

Marieke van Riessen

SUPEREGO

Nijgh & Van Ditmar
Amsterdam

We do not come to write better; all that we can be said to do is to keep moving, now a little in this direction, now in that, but with a circular tendency should the whole course of the track be viewed from a sufficiently lofty pinnacle. It need scarcely be said that we make no claim to stand, even momentarily, upon that vantage ground.

Virginia Woolf, *Modern Fiction*

De vuist van Blanche

Dat kwam omdat ze een gevoelsmens was, zei een vrouw die voor mij de trein instapte. Ze droeg een ruimvallend jasje en onder het jasje een bodywarmer. Ik liep achter haar aan en ging tegenover haar zitten. Onze knieën raakten elkaar net wel, net niet, net wel, net niet.

Ze was gestopt met bellen en begon de klipjes van een rugtas los te maken, haalde er een bak uit en zette die op haar bovenbenen. Het doffe geluid van de lepel tegen de rand van de bak kondigde het vermalen van de muesli aan, het slikken. De lucht van yoghurt had me ingesloten.

We keken elkaar aan, kort, maar lang genoeg om iets in haar ogen te zien veranderen. Had ze met me te doen? Was het allerergste wat haar op dit moment zou kunnen overkomen: mij zijn? Ze zag het vast, hoe moe ik was. Ze had me door, met mijn eeuwige zelftwijfel. De toenevende frustratie. Ze zou begrijpen dat ik op momenten niet meer kon, dat ik was uitgeluisterd.

Als ik door wilde gaan met wat ik al jaren deed, de eindstreep halen zagezegd, dan moest ik volgens haar echt gaan leren accepteren dat lijden bij het leven hoorde. Niet iedereen was te helpen, zou ze me uitleggen. Of sterker, ik moest accepteren dat ik nooit zeker wist of het er wel toe deed, al die betrokkenheid, al mijn goedbedoelde pogingen.

Zij die mijn spreekkamer opgetogen verlieten waren misschien wel net verliefd geworden. Of ze hadden vlak van tevoren een splintertje xtc genomen. Wist ik veel. En waar ik me ook niet in moest vergissen was het grote aantal pleasers dat ik vandaag de dag in mijn spreekkamer zou aantreffen. Zij die mij het gevoel gaven dat ik er wél toe deed, dat ik misschien zelfs net het verschil had gemaakt. Tussen leven en dood bijvoorbeeld.

Als ze me zo zag zitten met die dubbele frons onder mijn piekerige pony, terwijl mijn werkdag nog moest beginnen, vroeg ze zich vast af of ik mezelf en mijn invloed niet wat te serieus nam. Dacht ik nu werkelijk dat dat ene uurtje contact met mij kon opwegen tegen, noem eens wat, het allesverpletterende scrollen op onze telefoons?

Of, en misschien was dat wel helemaal niet wat ik wilde horen, ik moest mijn beperkte blik verruimen en nu echt eens gaan nadenken over het gebruik van psychedelica tijdens de sessies. Bij voorkeur patiënt én therapeut. De boel wat meer durven openbreken, controle loslaten. Of hypnose inzetten, dat was ook een optie. Hypnose zou wel eens aan een revival bezig kunnen zijn, was haar voorspelling.

Hoeveel jaar had ik erop zitten? Ze leek te tellen op haar vingers. Hoeveel patiënten waren dat bij elkaar opgeteld? Viel haar nog tegen eigenlijk. Maar alsnog, petje af. Al die verhalen van anderen aanhoren, ze zou het zelf nog geen dag volhouden. Ze was er zo een die genoeg had aan haar eigen narratief.

Ik pakte mijn telefoon en tikte in 'held van de hypnose'. Rasti Rostelli was de eerste hit. Jean-Martin Charcot de tweede. Ik opende de afbeelding, een schilderij van een zaaltje in een stadsziekenhuis, het Salpêtrière in Parijs, 1887. Een hoge ruimte met ramen tot aan het plafond waar het licht een oranje gloed verspreidde.

Aan de linkerkant zaten zesentwintig mannen te dicht op elkaar. Een aantal had geen zitplaats en leunde tegen de muur of het raamkozijn. Ze droegen zwarte pakken en keken allemaal in dezelfde richting, de ogen gefixeerd, de

pennen in de aanslag, blossen op de wangen, vastbesloten om maar niets te hoeven missen van het tafereel aan de rechterkant van de ruimte.

Daar stond arts-assistent Babinski met een vrouw in zijn armen, en aan de uitgestrekte armen van verpleegster Bottard naast hem te zien had hij de vrouw enkele seconden eerder opgevangen. Ze hing als een slappe pop achterover, haar halfblote borst in een dot wit licht.

Tussen de gretige toeschouwers links en het studieobject rechts stond, als een onverwoestbare zuil, een man. Hij keek recht vooruit, ver vooruit, verder vooruit dan alle anderen leek het. Neuroloog Charcot had zijn patiënt zojuist de blik laten richten op een neutraal object dat hij vlak voor haar ogen heen en weer slingerde, waarna zij achteroverviel. Charcot wilde het niemand onthouden, de demonstratie van de techniek waarin hij inmiddels zo bedreven was geraakt. Alles om de hysterische patiënt beter te kunnen maken.

Een lithografie van het schilderij had jarenlang bij Freud in de behandelkamer gehangen. Het was zo'n afbeelding waarvan ik nooit tot me had laten doordringen waar Freud en zijn patiënten eigenlijk naar keken, waarin ze konden verdwijnen zodra ze zich terugtrokken in hun eigen stilte. Freud liet zijn patiënten tijdens de analyse kijken naar een andere arts, een arts die een instrument gebruikte dat Freud al vrij snel terzijde zou schuiven en niet meer op zijn patiënten zou uitproberen.

Dat had iets vreemds. Het was als een dokterskamer met een medicijnkastje opzichtig gevuld met hallucinogene drugs die de arts niet meer voorschreef aan zijn patiënten. Of de *wireless light tube* die onder het dressoir in mijn praktijkkamer lag te verstoffen sinds ik deze steeds

minder gebruikte. Niet omdat de tl-buis verguisd of verboden was, integendeel.

Ik zag ze wel kijken hoor, naar de langwerpige koffer die bij de EMDR-uitrusting hoorde en de suggestie kon wekken dat ze met een illusionist van doen hadden. Ze vroegen zich vast af waarom ik die toch wat eigenaardige methode niet op hen losliet. Ze hoorden daar immers zulke spectaculaire verhalen over. Wie wilde dat niet, je onbewuste nare herinneringen bewerken en van je klachten afkomen door een bewegend lampje te volgen met je ogen?

Het was niet meer precies terug te halen na hoelang of na hoeveel keer, maar ergens was iets in mij gaan schuiven. Iedere keer dat de tl-buis en ik de hoge verwachtingen niet hadden waargemaakt viel het me zwaarder om bij de start van de behandeling mijn gezicht weer in een plooi te trekken, de plooi die moest overbrengen dat ik er alle vertrouwen in had. Het lukte me niet meer en dat stemde me oprecht treurig.

Hoeveel mensen had ik er nou helemaal mee geholpen, echt geholpen? leek de vrouw tegenover me te vragen, zachtjes, bijna fluisterend. Ze was er niet het type naar me voor schut te zetten, hier midden in de volle treincoupé.

Als ik Freuds patiënt zou zijn geweest duwde ik elke dag opnieuw mijn wang in het met velours beklede kussen, keek schuin omhoog en zou de snorren van de mannen tellen, daarna de baarden en daarna het aantal mannen dat notities maakte; en vervolgens ging ik langs alle ogen die oplichtten alsof ze met een magiër van doen hadden, een magiër die elk moment een groots mysterie over de zieke mens kon onthullen.

Laat het ons zien Charcot, zeiden die ogen. Laat zien hoe je dat doet, dat hypnotiseren en vertel ons dan alsjeblieft waar het defect in het lichaam zit dat verantwoordelijk is voor dit onverklaarbare, hysterische gedrag. Wij willen zien wat jij ziet, wij willen kunnen wat jij kunt, Charcot.

Daarna bleef ik hangen bij de witte schorten die twee van de mannen om hun middel hadden geknoopt, me afvragend of de donkere plekken sporen van bloed waren. Ik kon het schilderij bekijken met de blik van nu en schande spreken van de misogyne setting, van de spektakelshow die Charcot daar keer op keer moest hebben neergezet, de hype die al snel rondging en zelfs over landsgrenzen mensen nieuwsgierig wist te maken. Machteloze artsen, wanhopige patiënten en alle andere nieuwsgierigen.

Ik kon de mannen in het zaaltje verwijten blind te zijn geweest voor de functie van het opgetuigde ritueel en me verontwaardigd afvragen of er dan werkelijk niemand onder hen was die zich de vraag stelde of de patiënt, omgeven door die overdaad aan hoge verwachtingen, wel móést geloven in haar hypnotiseerbaarheid.

Charcot keek als enige niet naar zijn patiënt. Hij had de blik van iemand die alles al eens had gezien, die wel kon voorspellen wat er zo ging gebeuren, hoe deze hysterische patiënt eerst zou verstarren, om vervolgens slap te worden en dan alle bewegingen uit te voeren die hij haar suggereerde. Och ja, hij kon het uittekenen.

Charcot zal de patiënt daar zojuist hebben voorgehouden dat alle kracht uit haar lichaam zou wegvloeien en het viel me op, nu, hier, omringd door het frisse en het zure van de yoghurt, dat dit niet klopte. De enige hand van de

vrouw die we konden zien was een vuist. Daar was wel degelijk sprake van kracht, van spierspanning die ons iets deed vermoeden over gevoelens van de vrouw.

Ik zoomde in op de vuist, maakte die zo groot mogelijk op het kleine scherm van mijn telefoon en kon het bijna voelen, het knijpen van de vingers, de nagels in het vlees, hoe de bloedtoevoer werd afgeknepen, de knokkels en de vingers witter dan de rest van de hand. Ik liet mijn arm bungelen langs de kant van de stoel die grensde aan het gangpad en begon langzaam mijn hand aan te spannen en naar achter en omhoog te duwen zonder mijn arm van positie te veranderen.

Het was een wat ambivalente vuist, een vuist die zichzelf als het ware klemzette in een onmogelijke positie maar waar wel een impuls in opgesloten zat. Met die vuist zou de patiënt kunnen uithalen naar degene die haar gebruikte als object voor dat omvangrijke, dat baanbrekende onderzoek van hem, maar die ook degene was die ze nodig had, van wie ze afhankelijk was, degene die haar zou gaan helpen. De vuist zei: ik wil je wel vermoorden maar ik kan je niet vermoorden. De vuist zei: ik zit verstrikt in mijn eigen conflict.

Zou iemand die vuist hebben opgemerkt? De meeste mannen in het zaaltje waren arts en vermoedelijk gewend te vertrouwen op hun medische verklaringsmodel. Het was al heel wat dat ze bereid waren buiten hun eigen veilige wereld te treden en zich open te stellen voor dit onbekende ritueel met twijfelachtige invloed, dat de belofte en de hoop onbekommerd door de ruimte konden bewegen. Niemand die het in zijn hoofd haalde het door Charcot gepresenteerde verhaal in twijfel te trekken of weg te lachen.

De vrouw tegenover me deed de deksel op de bak en stak de lepel nog een keer in haar mond. Ze ging rechtop zitten, sloot haar ogen en ik stelde me voor hoe ze een pleidooi voorbereidde waarmee ze me dadelijk zou proberen te overtuigen van de noodzaak op te houden met rumineren. Psychologen hadden aangetoond dat mensen depressief werden als ze alles maar bleven herkauwen en ze raadde me aan te leren wat meer mijn gevoelens te volgen.

In een brief aan zijn vrouw Martha schreef Freud dat Charcot hem imponeerde met zijn performance van de hypnose. Freud wilde ook hypnose gaan gebruiken in zijn behandelingen. Wie weet zou hij zo eindelijk toegang krijgen tot dat impenetrabele onbewuste van ons. In Wenen probeerde hij het uit bij zijn patiënten en in zijn *Zelfportret* had hij iets over de prachtigste resultaten geschreven. Die hij helaas ook weer snel zag verdwijnen.

Wat Freud ook schreef: dat hij het al snel zat was om na zijn bevel 'U gaat slapen, slaap!' telkens te horen: 'Maar dokter, ik slaap niet.' Het hypnotiseren lukte steeds vaker niet dan wel en op een gegeven moment liet hij het maar gaan en begon hij zijn patiënten steeds meer te laten praten. Weg van het lichaam, weg van het onbewuste, weg van een potentiële catharsis.

Daarna waren ze er altijd wel geweest: zij die het stokje van Freud wilden overnemen, die in de ban raakten van de onbewuste psychische processen van de mens en pogingen deden terugkerende obstakels te overwinnen. Obstakels die wij graag aan de patiënt toeschreven, want als het niet wilde vloten in therapie dan konden we terugvallen op de patiënt die moeilijk was. Onvoldoende gemotiveerd. In het uiterste geval zeiden we dat iemand

therapieresistent was. Dan hield het verder op. Bij ons althans.

Achter me werd het tafeltje dat aan mijn stoel vastzat uitgeklapt. Het kraakte kort en hevig. De module angst en trauma was wel mooi, zei een stem, zo dichtbij dat ik dacht dat het tegen mij werd gezegd. Ik keek om en zag een glimp van een windjack met capuchon, een gouden kettinkje en witte snoertjes die naar de oren gingen. Zodra ik het woord 'module' hoorde moest ik aan de ggz denken.

Ja, daar had ze wel een idee over, vervolgde ze. Het was echt een slimme app. Cliënten konden hun eigen persoonlijke eHealth-route creëren. Hoeveel cliënten in totaal? Stuk of vierhonderd dacht ze. Ze konden hierop alvast een offerte aanvragen. Nee, de koppeling was nog niet geïntegreerd in intranet nee, het werkte nog niet heel chill. Ze vroeg zich af of ze nog iets voor de implementatie konden doen. De demo voor 'train de trainer' was heel veel doorklikken. Misschien moesten ze de modules korter maken, anders zouden de therapeuten afhaken.

We reden weg van een station met twee perrons, ramen die uitzicht gaven op de weg naar de stad en de weg naar de zee, de wachtruimte die deed denken aan een klaslokaal met banken waar ik nooit iemand op zag zitten. Te hard. Te ongemakkelijk. Het was stil achter me. Misschien werd de verbinding verbroken. Oké. Nee. Dat gold alleen voor vestigingen Hoorn, Zoetermeer en IJmuiden. In Bergen op Zoom zaten er meer. Ze moesten zo breed mogelijk uitrollen, zei ze terwijl haar vingers over het toetsenbord roffelden.

Ik had de neiging haar bij de schouders te pakken en eens flink door elkaar te schudden. Haar nek die steeds

slapper werd en uiteindelijk knakte als een rietje en dan was er opluchting, want het was klaar. Nooit meer horen over modules die steeds maar korter en korter werden. Ik had iemand vermoord wier enige misdaad het was de taal van haar tijd te spreken. Modules waren van haar tijd. In therapie gaan was van haar tijd. Veelvuldig praten over gevoelens was van haar tijd.

Sinds een paar maanden hield ik een lijst bij: alles wat ik mensen hoorde zeggen over gevoelens, alles wat ik erover las in interviews met zangers, acteurs, schrijvers, rappers, influencers, filosofen en andere bekende Nederlanders. Dan vroegen ze zich hardop af: 'Voel ik me nou in de steek gelaten?' Of ze zeiden: 'Ik vind het lekker dat ik voel dat er iets is gebeurd.' De interviewer die maar bleef vragen: 'Hoe voelde je je precies?' En de bekende Nederlander die dingen zei als: 'Ik voelde me betrappt. Ik voelde me belazerd. Het was een gevoel van onrecht. Ik voelde me afgewezen. Ik voelde me niet gezien.'

Allemaal opmerkingen die je zo op het verkeerde been konden zetten. De woorden herhaalden de vermeende daad van de ander maar zeiden niets over het ervaren van gevoelens. We wisten nog steeds niet wat de persoon voelde toen hij werd betrappt, belazerd, afgewezen of niet gezien. Was er een schokkend lichaam, waren er monden die wijd openstonden, handen die naar de borst grepen, was er geluid als van een sirene, ging dat geluid door merg en been voor omstanders? Iemand die zichzelf een gevoelsmens noemde rationaliseerde zich waarschijnlijk te pletter als het aankwam op de eigen binnenwereld.

We naderden het eindstation. In het gangpad belandde ik vlak achter de vrouw van de modules. Ik dacht de geur van hoofdhuid te onderscheiden. Dat ontroerde me en

ik moest de neiging me te verontschuldigen onderdrukken. Niet nu zeggen dat ik het helemaal niet wilde, van dat schudden. Niet nu zeggen dat het echt niets met haar te maken had, dat het vast projectie was. Zou ze dat snappen, als ik dat zei?

In de fietsenstalling bleek dat onze fietsen in hetzelfde pad stonden. Ze tilde haar tas over het stuur in een bak en rommelde in het hoofdvak van de tas op zoek naar iets, maar stopte daarmee voordat ze dat wat ze zocht gevonden had. Ze trok haar fiets met een ruk uit het rek, haar telefoon ging en ze begon een tekst in te tikken met haar duimen. Het leek even of ze me ging vragen haar fiets vast te houden, ik behoefde maar te reiken.

Toen ze weg was, bleef ik nog even staan, pakte mijn telefoon en downloadde de eHealth-app. Er was ook een module 'geluk'. 'Dit programma is geschreven voor mensen die zelfstandig aan de slag willen om zich gelukkiger te voelen,' stond er.