

De fatalistische levenshouding

Viktor E. Frankl

Het tweede hoofdstuk over psychotherapie mondde uit in een appél aan een verantwoordelijkheidsbesef. En ik heb getracht aan te tonen, dat al ons psychotherapeutisch handelen er in laatste instantie op gericht moet zijn om de patiënt tot vreugde in verantwoordelijkheid op te voeden¹.

Wat ons evenwel bij onze neurotische patiënten telkens weer opvalt, is juist het tegendeel, namelijk vlucht voor de verantwoordelijkheid en vrees voor de verantwoording. Het spraakgebruik leert ons reeds, dat de mens ter verantwoording moet worden geroepen - er schijnt derhalve ook een kracht te bestaan, die hem voor de verantwoordelijkheid doet uitwijken. Welke is nu de kracht, die de mens hiervoor doet uitwijken? Het is het bijgeloof aan de macht van het noodlot - zowel van het uiterlijke als van het innerlijke noodlot: aan de macht van *de uitwendige omstandigheden en de innerlijke toestanden*.

Men zou nu kunnen stellen, dat dit een neurotische trek van de hedendaagse mensheid is. En in zoverre zou men terecht ook van een *pathologie van de geest van deze tijd* kunnen spreken - in welk kader het fatalisme, het geloven in een noodlot, een der symptomen is. Toch houd ik het er voor, dat het *moderne gepraat over een "ziekte van de tijd"* of iets dergelijks *louter gepraat is* - niet bindend in zijn apriorische uitgangspunten en misleidend in zijn consequenties.

Met een woord: dit gepraat is even onwetenschappelijk als gewetenloos.²

Een van de meest triviale en banale onder zulke "tijd diagnoses" mondt uit in de bewering, dat het *het tempo* van onze dagen is, dat de mens zo ziek maakt. Zo heeft bijvoorbeeld niemand minder dan de bekende socioloog Hendrik DE MAN verklaard: "Het tempo laat zich niet ongestraft boven een bepaalde grens versnellen".

Is deze bewering juist? Dat de mens een toename van het tempo, bijvoorbeeld van de machinale voortbeweging niet zou verdragen, dat hij derhalve tegen de technische vooruitgang niet opgewassen is - dat is geen nieuwe, maar wel een valse profetie: toen in de vorige eeuw de eerste treinen reden, hebben geneeskundige autoriteiten het voor onmogelijk gehouden, dat de mens de aan een treinreis verbonden snelheid zou kunnen verdragen zonder ziek te worden. En tot voor enige jaren twijfelde men er aan of het uit een oogpunt van gezondheid mogelijk zou zijn om te vliegen in een straaljager, die de geluidsbarrière doorbreekt.

We zien - dat wil zeggen: we zien *nu* - nu alle voorspellingen en scepticisme onjuist zijn gebleken -, hoezeer DOSTOJEWSKI het juist heeft gezien toen hij eens de mens definieerde als het wezen, dat aan alles gewend raakt.

Als oorzaak van de "tijdziekte", als ziekteoorzaak in het algemeen, komt het moderne tempo geenszins in aanmerking. Ik zou zelfs durven beweren, dat het versnelde tempo van het hedendaagse leven eer een poging tot zelfgenezing vertegenwoordigt, zij het ook een mislukte poging daartoe. Het razende levens-tempo is inderdaad zonder meer te begrijpen indien wij het als een poging tot bedwelming van ons zelf zien: de mens is op de vlucht voor een innerlijke eenzaamheid en leegte en op deze vlucht stort hij zich juist in een verwarrende drukte. De grote Franse psychiater JANET, overigens een der leermeesters van Sigmund

¹ Vergelijk het boek van prof. Dr. Karl DIENELT: *Erziehung zur Verantwortlichkeit: Die Existenzanalyse V. E. FRANKLS und ihre Bedeutung für die Erziehung* (Wenen 1955, Österreichischer Bundesverlag).

² Zou het waar zijn, dat de ziekte van deze tijd identiek is met datgene waarmee alle psychotherapie zo druk bezig is, met de neurose? Is nervositeit de ziekte van deze tijd? Er is inderdaad een boek - de schrijver heet F. C. WEINKE - dat tot titel voert: "Der nervöse Zustand, das Siechthum unserer Zeit." Het boek is in Wenen verschenen en wel bij S. S. HEUSNER in het jaar '53 - maar niet 1953, doch 1853. Siechthum werd nog, met een h geschreven. Men ziet, dat het met het tijdgebundene van de neurose nog al las loopt: niet alleen onze tijdgenoten zijn nerveus!

FREUD, heeft bij de neurotische mensen, die hij psychasthenici heeft genoemd, een door hem genoemd *sentiment de vide* beschreven, dat wil zeggen een gevoel van leegte en zinloosheid. Dit gevoel van leegte bestaat nu ook in overdrachtelijke zin en hierbij doel ik op het gevoel van een *existentiële* leegte, het gevoel van doel- en zinloosheid van het bestaan.

Dat zulk een gevoel zich heden ten dage van een niet gering aantal mensen meester maakt, wordt duidelijk indien wij ons slechts herinneren wat ik in mijn tweede hoofdstuk over het tijdseigene van de psychoanalyse heb gezegd: ik betoogde daarin dat destijds, ten tijde van Sigmund FREUD, de *seksuele* problematiek op de voorgrond stond - terwijl voor de moderne mens niet zozeer het seksueel onbevredigd zijn een probleem is als wel het in existentieel opzicht onvervuld zijn, of, indien ik mij van de uitdrukking van de Amerikaanse psychiaters mag bedienen, een frustratie en wel een frustratie van datgene wat ik reeds de wil-tot-zin genoemd heb. En nu kunnen wij begrijpen, dat *het tempo de hedendaagse mens ten dienste staat* om zijn onbevredigd-zijn, het onvervuld-zijn *van zijn wil-tot-zin te verdoven*. Want de hedendaagse mens beleeft in menig opzicht datgene, wat zich misschien het meest treffend niet een paar woorden uit "Egmont" van GOETHE Mat weer-geven:

"Kaum weisz er, woher er kam - geschweige denn, wohin er geht."

En men zou er aan kunnen toevoegen: hoe minder hij het weet, *hoe minder hij weet heeft* van zoiets als de zin van zijn bestaan *en het doel van zijn weg - des te meer versnelt hij het tempo* waarin hij deze weg afrent.

Behalve de beschuldiging dat het tempo de oorzaak van geestelijke nood is, is er ook nog een andere karakterisering van de veel gediagnostiseerde "tijdziekte": zo spreekt men bijvoorbeeld van onze eeuw als van een eeuw van de angst ("The Age of Anuety") of men stelt - om de titel van een boek te gebruiken - "De *Angst* als ziekte van het avondland" voor. Ook tegen dit alles moet stelling genomen worden.

Ik behoef slechts te wijzen op datgene waarop onlangs twee Amerikaanse geleerden in het American Journal of Psychiatry geweest hebben, dat namelijk vroegere tijden, bijvoorbeeld de tijd van de slavernij, van de godsdienstoorlogen, van het verbranden van heksen, van de volksverhuizingen of van de grote epidemieën dat al deze "goede oude tijden" beslist niet meer vrij van angst waren dan onze tijd.³

³Terecht heeft Joachim BODAMER, een Duitse psychiater, eens gezegd: "Voorzover de hedendaagse mens aan angst lijdt, is deze angst een angst voor de verveling." Dat deze verveling dodelijk kan zijn, weten wij ook: de Heidelbergse internist prof. PLÜGGE heeft aangetoond, dat aan de door hem onderzochte gevallen, waarin een poging tot zelfmoord was gedaan, als motief geenszins ziekte of economische nood, beroepsconflicten of andere conflicten ten grondslag lagen, maar veeleer tot zijn grote *verassing* een ding: mateloze verveling - dus het onvervuld zijn van het menselijk hunkeren naar een deugdelijke levenshouding! En zo zien wij dan ook hoe Karl BEDNARIK het bij het rechte eind had, toen hij eens schreef: Uit het probleem van de materiële ellende van de massa is het probleem van de welstand ontstaan en daarmee het probleem van de vrije tijd.

Bijzonder in samenhang met het neurosenprobleem heeft de Weense zenuwarts Paul POLAK jaren geleden er al op gewezen, dat men niet de illusie moet koesteren, dat met de oplossing van de sociale vraagstukken de neurotische ziekten van zelf zullen verdwijnen - het tegendeel is waar: als de sociale vraagstukken zijn opgelost, zullen de *existentiële* des te meer in het bewustzijn van de mensen doorbreken - "de oplossing van het sociale vraagstuk zal de geestelijke problematiek eerst pas vrij maken, deze juist mobiliseren; de mens zal dan pas vrij worden om zichzelf goed aan te pakken, en zal het problematische van zichzelf, zijn eigen bestaansproblematiek, dan juist zien".

De *neurosen* zijn niet toegenomen, maar in frekwentie tientallen jaren gelijk gebleven, en onder de neurosen zijn de angstneurosen zelfs verminderd (3. HIRSCHMANN). Het klinische *beeld* van de neurosen is veranderd, de *symptomatologie* is een andere geworden; maar voor zover dit het geval is, treedt de angst eerder terug. Iets dergelijks zien wij ook bij de *psychosen* (11. KRANZ), dus niet alleen bij de neurosen. Zo heeft men kunnen aantonen, dat de melancholische patiënten heden ten dage minder frequent aan schuldgevoelens lijden, in het bijzonder schuldgevoelens tegenover God; maar op de voorgrond staat de zorg over hun lichamelijke gezondheid, dus een hypochondrisch syndroom, en de zorgen over hun werk en hun arbeidsgeschiktheid: dat zijn de themata van de hedendaagse melancholie (A. v. ORELLI) - vermoedelijk echter alleen omdat deze (niet God en schuld, maar gezondheid en arbeid) de bekommernis van de gemiddelde hedendaagse mens uitmaken.

Er kan derhalve niet gezegd worden, dat de *frekwentie* van de *neurotische aandoeningen* tegenwoordig is toegenomen; wat alleen is *toegenomen* is iets heel anders:

de behoefte aan psychotherapie, dat wil zeggen de behoefte van de massa om zich in haar psychische, zedelijke en geestelijke nood tot de zenuwarts te wenden. Maar achter deze behoefte aan psychotherapie staat toch weer iets anders en wel *de oude en eeuwige behoefte aan metafysiek van de mens*.

Indien nu iemand van mening is, dat het toch statistisch moet kunnen worden nagegaan of het juist is (waarover zoveel gesproken wordt) dat namelijk de geestesziekten in de laatste tijd een toename vertonen, dan zou ik ook dit willen betwisten: het percentage van werkelijke geestesziekten, dus wat men klinisch endogene psychosen noemt, blijft zelfs verwonderlijk konstant. Wat aan grote wisselingen onderhevig is betreft alleen het aantal van de opnamen in psychiatrische instellingen. Maar ook dit heeft zijn goede gronden. Wanneer bijvoorbeeld in het Weense krankzinnigengesticht "Der Steinhof" in het jaar 1931 met meer dan 5000 opnamen het hoogste aantal (in meer dan 40 jaar) werd bereikt, daarentegen in het jaar 1942 met ongeveer 2000 opnamen het laagste aantal, dan is dit zeer gemakkelijk te verklaren: in de dertiger jaren, in de tijd van de economische wereldcrisis, werden de patiënten door hun familie uit begrijpelijke economische overwegingen zo lang mogelijk in de inrichting gelaten en waren de patiënten zelf vaak blij daar een dak boven het hoofd en wat warmes in hun maag te hebben. Anders was het onder Hitler: uit evenzeer begrijpelijke en ongegronde vrees voor euthanasie werden de zieken zo spoedig mogelijk naar huis gehaald, respectievelijk zo vroeg mogelijk ontslagen, - of zo mogelijk niet eens gesloten psychiatrische verpleging gebracht. Niet minder onjuist zijn gelijke opvattingen, die over een veronderstelde toename van de *zelfmoorden* verbreid zijn. Het zal menigeen verrassen, maar het is nu eenmaal zo, dat de zelfmoordcurve, voor zover deze ups en downs vertoont, in perioden van economische ellende maar ook ten tijde van politieke crises vlakker wordt. Dit feit - waarop o.a. de onderzoekers DÜRKHEIM en HOFEDING gewezen hebben - is ook in de laatste tijd bevestigd: niet alleen, dat sinds tientallen jaren Zwitserland en Zweden het Europese rekord aan frekwentie van zelfmoord vertonen - dus uitgerekend die landen, die zich mochten verheugen in de langste perioden van vrede - maar het werd bovendien bekend, dat in Noord-Duitsland het zelfmoord cijfer sinds 1946 lager is dan in de periode voor de eerste wereldoorlog. En aan een andere statistiek, gepubliceerd door Dr. ZIGEUNER kan ontleend worden, dat in Graz, respectievelijk in Stiermarken de zelfmoord curve in de jaren 1946-1947 een dieptepunt vertoonde - dus juist in een tijd waarin de levensstandaard van de bevolking bijzonder laag was.

Hoe kan men dat verklaren? Naar mijn mening wel het beste door een vergelijking: ik heb mij eens laten vertellen, dat een *gewelf, dat bouwvallig geworden is, gestut en bevestigd kan worden doordat men het* - hoe paradoxaal het ook moge klinken - *belast*. Niet anders gaat het de mens: met de moeilijkheden, die hem ten deel vallen, groeit blijkbaar zijn innerlijke weerstandskracht.⁴

Vooropgezet zij evenwel - ik heb er al meer op gewezen dat **hij die "een waarom te leven heeft", slechts dan "verdraagt hij elk"**, om nogmaals NIETZSCHE te citeren. In verband hiermede moeten wij de wijze waarop de hedendaagse mens psychisch een gevaar loopt onder ogen zien, namelijk hoe hij stelling neemt ten aanzien van de atoombom. Juist de zenuwarts is heden ten dage vaak getuige ervan hoe de mensen tot een eigenaardige levenshouding vervallen, die ik niet anders kan betitelen, dan de "*provisorische levenshouding*". Zulke mensen leven slechts door de omstandigheden bepaald; zij denken er niet aan op lange termijn hun plannen te maken, doelbewust hun leven op te bouwen en in te richten. Zij doen zulks niet, zich er op beroepend, dat de atoombom immers toch komt en dat dan *alles immers toch zonder meer zinloos is*. Zij zeggen wel niet *après moi le déluge*", na

Van een toename van de neurosen in de strikt klinische zin van het woord - niet in de ruimste en in een overdrachtelijke zin, namelijk in die van *de kollektieve neurosen*, zoals ik deze zou willen noemen, maar zoals gezegd van een toename van de neurosen *in de strikt klinische zin van het woord* - kan niet worden gesproken.

⁴Zie ook H. SCHULTE, die van de "als bijkomend verschijnsel van alle sociologische noodtoestanden algemeen bekende geringere frekwentie van echtscheidingen, zelfmoorden, morfinisme e.d. en van neurosen, die behandeling behoeven", spreekt (Gesundheit und Wohlfahrt, Jaar-gang 1952, blz. 78); analoge aanwijzingen kan men vinden bij E. MENNINGER-LERCHENTHAL (Das europäische Selbstmordproblem, Wenen 1947, blz. 37) en bij 3. HIRSCHMANN ten aanzien van zelfmoorden in politiek-woelige tijden.

mij de zondvloed, maar zij denken: na *mij de atoombom* - en onmiddellijk is hen alles onverschillig.⁵

Het is duidelijk welk een verderfelijke uitwerking zulk een lichtzinnige, provisorische levenshouding op de duur in de massa moet hebben. Onthouden wij één ding: als er iets is, dan is het juist het bewustzijn een doel, het gevoel een taak te hebben, dat enkel en alleen de mens in staat stelt om zelfs onder de moeilijkste voorwaarden en van buiten komende omstandigheden innerlijk stand te houden. En zodoende die machten van de tijd te trotseren, die *slechts de kleinmoedigen* zo overmachtig en zo noodlottig voorkomen.

⁵Zo was er onlangs in een radio-uitzending een discussie in het publiek, waarbij een volkswrouw opstond en letterlijk de volgende opmerking maakte. "Zolang de atoombom dreigt, is het onverantwoordelijk om kinderen ter wereld te brengen".