geconstrueerde, doelgerichte opbouw van de ervaring van de buitenwereld kan je ook toepassen op de ervaring van de binnenwereld, van jezelf, op het zelfbewustzijn, op het ik-gevoel waarover we het daarnet hadden. Het ik is dan eveneens een soort projectie, een fictieve figuur die de indruk heeft alles te beleven en autonoom te handelen. Die figuur is de eenzame fietser uit de titel van mijn verhaal. Een wezen dat zo volstrekt zelfstandig denkt en handelt dat het zelfs eenzaam is. Dit is ongeveer wat de Duitse filosoof Thomas Metzinger de "Egotunnel" noemt. Een fictief gevoel van autonomie, van continuïteit, van helemaal jezelf zijn, van waaruit we de wereld en onszelf bekijken. Terwijl we voortdurend door allerlei onzichtbare dingen binnenin ons en buiten ons beïnvloed worden, en meer nog, door allerlei mensen in onze omgeving. Bedenk hoe ons beeld van onszelf en de wereld verandert als we een glas op hebben, of zelfs een kop koffie. Of als iemand ons onverwacht vriendelijk of onvriendelijk bejegende. Of als we trendgevoelig hetzelfde gaan doen als onze peers, dezelfde kleren dragen, dezelfde boeken lezen, reizen maken, auto's kopen, gerechten eten, hobby's beoefenen, media bekijken, dezelfde smaken hebben, meningen hebben, woorden gebruiken, gebaren maken. Hoe autonoom zijn we dan nog?

Terwijl we dus het gevoel hebben in een ego-bubbel te zitten, blijkt de autonomie die we subjectief aanvoelen een ingrijpende vertekening te zijn, een zware overschatting. Ze is volgens Metzinger en anderen niets anders dan een illusie. Metzinger gaat zelfs zo ver om te zeggen dat we niemand zijn. Alles wel beschouwd is daar niet zoveel tegen in te brengen. En toch wringt die gedachte, toch is ze geweldig contra-intuïtief. Misschien wel, maar dat is een kromme redenering, omdat het juist zo'n krachtige illusie is. Maar de gedachte wringt ook omdat omdat ze haaks staat op de tijdsgeest in het westen, die autonomie en individualisme als fundamentele waarden hoog in het vaandel draagt. Ik wil daar uiteraard niets aan afdoen, maar er wel het relatieve van aantonen, zelfs het paradoxale. Als we zo autonoom zijn, waarom doen we dan allemaal hetzelfde? Waarom zijn we dan zo gevoelig voor wat men wel en niet van ons verwacht, waarom hebben we dan zo'n hooggevoelige antennes voor wat hoort en wat niet hoort in een bepaalde situatie? Waarom zijn we dan zo conventioneel? Waarom hebben tradities dan zo'n onweerstaanbare kracht? Waarom imiteren we elkaar dan zo verwoed, waarom zijn we dan zo'n kuddedieren? En als individualisme zo belangrijk is, waarom beleven we dat dan allemaal bij voorkeur op de zelfde manier? Het woord *individu*, onverdeelde, is in die zin misschien wel erg slecht gekozen: we zijn helemaal niet onverdeeld maar integendeel opgebouwd uit allerlei stukken en brokken die soms erg incompatibel zijn, een laagjestaart, een lappendeken van krachten, invloeden en beperkingen. Onder de microscoop bekeken blijken in die egobubbels geen eenzame fietsers te zitten maar overvolle autobussen met passagiers die allemaal een andere bestemming hebben.

Ik weet het, dit is allemaal wat kort door de bocht, maar in wezen niet zo verschillend van wat het boeddhisme al eeuwen predikt, namelijk dat het ik niet bestaat en dat we daarvan doordrongen moeten geraken om geluk te vinden.

2. Verbondenheid

Op dezelfde weerbarstige manier wil ik graag even het begrip verbondenheid tegen het licht houden. Vandaag is verbondenheid net als autonomie een soort kreet geworden, iets dat goed en belangrijk is. Ik wil dat op geen enkele manier in twijfel trekken, maar verbondenheid wordt vandaag soms voorgesteld als iets waarnaar je moet streven, iets waarvoor je kan kiezen zoals bijvoorbeeld spaarzaam zijn of meer milieubewust leven. Maar verbonden zijn is zoals het even populaire begrip gehecht zijn, het is iets waarvoor je niet zomaar bewust kan kiezen, het is niet zomaar een optie van het leven, het is iets waar je geluk mee moet hebben, dat met een beetje *chance* op je pad ligt. Zeggen dat verbondenheid goed en belangrijk is kan soms wat gratis zijn omdat het niet steeds een keuze is. Maar zoals gezegd wil ik het niet meteen over de ethische aspecten hebben.

Mijn stelling is dat reële verbondenheid in dezelfde mate onderschat wordt als reële autonomie overschat wordt. De twee begrippen houden elkaar dan ook in zekere zin in evenwicht, maar in mijn ogen in een veel minder symmetrisch evenwicht dan men doorgaans denkt. Met verbondenheid bedoel ik hier de mate waarin we van elkaar afhankelijk zijn, interdependent zijn, elkaar beïnvloeden, elkaar na-apen, bewust of onbewust. De mate zelfs waarin alles wat er tussen mensen gebeurt in werkelijkheid geen pingpong is tussen individuen, maar een soort nevel die tussen mensen hangt, die mensen maakt en stuurt. Soms is de samenhang tussen mensen zo groot dat je van een soort *superorganisme* kan spreken, denk aan massafenomenen zoals tijdens sportwedstrijden of concerten, of rellen. Een instrument voor die samenhang is empathie. Ook dit is een begrip dat een sterke ethische connotatie heeft: empathie is belangrijk, empathie is goed. Maar ik wil ook dit begrip even zo objectief mogelijk bekijken. Empathie is dan onze sociale antenne, het zintuig waarmee we met anderen meevoelen, of meer zelfs, waarmee we een stukje van de andere in onszelf kunnen laten resoneren, laten meeklinken. Zoals in de bekende quote van Bill Clinton: "I feel your pain". Of zoals de schrijver Walter Van den Broeck zei wanneer zijn vrouw buikpijn had: "Ik heb pijn in haar buik".

Empathie wordt vaak in verband gebracht met meeleven en mededogen en dat zijn natuurlijk prachtige kwaliteiten, maar empathie heeft ook ernstige beperkingen. Net als die andere mechanismen van verbondenheid heeft het maar een beperkte reikwijdte, richt het zich op de meest nabije mensen, de familie, het dorp, de *peers*. Hoe verder iemand zich van je bevindt, hoe minder empathie je ervoor kan opbrengen. Als je op de stoep oog in oog komt te staan met een bedelaar of een dakloze, dan maakt de nabijheid van die zichtbaar lijdende mens dat je hem of haar iets toestopt. Maar ik vermoed dat het niet vaak gebeurt dat iemand de straat oversteekt om iets toe te stoppen aan een bedelaar die zich aan de overkant bevindt.

Al die verbindingen zijn voor een groot deel onbewust en maken dat we ondergronds verbonden zijn. "Ondergronds verbonden" is ook de titel van een werk van René Daniëls, een kunstenaar die me nauw aan het hart ligt, in de eerste plaats door zijn prachtige poëtische werk, maar misschien ook wel omdat hij door ziekte een outsider is geworden. Maar daarop kom ik zo dadelijk terug. Om die ondergrondse verbinding weer te geven in mijn kromme beeldspraak van de ijsbergen: boven het wateroppervlak zie je ogenschijnlijk eenzame toppen, onder het wateroppervlak blijken ze ten dele verbonden te zijn. Vloeibaar water en ijs zijn immers ook maar fasen van dezelfde stof. Op vele domeinen zijn we dus met elkaar verbonden, zelfs zonder dat we het beseffen. Neem bijvoorbeeld de problematiek van euthanasie. Autonomie, zelfbeschikking, kent vandaag in ons land zijn ultieme expressie in de wettelijke mogelijkheid van euthanasie, onder meer bij psychisch lijden. Ik wil meteen kleur bekennen en zeggen dat ik niet a priori tegen die mogelijkheid ben, al moet er volgens mij nog aan de wet gesleuteld worden. Maar ik wil vooral wijzen op een gevaar dat voortvloeit uit de overschatting van de autonomie en de onderschatting van de verbondenheid waar ik het zojuist over had. Als we goed en wel beseffen hoezeer onze gedachten, gevoelens en

gedragingen mee bepaald worden door de gedachten, gevoelens en gedragingen van de mensen rondom ons, dan is het gevaarlijkste dat er met euthanasieverzoeken kan gebeuren, dat ze mee ingegeven worden door de omgeving van de patiënten, door de medische wereld, door de maatschappij. Ik bedoel dat mensen die uitzichtloos lijden de suggestie krijgen, de impliciete boodschap krijgen dat hun leven beter beëindigd zou worden. En dat hoogbejaarde, levensmoede mensen door de propaganda rond de problematiek van de vergrijzing de boodschap krijgen dat ze een last zijn, menselijk en economisch. Dat zou een onmenselijke maatschappij creëren waarin een doodswens rondwaart ten opzichte van hen die niet meer meekunnen.

Wat vormt nu de onzichtbare verbinding tussen de individuele ijsklompen onder de waterlijn? Ik vind er niet meteen een naam voor, maar je zou kunnen zeggen een soort *consensus* in de breedst mogelijke zin. De cultuur, de geest, de nevel die tussen ons hangt en die bepaalt hoe we met elkaar omgaan. Misschien sluit dit ten dele aan bij wat Jung het collectieve onbewuste noemde. De geschreven en de ongeschreven spelregels, de *norm*, de *sensus communis*, wat je kan vertalen als gemeenschappelijk gevoel maar ook als gezond verstand, *common sense*. Even een parenthese over regels. Er zijn vandaag nog steeds vele ongeschreven regels, vele regels zelfs die we volgen zonder er zelfs bewust van te zijn. Maar er zijn steeds meer geschreven regels. Als je autonomie zou definiëren als bewegingsvrijheid binnen bepaalde grenzen en normen, dan wordt de reële autonomie in onze maatschappij steeds kleiner. Steeds meer regels en normen bepalen wat we doen op het werk, in het contact met de overheid, in het verkeer, in de huisvesting, enz. enz. Vele van die regels zijn zinvol maar in combinatie met toenemende verschuiving van vertrouwen naar controle op de toepassing van die regels verminderen ze alvast het gevoel van autonomie dat we hebben. Dit soort anonieme, mechanische regels is ver verwijderd van de consensus waarover ik het daarnet had. Ze worden meestal niet aanvoeld als gedragen en zijn in hun abstractie ook moeilijk aan te voelen. Erger is dat de quasi dictatuur van de regels van vandaag ook de valse indruk geeft dat alles in regeltjes te vatten is, dat alles regelbaar is. Een dieptepunt op dit vlak vind ik het voorstel om bij de besluitvorming rond euthanasie bij psychisch lijden een soort meetinstrument voor de levenskwaliteit te gebruiken. Een vragenlijst om af te vinken of een leven de moeite waard is en of de stap naar euthanasie gezet moet worden. Alsof zulke zwaarwichtige, complexe beslissing met een formule van regeltjes op te lossen is. Dit soort benadering, dit blinde geloof in een dogma van regelbaarheid, draagt helemaal niet bij tot verbondenheid. Integendeel, het vergroot de afstand en verkilt het contact tussen mensen.

3. Creativiteit

Terug naar de onzichtbare nevel die ons verbindt. Welnu, als het werkelijk zo is dat we ondergronds verbonden zijn, wat is dan het probleem? Waarom zijn we hier dan samen om over dit thema van gedachten te wisselen? Het probleem is precies dat niet iedereen op dezelfde manier in die netwerken van verbondenheid betrokken is. Er zijn mensen die veel minder dan anderen tot de consensus behoren. Omdat ze dat niet willen of niet kunnen. Het zijn de outsiders. Het zijn de mensen die buiten de consensus vallen of die zich aan de consensus onttrekken. Bij degenen die zich aan de consensus onttrekken kan je bijvoorbeeld de personen rekenen die op een of ander vlak uitzonderlijk creatief zijn. Want creatief zijn betekent juist dat je iets creëert dat nieuw is, dat dus per definitie buiten het gewone ligt, dat dus aan de consensus ontsnapt. Die creatie kan een kunstwerk zijn, het eerste waar we aan denken, maar ook een wetenschappelijke ontdekking of uitvinding, of een filosofisch inzicht. Het kan zelfs een politiek inzicht zijn, want politiek is niet alleen de kunst van het mogelijke, het kan en moet ook een creatief bedrijf zijn. Politiek moet meer zijn dan goed bestuur, steeds nieuwe uitdagingen vragen immers om steeds nieuwe, dus creatieve oplossingen. In het beste geval gaan artistieke, wetenschappelijke of

filosofische creaties, die intrinsiek onconventioneel zijn, de grenzen verleggen, het paradigma verschuiven, en als het goed is nieuwe conventies, nieuwe normen, een nieuwe consensus creëren. Zo creëren kunstenaars niet alleen kunstwerken maar ook nieuwe kunststromingen. Zo creëren wetenschappers nieuwe inzichten en technologie, zo creëren filosofen en andere zingevers nieuwe gezichtspunten en ideologieën, nieuwe levensstijlen. Zo worden sommige outsiders uiteindelijk insiders. Denk aan Vincent Van Gogh, die een nieuwe gevoeligheid in de schilderkunst bracht en zo het expressionisme aankondigde. Sommigen beweren dat hij met de bewegingen van zijn penseel misschien zelfs een aanzet gaf naar de performancekunst. Aan de wiskundige Kurt Gödel, die aantoonde dat welk systeem van regels men ook bedenkt, het altijd op iets zal stuiten dat niet met de regels in overeenstemming is. Zelfs in de logica en in de wiskunde zijn regels dus onvolmaakt. Aan Ludwig Wittgenstein, die eveneens veel bijdroeg aan de logica en later aan de taal filosofie. Een kunstenaar, een wetenschapper en een filosoof die zelf outsiders waren maar in hun domein de nieuwe normen hebben vastgelegd.

4. Psychopathologie

Een ander soort outsiders zijn mensen die om de een of andere reden niet in staat zijn om zich te conformeren, om zich conventioneel te gedragen en zich in te schrijven in de consensus. Mensen bijvoorbeeld met ernstige psychiatrische aandoeningen, ook EPA's genaamd, zoals psychosegevoeligheid en bipolaire stoornis. Mensen die uitgesproken vreemde gedachten ontwikkelen, vreemde gewaarwordingen hebben, die zo'n vreemd gedrag vertonen dat ze niet meer binnen de normen van hun omgeving, van de maatschappij kunnen functioneren. Vreemde gedachten, bijvoorbeeld waangedachten, zoals achtervolgingswanen en grootheidswanen. De officiële definitie van waangedachten is dat het stellige overtuigingen zijn die niet stroken met de werkelijkheid. Maar in het licht van wat ik daarnet vertelde zou ik die definitie wat willen bijstellen. Waangedachten zijn stellige overtuigingen die niet stroken met de werkelijkheid... volgens de anderen, of beter gezegd volgens de consensus binnen de gemeenschap waartoe je behoort. Als ik vandaag bij hoog en bij laag beweet dat de aarde plat is, dan ga ik in tegen de consensus van de hedendaagse westerse maatschappij waartoe ik behoort en die gelooft dat de aarde rond is. U zal zeggen: daar is geen twijfel over, als je echt denkt dat de aarde plat is, is er iets mis met jou. Maar dat was dan juist het geval met mensen die eeuwen geleden beweetden dat de aarde rond was en niet plat. In dat geval zouden zij de psychotici geweest zijn. Het gaat dus niet om de werkelijkheid, maar om de gangbare overtuigingen. Waangedachten zijn dus relatieve fenomenen, meer bepaald relatief ten opzichte van de consensus binnen een gemeenschap. Die relativiteit is ook kwantitatief. Stel dat je helemaal alleen staat met een bepaalde overtuiging, dan riskeer je het label psychose. Als je met twee bent, dan riskeer je het label "folie à deux". Met drie kan het misschien nog om een "ménage à trois" gaan, maar met meer wordt het moeilijker om de psychiatrische diagnose staande te houden. Hoe meer een gedachtengoed gedeeld is, hoe minder het als psychotisch beschouwd wordt. Het gaat dan stilaan om een **subcultuur**, een groep mensen die het eens zijn over bijvoorbeeld buitenaardse wezens, of voedingsgewoonten, of een bepaald geloof of ritueel delen. Het diagnostisch label neemt af, de uitsluiting neemt af, de verbondenheid neemt toe. En als die overtuigingen gaan domineren dan draaien de rollen om. En zo krijgt de definitie van psychose, die al te vaak als een soort bijna mechanische afwijking wordt voorgesteld, een sterke sociale dimensie. Met de woorden van de stokoude Nieuw-Zeelandse psycholoog en filosoof Rom Harré: "het is onmogelijk om te weten of een Marsbewoner psychotisch is, als je niet eerst de cultuur van de marsbewoners leert kennen". Ik wil daarmee niet zeggen dat psychotici "gelijk" hebben, of dat "anything goes": ieder zijn waarheid en het maakt allemaal verder niets uit. Daarin schuilt het gevaar van tolerantie die onverschilligheid wordt. Ik wil ook niet zeggen dat er geen enkel verschil

is tussen psychotische en niet psychotische overtuigingen, tussen psychotische en niet psychotische mensen, maar toch: als er verschillen zijn, zijn het relatieve verschillen die niet scherp afgelijnd zijn, die een continuüm vormen en die een sociale dimensie hebben. Hoe dan ook, in de maatschappelijke realiteit van vandaag is het zo dat enkelingen met dergelijke vreemde, psychotische gedachten outsiders worden. Deze mensen plaatsen zichzelf voor een deel buiten de groep, worden ook door de groep afgestoten. De verbondenheid wordt daar afgebroken. Dit afstoten en uitsluiten is de kern van stigma. Er is sprake van stigma als mensen omwille van bepaalde eigenschappen een stempel krijgen, een negatieve connotatie, en uitgesloten worden. Uitsluiting, exclusie, is een van de pijnlijkste dingen die een mens kan meemaken. Als je nergens meer bijhoort, dan besta je eigenlijk niet meer. Om het met Jeroen Brouwers te zeggen: "Niets bestaat dat niet iets anders aanraakt". Of anders gezegd: iets dat niets anders aanraakt bestaat niet. Als de verbondenheid volledig verdwijnt, verdwijnt met andere woorden ook de autonomie. Uitsluiting uit de gemeenschap is iets heel fundamenteels, een oergegeven, het is de ultieme sanctie die men kan uitspreken. Het komt zelfs voor bij dieren en het snijdt heel diep. Verstoten worden, of het nu uit een relatie is, een familie, uit een werkmilieu, in de gevangenis terecht komen, kan pijn doen op een manier die neurofysiologisch bijna niet van fysieke pijn te onderscheiden is. Psychiatrisch stigma, dus het brandmerken van mensen omdat zij aan een psychiatrische stoornis lijden, heeft bovendien een aantal specifieke, negatieve gevolgen. Veel mensen met een psychiatrische stoornis voelen zich in eerste instantie al niet goed en hebben vaak een negatief zelfbeeld, wat inherent kan zijn aan een ziektebeeld zoals depressie. Stigmatisering en discriminatie zullen deze symptomen alleen maar verergeren. Dus stigma kan zieker maken, en dus vervolgens meer stigma oproepen, een vicieuze cirkel. Stigma en zelf-stigma kunnen mensen ook ontmoedigen om positieve stappen te zetten. Als je ervan uitgaat dat een job je ontzegd zal worden omdat je aan een psychiatrische stoornis lijdt, wat niet zo'n gekke redenering is, dan kan het zijn dat je het opgeeft om een job te gaan zoeken. Als je ervan uitgaat dat geen partner zal vinden omdat je aan een psychiatrische stoornis lijdt, wat niet zo'n gekke redenering is, dan kan het zijn dat je het opgeeft om een partner te gaan zoeken. Als je ervan uitgaat dat een arts je klachten niet ernstig zal nemen omdat je aan een psychiatrische stoornis lijdt, wat jammer genoeg ook niet zo'n gekke redenering is, dan kan het zijn dat je niet de hulp krijgt die je nodig hebt.

Een mogelijke manier om dit stigma te bestrijden, een tegengif tegen al de negatieve associaties die met ernstige psychiatrische aandoeningen verbonden worden, is volgens mij om te wijzen op de overlap die er bestaat tussen de twee groepen van outsiders die ik zonet heb voorgesteld, tussen de creatieve en de mensen met ernstige psychiatrische aandoeningen. Stilaan is het een wetenschappelijk stevig onderbouwd gegeven dat er een sterke verwantschap bestaat tussen creatief denken en psychotisch of manisch denken, tussen creatief temperament en gevoeligheid voor psychose en bipolaire stoornis, dat creativiteit en psychische kwetsbaarheid twee zijden van hetzelfde muntstuk zijn. Grote, recente onderzoeken tonen aan dat mensen met bipolaire stoornis en rechtstreekse familieleden van mensen met bipolaire stoornis en psychosegevoeligheid veel meer creatieve beroepen uitoefenen dan gemiddeld. En dat creatieve personen in het algemeen meer dan gemiddeld aan bipolaire stoornis lijden. Van die creatieve personen vertonen schrijvers bovendien een verhoogde vatbaarheid voor depressie, psychose, angststoornissen en suïcide. De drie hoogcreatieve personen die ik daarnet voorstelde op het vlak van kunst, wetenschap en filosofie zijn daar goede voorbeelden van. Van Vincent Van Gogh is de psychiatrische ziektegeschiedenis goed bekend, van de verschillende psychiatrische hospitalisaties tot het afsnijden van zijn oor tot zijn suïcide. Kurt Gödel, die in Einstein niet alleen een vriend maar ook een bewonderaar vond, is overleden als gevolg van een vergiftigingswaan. Hij was ervan overtuigd dat zijn voedsel vergiftigd werd en vertrouwde alleen op zijn vrouw om zijn eten klaar te maken. Toen zijn vrouw in een ziekenhuis opgenomen moest worden stond Gödel er alleen voor

en is deze volstrekt geniale man gestorven van verhongering. Op Ludwig Wittgenstein zal ik niet zomaar een DSM-diagnose plakken, maar feit is dat hij op een bepaald moment in zijn leven heel bewust voor een outsiderpositie heeft gekozen, door het vele geld van zijn schatrijke familie af te staan en als topfilosoof in een afgelegen lagere school les te gaan geven als onderwijzer. Drie van zijn vier broers pleegden suicide. Persoonlijk ben ik sterk overtuigd van dit verband tussen talent en kwetsbaarheid en denk ik dat het aangewend kan worden als een positief stigma, als een *counterframe* tegen de negatieve framing van ernstige psychiatrische aandoeningen. Hierin kan het voorbeeld van autisme inspirerend werken. We weten allemaal dat autisme serieuze beperkingen met zich kan meebrengen maar inmiddels is het tot de consensus doorgedrongen dat mensen met autisme heel bijzondere kwaliteiten kunnen hebben zoals nauwgezetheid, een superieur geheugen, zin voor details, opmerkingsgave. Die kwaliteiten zijn zodanig gemeengoed geworden dat grote bedrijven zoals Microsoft specifiek op zoek gaan naar werknemers met autisme. Andere voorbeelden zijn de Mossad, de Israëlische geheime dienst, SAP enz. Volgens mij kunnen we de link tussen creativiteit en psychiatrische aandoeningen zoals bipolaire stoornis en psychosegevoeligheid op een gelijkaardige manier inzetten als tegengif tegen de vooroordelen en de uitsluiting waar deze mensen vandaag het slachtoffer van zijn. Dan zouden we misschien dit soort aankondigingen kunnen zien.

Op zo'n moment ontstaat er een nieuwe consensus, een nieuwe verbondenheid die het stigma ondergraaft.

Andere manieren om de uitsluiting te bestrijden zijn meer prozaïsch, maar niet minder belangrijk. Het gaat om de nieuwe wind die vandaag door de psychiatrie waait en die te maken heeft met patiëntenparticipatie, vermaatschappelijking van de zorg en de herstelbeweging. Het zijn drie facetten van een evolutie waarin de verhouding tussen psychiatrische patiënten, de hulpverlening en de maatschappij zeer terecht hertekend wordt. Geen paternalisme maar participatie, geen exclusie maar respect voor de context van de patiënt, geen standaardprogramma maar een eigen weg naar herstel. In zekere zin hebben al deze benaderingen betrekking op verbondenheid, proberen ze die te versterken of alvast op zijn minst niet te doorbreken. Maar we mogen hierbij niet vergeten dat er mensen zijn die erg geïsoleerd zijn geraakt, die geen context meer hebben, die door hun problematiek meer steun, meer omkadering en vooral, meer tijd nodig hebben. Deze mensen, vroeger "chronische patiënten" genoemd, mogen niet uit de boot vallen, verdienen misschien wel de meeste aandacht en zorg.

In het besef dat ik hier misschien veel te veel heb willen vertellen op korte tijd, zou ik willen besluiten met het volgende. Het besef en de aanvaarding dat onze reële autonomie beperkt is en onze interdependentie, onze reële verbondenheid groot, kan misschien niet alleen leiden tot juistere inzichten, maar misschien ook tot meer geluk.