

Irvin D. Yalom

De Schopenhauer-kuur

Roman

Vertaald door Hannah Jansen

UITGEVERIJ BALANS

Met elke ademhaling, weren we de dood af die ons voortdurend op de hielen zit...

Uiteindelijk zal de dood overwinnen, want ons lot staat vast vanaf onze geboorte, hij speelt met zijn prooi, maar slechts voor korte tijd, dan slaat hij onverbiddelijk toe.

Toch gaan we gedreven en toegewijd zo lang mogelijk door met leven, zoals we proberen de grootste en langste zeepbel te blazen, in de wetenschap dat hij uit elkaar zal spatten.

1

Julius kende ze als geen ander, de wijsheden die mensen op de grens van leven en dood ten beste geven. Hij kon zich goed vinden in de uitspraak van de stoïcijnen: ‘Zodra we zijn geboren beginnen wij te sterven,’ en in de woorden van Epicurus: ‘Waar ik ben is de dood niet, en waar de dood is, ben ik niet, dus waarom zou ik bang zijn voor de dood?’ Als arts en psychiater had hij dit soort woorden van troost nogal eens aan stervenden meegegeven.

Hoewel hij meende dat zijn patiënten met zulke sombere overwegingen hun voordeel konden doen, kwam het nooit bij hem op dat ze ook nog wel eens iets met hemzelf te maken konden hebben. Tot dat afschuwelijke ogenblik, vier weken eerder, dat zijn leven voor altijd veranderde.

Het gebeurde tijdens zijn jaarlijkse medische controle. Zijn internist Herb Katz, een oude vriend en studiegenoot geneeskunde, had zojuist zijn onderzoek afgerond en zoals gewoonlijk verzocht hij Julius zich weer aan te kleden om naar zijn kamer te komen voor een nabespreking.

Herb zat aan zijn bureau het dossier van Julius door te bladeren. ‘Je ziet er nog aardig goed uit voor zo’n oude lelijkheid van vijftien-zestig. Je prostaat raakt een beetje opgezwollen, maar dat is bij mij ook zo. Je bloeddruk, cholesterol en vetgehalte zijn in orde – de medicijnen en je dieet doen hun werk. Hier is het recept voor de Lipitor; in combinatie met het joggen heeft het je cholesterol voldoende doen afnemen. Je mag wat minder streng worden voor jezelf: een eitje op z’n tijd kan geen kwaad. Ik eet er elke zondag twee bij het ontbijt. En hier heb je het recept voor je natriumtabletten.

Ik verhoog de dosis een beetje. Je schildklier is zich langzaam aan het sluiten – de goede schildkliercellen sterven af en worden vervangen door bindweefsel. Zoals je weet is dat absoluut onschuldig: het gebeurt ons allemaal. Zelf ben ik ook aan de schildklier-medicijnen.

‘Zo gaat dat Julius, we worden allemaal ouder, er is geen ontkomen aan: naast je schildklier die minder goed functioneert, is het kraakbeen van je knie aan het verslijten, sterven je haarzakjes af en zijn je tussenwervelschijven niet meer wat ze geweest zijn. Verder gaat je huid duidelijk achteruit: de cellen van je opperhuid zijn eenvoudigweg versleten, kijk maar eens naar die bruine ouderdomsvlekken op je wangen.’

Hij hield Julius een spiegeltje voor zodat hij het zelf kon zien. ‘Er zijn er heel wat bij gekomen sinds de laatste keer dat ik je zag. Zit je vaak in de zon? Draag je wel een breedgerande hoed, zoals ik je aanbevolen had? Ik wil dat je er een dermatoloog naar laat kijken. Bob King is een goede. Hij zit hier vlak bij, in het aangrenzende gebouw. Hier heb je zijn nummer. Ken je hem?’

Julius knikte.

‘Met wat vloeibare stikstof kan hij de oneffenheden wegbranden. Een maand geleden heb ik hem er bij mezelf ook een paar laten verwijderen. Zo gebeurt – duurt maar vijf à tien minuten. Heel wat internisten doen het tegenwoordig zelf. Er zit er ook een beetje op je rug waarvan ik graag wil dat hij ernaar kijkt. Je kunt hem niet zien, hij zit net onder de zijkant van je rechterschouderblad. Hij ziet er anders uit dan de anderen – het pigment is ongelijk en de randen zijn niet scherp. Waarschijnlijk is het niets, maar laat hem er even naar kijken. Afgesproken, ouwe jongen?’

‘Waarschijnlijk is het niets, maar laat hem er even naar kijken.’ Julius hoorde de gespannen en geforceerde nonchalance in Herbs stem. Laat er echter geen twijfel over bestaan: als de ene dokter tegen de andere dokter zegt dat ‘het pigment ongelijk is en de randen niet scherp zijn’, is dat reden om alarm te slaan. Het was het codewoord voor een mogelijk melanoom en nu, achteraf gezien, betekende die zin, dat specifieke moment, het punt waarop voor Julius het zorgeloze leven ten einde kwam en de dood, zijn tot dan toe onzichtbare vijand, in al zijn hoedanigheid voor hem stond. De

dood was gekomen om niet meer van zijn zijde te wijken en alle ellende die nog zou volgen was niet meer dan een voorspelbaar postscriptum.

Bob King was jaren geleden een patiënt van Julius geweest, zoals zoveel artsen in San Francisco. Dertig jaar lang was Julius de ongekroonde koning van de psychiatriegemeenschap geweest: aan de universiteit van Californië had hij als hoogleraar rijen studenten opgeleid en vijf jaar geleden was hij voorzitter geworden van de Amerikaanse Vereniging van Psychiatrie.

Hoe hij bekendstond? Als de recht-voor-z'n-raapdokter van de dokters. Een laatste toevluchtsoord. Een uitgekookte goochelaar die alles in het werk stelde om zijn patiënten te helpen. Dat was de reden geweest dat Bob King tien jaar eerder bij Julius had aangeklopt om zich te laten behandelen aan zijn langdurige verslaving aan Vicodin, een drug die in het bijzonder geliefd was bij doktoren, omdat ze er zo gemakkelijk aan konden komen. Op dat moment zat Bob King diep in de problemen. Zijn behoefte aan Vicodin was dramatisch toegenomen: zijn huwelijk dreigde op de klippen te lopen, zijn praktijk leed eronder en elke avond moest hij zich drogeren om in slaap te kunnen vallen.

Bob had geprobeerd hulp te zoeken, maar overal vond hij gesloten deuren. Iedere therapeut die hij raadpleegde, stond erop dat hij een ontwenningsskuur speciaal voor artsen zou volgen. Bob verzettede zich hiertegen, omdat hij het vertikte zijn privacy op te geven door met verslaafde collega's in therapie te gaan. De therapeuten lieten zich echter niet vermurwen. Als zij, zonder gebruik te maken van de officiële ontwenningsskuur, een verslaafde, praktiserend arts zouden behandelen, liepen ze het risico door de medische tuchtraad op de vingers getikt te worden. Ze zouden persoonlijk aansprakelijk gesteld kunnen worden, bijvoorbeeld wanneer de patiënt in kwestie tijdens zijn werk een beoordelingsfout zou maken.

Ten einde raad – hij stond op het punt zijn praktijk neer te leggen en verlof aan te vragen om zich anoniem in een andere stad te laten behandelen – kwam hij bij Julius terecht. Julius durfde het risico aan en vertrouwde erop dat Bob King op eigen kracht van Vicodin af kon komen. En hoewel de therapie zwaar was, zoals altijd

bij verslaafden, behandelde Julius hem drie jaar lang zonder hulp van een speciale ontwenningsskuur. Het was een van die geheimen die elke therapeut met zich meedraagt – een therapeutisch succes dat op geen enkele manier besproken of gepubliceerd kon worden.

Julius zat in zijn auto, nadat hij zojuist de kamer van de internist had verlaten. Zijn hart klopte zo hard dat de auto mee leek te schudden. Om zijn groeiende angst te onderdrukken, haalde hij diep adem. En nog eens, en nog eens. Met trillende handen klapte hij zijn mobiele telefoon open en belde Bob King voor een spoedafpraak.

‘Dit bevalt me niet,’ zei Bob King de volgende morgen, terwijl hij Julius’ rug met een groot, rond vergrootglas bestudeerde. ‘Hier, ik wil dat je er zelf ook even naar kijkt. Met twee spiegels kunnen we dat wel klaarspelen.’ Bob zette hem voor de wandspiegel en hield een grote handspiegel naast de moedervlek. Via de spiegel gluurde Julius naar de dermatoloog. Hij had blond haar, een blozend gezicht en een dikke bril, die op zijn lange, opvallende neus rustte. Hij herinnerde zich dat Bob hem verteld had dat andere kinderen hem vroeger altijd uitscholden voor ‘komkommerneus’. Hij was de afgelopen tien jaar niet veel veranderd. Net als toen hij nog zijn patiënt was, zag hij er getergd uit, hij zuchtte en steunde voortdurend en kwam altijd een paar minuten te laat. Hij moest vaak denken aan het refrein van ‘White Rabbit’, ‘Late, late for a very important date’, als Bob zijn kamer kwam binnenstormen. Hij was een beetje aangekomen, maar nog altijd even gedrongen. Bob zag eruit als een echte dermatoloog: wie heeft er immers ooit een lange dermatoloog gezien? Toen keek Julius naar zijn ogen en zag wijd opengesperde pupillen, ogen die onheil verraadden.

‘Hier is de boosdoener.’ Julius keek in de spiegel terwijl Bob hem met een vulpotlood met gummetje de plek aanwees. ‘Zie je die platte moedervlek onder je rechterschouderblad?’

Julius knikte.

Hij hield er een kleine liniaal naast en vervolgde: ‘Het plekje is net even kleiner dan een centimeter. Je weet vast nog wel de ABCD-vuistregel van je colleges dermatologie...’

Julius viel hem in de rede. ‘Ik weet niets meer van dermatologie, behandel me als je blijft als een volstreekte leek.’

‘Goed. ABCD – “A” staat voor asymmetrisch. Kijk hier...’ Hij bevoog het potlood naar verschillende kanten van de vlek. ‘Hij is niet mooi rond zoals de andere op je rug – vergelijk deze twee maar.’ Hij wees twee moedervlekjes aan die ernaast zaten.

Met een diepe zucht probeerde Julius zich wat te ontspannen.

“B” staat voor buitenrand. Kijk maar eens hier. Ik weet dat het moeilijk te zien is,’ Bob wees weer naar de plek onder zijn schouderblad, ‘maar zoals je ziet steekt de rand aan de bovenkant sterk af, terwijl hij hier in het midden vaag is en gewoon in de omliggende huid verdwijnt. “C” staat voor coloratuur. Hier aan de linkerkant kun je zien dat hij lichtbruin is. Als ik door mijn vergrootglas kijk, zie ik een spatje rood, wat zwart en zelfs een beetje grijs. “D” staat voor diameter; laten we zeggen, zo’n zevenachtste van een centimeter. Dat is aardig groot, maar we weten niet zeker hoe oud hij is, ik bedoel, hoe snel hij groeit. Herb Katz zei dat die plek er bij de controle vorig jaar nog niet zat. Tot slot is er, als ik hem uitvergroot, geen twijfel over mogelijk: de plek ettert in het midden.’

Hij legde de spiegel neer. ‘Doe je overhemd maar weer aan, Julius.’ Nadat zijn patiënt zijn hemd had dichtgeknoopt, ging King op het bankje in de praktijkruimte zitten. ‘Nou Julius, je kent de literatuur over dit onderwerp. Er is genoeg reden voor bezorgdheid.’

‘Luister Bob,’ antwoordde Julius, ‘ik weet dat onze vroegere verhouding je nu in de weg zit, maar laat me alsjeblieft niet jouw werk opknappen. Doe maar net of ik er geen greintje verstand van heb. Ik hoop dat je begrijpt dat ik me ontzettend ongerust maak en op het punt sta in paniek te raken. Ik wil dat jij de leiding neemt, dat je volstrekt eerlijk tegen me bent en dat je me onder je hoede neemt. Zoals ik dat bij jou deed. En kijk me aan, Bob! Je maakt me doodsbang als je me niet aankijkt.’

‘Dat was niet mijn bedoeling. Sorry.’ Hij keek hem recht in de ogen. ‘Je hebt altijd hartstikke goed voor mij gezorgd, dat zal ik nu ook voor jou doen.’ Hij schraapte zijn keel. ‘Goed, ik zal eerlijk zijn: ik heb sterk de indruk dat het een melanoom is.’

Bob zag dat Julius wit wegtrok. ‘Maar dat neemt niet weg,’ ging hij verder, ‘dat de diagnose op zichzelf nog weinig zegt. De meeste – knoop dat in je oren – de mééste melanomen zijn goed te behandelen, al zitten er krenge tussen. De patholoog-anatoom zal ons

daar meer over kunnen vertellen: is het wel een melanoom? Zo ja, hoe diep zit het? Zijn er uitzaaiingen? De eerste stap is dus biopsie laten plegen en een monster naar de patholoog-anatoom sturen. Als we daarmee klaar zijn, zal ik een chirurg vragen de plek te verwijderen. Ik zal daar van a tot z bij zijn. Dan volgt een onderzoek van het preparaat door de patholoog-anatoom. Als dat onderzoek negatief uitvalt, zou dat fantastisch zijn: dan zijn we uit de brand. Is het positief, dan is het een melanoom. We zullen dan de meest verdachte knobbel verwijderen, of, indien nodig, op meerdere plaatsen lymfsectie plegen. Je hoeft niet in het ziekenhuis opgenomen te worden – de hele behandeling zal in de polikliniek plaatsvinden. Ik ben er vrij zeker van dat huidtransplantatie niet nodig zal zijn en dat je maximaal één dag van je werk moet missen. De plek waar je geopereerd wordt zal alleen wel een paar dagen ongemakkelijk aanvoelen. Verder kunnen we er op dit moment niet veel over zeggen: we zullen de biopsie moeten afwachten. Zoals je hebt gevraagd, zal ik je onder mijn hoede nemen, je kunt op mijn oordeel vertrouwen. Ik heb al honderden van dit soort gevallen meegemaakt. Afgesproken? Mijn assistente zal je later vandaag bellen met alle details over tijd, plaats en de voorbereidingen die je dient te treffen. Oké?’

Julius knikte. Zestonden allebei op.

‘Het spijt me,’ zei Bob, ‘ik zou graag willen dat ik je dit alles kon besparen, maar dat kan ik niet.’ Hij gaf hem een informatiefolder. ‘Ik weet dat je hier misschien geen behoefte aan hebt, maar ik geef dit altijd mee aan patiënten in zo’n situatie. Voor iedereen ligt het anders: sommigen worden door de informatie gerustgesteld, anderen willen er liever niets van weten en gooien het in de eerste de beste prullenbak zodra ze de deur uit zijn. Ik hoop dat ik je na de operatie wat vrolijkers te vertellen heb.’

Maar er zou nooit iets vrolijkers volgen – het nieuws dat daarna kwam, was zelfs nog somberder. Drie dagen na de biopsie ontmoetten ze elkaar weer. ‘Wil je het lezen, of niet?’ vroeg Bob met het eindrapport van de patholoog-anatoom in zijn hand. Hij zag dat Julius zijn hoofd schudde, bladerde het rapport nogmaals door en begon: ‘Goed, laten we het maar even doornemen; het ziet er niet goed uit. Het komt erop neer dat het inderdaad een melanoom

is en dat het verschillende... eh... opmerkelijke eigenschappen heeft: het zit meer dan vier millimeter diep, het ettert en er zijn vijf positieve knobbels.’

‘Dat betekent? Vooruit, Bob, draai er niet omheen. Wees eerlijk. Hoezo “opmerkelijk”? Vier millimeter, etterend, vijf knobbels? Ik heb je gevraagd me als een onwetende leek te behandelen.’

‘Het betekent slecht nieuws. Het is een flink melanoom en het is naar de lymfeklieren uitgezaaid. Het echte gevaar schuilt erin dat het nog verder uitgezaaid kan zijn, maar dat weten we pas na de scan die ik gepland heb voor morgenochtend acht uur.’

Twee dagen later zetten ze hun gesprek voort. Bob vertelde hem dat de scan negatief was uitgevallen: er waren geen bewijzen van uitzaaiingen elders in het lichaam. Dat was het eerste goede nieuws. ‘Maar Julius, we hebben het nog steeds over een zeer gevaarlijk melanoom.’

‘Hoe gevaarlijk?’ Julius’ stem brak. ‘Waar hebben we het over? Hoe groot is mijn overlevingskans?’

‘Zoals je weet kan ik die vraag alleen statistisch beantwoorden. Ieder mens is anders. Maar voor een etterend melanoom van vier millimeter diep en met vijf knobbels laten de statistieken een overlevingskans zien van minder dan vijfentwintig procent.’

Julius zat er verslagen bij, zijn hoofd gebogen, zijn hart klopte in zijn keel, hij had tranen in zijn ogen: ‘Ga door. Je windt er geen doekjes om. Ik wil weten wat ik aan mijn patiënten moet vertellen. Hoe zal het verloop van de ziekte zijn? Wat kan ik verwachten?’

‘Ik kan het niet met nauwkeurigheid zeggen, er gebeurt namelijk pas weer wat als het melanoom op een andere plaats in je lichaam opduikt. In dat geval kan het snel gaan, vooral als het om een uitzaaiing gaat. Dan kan het een kwestie zijn van weken of maanden. Wat je patiënten betreft: het is moeilijk om het precies te zeggen, maar het is niet onredelijk om te hopen op nog een jaar van goede gezondheid.’

Julius knikte langzaam, zijn hoofd nog steeds gebogen.

‘Hoe zit het met je familie, Julius? Had je niet iemand mee moeten nemen?’

‘Zoals je weet, is mijn vrouw tien jaar geleden overleden. Mijn zoon woont aan de oostkust en mijn dochter in Santa Barbara. Ik

heb ze nog niets verteld, want ik wilde ze niet onnodig ongerust maken. Normaal gesproken lik ik mijn wonden het liefst in mijn eentje, maar ik weet zeker dat mijn dochter meteen hiernaartoe zal komen.’

‘Julius, het spijt me dat ik je dit allemaal moet vertellen. Maar misschien dat het volgende je een beetje kan opbeuren. Tegenwoordig wordt er veel energetisch onderzoek gedaan en in binnen- en buitenland zijn er zeker wel zo’n twaalf laboratoria zeer actief mee bezig: het is een populair onderzoeksgebied. Om onduidelijke redenen is het aantal melanoomgevallen de afgelopen tien jaar flink toegenomen, bijna verdubbeld. We moeten de mogelijkheid niet uitsluiten dat er binnen afzienbare tijd een doorbraak komt.’

De daaropvolgende week leefde Julius in een roes. Zijn dochter Evelyn, lerares klassieke talen, had haar lessen onmiddellijk afgezegd en was met de auto naar hem toe gekomen om een paar dagen bij hem te zijn. Julius sprak urenlang met haar en met zijn zoon, zijn broer, zijn zus en met goede vrienden. Vaak werd hij midden in de nacht wakker, overvallen door angst. Dan schreeuwde hij het uit en snakte naar adem. Hij zei al zijn patiënten en de groepstherapie voor twee weken af en zat uren te dubben hoe hij hun het slechte nieuws moest vertellen.

Als hij in de spiegel keek, kon hij niet geloven dat daar een man stond die aan het einde van zijn leven was gekomen. Doordat hij vijf kilometer per dag jogde, was hij jong van lijf en leden gebleven en had hij geen grammetje vet aan zijn lijf. Bij zijn ogen en mond zaten slechts een paar rimpels, zijn vader was zelfs zonder één enkele rimpel gestorven. Julius had groene ogen: daar was hij altijd trots op geweest. Sterke, oprechte ogen. Ogen die je kon vertrouwen, ogen die ieders blik vast konden houden. Jonge ogen waren het, dezelfde ogen als toen hij zestien jaar oud was. Over een afstand van decennia keken de stervende man en een zestienjarige jongen elkaar aan.

Julius bekeek zijn lippen: volle, vriendelijke lippen. Zelfs in deze barre tijden vertoonden ze een lichte, warme grijns. Hij had een volle bos weerbarstige krullen; alleen zijn bakkebaarden waren al grijs. Toen hij nog een tiener was, in de Bronx, had hij een

oude kapper, een antisemiet met spierwitte haren en een slecht temperament, die aan het einde van de straat een minuscuul zaakje had tussen de snoepwinkel van Meyer en de slagerij van Morris in. Hij vloekte altijd op Julius' stugge haar als hij er met de staalkam doorheen ging en het uitdunde. Meyer, Morris en de kapper waren nu allemaal dood en de zestienjarige Julius was de volgende die ten dode stond opgeschreven.

Op een middag probeerde Julius zichzelf te vermannen en ging naar de medische universiteitsbibliotheek om zich in de literatuur over melanomen te verdiepen. Maar dat liep op niets uit. Erger nog, het maakte de situatie alleen nog maar afschuwelijker. Julius leerde de ware, afgrijselijke aard van zijn ziekte kennen. Hij begon het melanoom te zien als een alles verslindend monster dat zijn gifzwarte tentakels diep in zijn vlees had geslagen. Hoe was het in vredesnaam mogelijk dat hij niet langer heer en meester was over eigen lijf en leden? Hij was een gastheer geworden voor ongenode gasten, voedsel voor een sterker organisme, dat zijn schrokkenende cellen in een duizelingwekkend tempo muteerde, een organisme dat stormenderhand zijn protoplasma aanvrat en vernietigde. Het kon niet anders of de vijand was nu zijn celgroepen aan het toerusten om zich door de bloedbaan een weg te banen teneinde verder weg gelegen organen te koloniseren. Misschien deed het zich nu wel te goed aan de malse voedingsbodem van zijn lever of aan het sponzige grasland van zijn longen.

Julius legde het boek weg. Er was meer dan een week verstreken, de tijd om afleiding te zoeken was voorbij. Het moment was gekomen om zijn situatie echt onder ogen te zien. Ga zitten Julius, zei hij tegen zichzelf. Ga zitten en wees je ervan bewust dat je sterven gaat. Hij sloot zijn ogen.

De dood was dus ten langen leste op het toneel verschenen, dacht hij. Maar wat een banale opkomst had hij gemaakt – de gordijnen waren schokkerig open getrokken door een corpulente dermatoloog met een komkommerneus en een vergrootglas in de hand, verkled in een witte doktersjas met zijn naam in blauwe letters op zijn borstzakje geborduurd.

Hoe zou de slotscène eruit moeten zien? Het kon haast niet anders of die was gedoemd net zo banaal te zijn. Zijn kostuum zou

bestaan uit een verkreukeld nachthemd van de New York Yankees met dunne strepen en het nummer 5 van Dimaggio op de rug. Plaats van handeling? Hetzelfde tweepersoonsbed als waarin hij al dertig jaar sliep, met zijn kleren verfrommeld op een stoel naast zijn bed en op zijn nachtkastje een stapel ongelezen romans, die niet wisten dat ze nooit meer gelezen zouden worden. Wat een finale van niets, wat een slot om van te grienen. Julius vond dat hij met zijn roemrijke leven wel iets meer had verdiend. Iets meer, iets meer, ja, iets meer van wat eigenlijk?

Hij moest ineens denken aan een schouwspel dat hij een paar maanden eerder tijdens een vakantie op Hawaï had gezien. Op een wandeling was hij toevallig gestuit op een groot boeddhistisch re-traitecentrum. Daar zag hij een jonge vrouw door de cirkelende paden van een labyrint lopen, dat opgetrokken was uit kleine lavastenen. Toen ze het midden van het labyrint bereikt had, stopte ze en bleef ze staan, bewegingloos, in een langdurige meditatie. Julius had onmiddellijk zijn oordeel klaar, hij vond zo'n religieus ritueel hoogst bedenkelijk en even onzinnig als walgelijk.

Maar nu, nu hij terugdacht aan die jonge mediterende vrouw, oordeelde hij milder – hij voelde een golf van mededogen in zich opkomen voor haar en voor al zijn medestervelingen die het slachtoffer zijn van die wonderlijke kronkel in de evolutie die hun zelfbewustzijn schenkt, maar niet de noodzakelijke psychologische middelen om te kunnen omgaan met de pijn van het vergankelijke bestaan. En zo hebben we door de jaren, eeuwen en millennia heen onophoudelijk onze ontkenningen van het eindige bestaan geschapen. Zouden wij, zou een van ons, ooit ophouden met de zoektocht naar een hogere macht met wie wij één kunnen worden en eeuwig kunnen blijven leven? Zouden wij ooit onze zoektocht staken naar richtlijnen van hogerhand, naar een teken van iets of iemand groter dan wijzelf, naar rituelen en ceremonieën?

En toch, zo overwoog Julius, nu zijn naam op het programma van de dood prijkte, was een kleine ceremonie misschien nog niet zo'n slecht idee. Maar hij zette deze gedachte onmiddellijk weer uit zijn hoofd, alsof hij zich eraan brandde, zozeer was het in tegenspraak met zijn levenslange weerzin tegen rituelen. Hij had altijd neergekeken op de manier waarop religies hun aanhangers

van rede en vrijheid probeerden te beroven: de ceremoniële gewaden, de wierook, de heilige boeken, de hypnotiserende gregoriaanse liederen, de gebedsmolens, de gebedskleden, de doeken en keppeltjes, de mijters en kruizen van bisschoppen, de heilige hostie en de wijn, de laatste sacramenten, hoofden die meedeinen en lichamen die schommelen op oude liederen: voor hem behoorde het allemaal tot de krachtigste en langstlopende zwendelpraktijk in de geschiedenis, die aan leiders macht gaf en het volk bevredigde in zijn honger naar onderwerping.

Maar nu de dood zo nabij was, viel het Julius op dat hij niet meer zo fel was als voorheen. Misschien waren het slechts de *opgelegde* rituelen die hem tegenstonden. Er viel wellicht wel wat te zeggen voor een klein, persoonlijk en creatief ritueel. Hij was geraakt door wat de kranten schreven over de brandweermannen die op *ground zero* stilstonden, salueerden en hun pet afnamen om de doden te eren, elke keer als er weer een brancard met stoffelijk overschot naar de oppervlakte werd getild. Er was niets mis met het eren van de doden... nee, niet de doden, maar het leven van de mens die overleden was. Of was het iets wat meer was dan een eerbetoon? Was het gebaar, het ritueel van de brandweermannen ook niet een teken van saamhorigheid, de bevestiging van hun verbondenheid en eenheid met ieder slachtoffer?

Eenzelfde gevoel van verbondenheid ervoer Julius een paar dagen na het beslissende bezoek aan de dermatoloog tijdens een bijeenkomst van zijn steungroep van medepsychotherapeuten. De leden waren verbijsterd toen Julius het nieuws van zijn melanoom vertelde. Ze overreedden hem eerst zijn verhaal te doen, om daarna te vertellen van hun verdriet en verontwaardiging. Julius, noch een van de anderen, wist wat hij moest zeggen. Een paar keer begon iemand te praten, maar hield meteen weer op en het was alsof de groep non-verbaal overeenkwam dat woorden niet nodig waren. De laatste twintig minuten zaten ze in stilte bij elkaar. Zulke langdurige stiltes in groepen doen bijna altijd vreemd aan, maar deze stilte voelde anders, bijna bemoedigend. Julius vond het zelfs voor zichzelf gênant om toe te geven, dat de stilte 'heilig' aanvoelde. Later kwam het hem voor dat het leek alsof zijn groeps-
genoten, stervelingen zoals hij, niet alleen hun verdriet uitten,

maar ook hun pet afnamen, in de houding gingen staan en hem in verbondenheid eerden.

En misschien was het een manier om aan hun eigen leven eer te bewijzen, dacht Julius. Wat hebben we verder immers nog? Wat hebben we nog meer buiten deze wonderlijke en gezegende ruimte van zijn en zelfbewustzijn? Als er iets is wat wij moeten eren en hooghouden, dan is het toch eenvoudigweg dit ene: het onbetaalbare geschenk van het zuivere bestaan. Je overgeven aan de wanhoop, omdat het leven eindig is, geen hoger doel dient of een ordelijk ontwerp ontbeert, getuigt van botte ondankbaarheid. Om een alwetende schepper te verzinnen en je uit te putten in onderdanigheid lijkt zinloos. En pure verspilling: waarom zou je al je liefde verkwisten aan een hersenschim als er al te weinig liefde omgaat in de wereld zoals die is? We kunnen beter kiezen voor de weg die Spinoza en Einstein ons wijzen: buig gewoon je hoofd, zet je hoed af voor de wondere wetten en mysteriën der natuur en ga door met je dagelijkse bezigheden.

Deze gedachten waren niet nieuw voor Julius – hij had altijd al geweten van de eindigheid en teloorgang van het bewustzijn. Maar je hebt weten en weten. En nu de dood ten tonele was verschenen, kwam hij dichterbij het ware besef. Het was niet zo dat hij wijzer was geworden, maar door het verdwijnen van alles wat er in het leven niet daadwerkelijk toe doet – ambitie, seksuele passie, geld, prestige, applaus, populariteit – had hij er wel een helderder kijk op gekregen. Was dit soort onthechting niet de waarheid van Boeddha? Misschien wel, maar hij gaf toch de voorkeur aan het pad van de Grieken: alles met mate. Als we onze jassen nooit uitdoen en ons niet in het feestgedruis storten, missen we te veel van het levensfeest. Waarom zou je je voor sluitingstijd al naar de uitgang haasten?

Na een paar dagen, toen Julius zich wat rustiger voelde en minder last had van paniekaanvallen, begon hij over de toekomst na te denken. ‘Eén goed jaar,’ had Bob King gezegd. ‘Ik kan je niets garanderen, maar het is, denk ik, niet onredelijk om te hopen op ten minste één jaar van goede gezondheid.’ Maar wat doe je met zo’n jaar? Eén ding had hij zich voorgenomen: hij zou dat ene goede

jaar niet tot een slecht jaar maken door voortdurend te jammeren dat het het laatste was.

Op een nacht, hij kon de slaap niet vatten en snakte naar rust, begon hij driftig zijn boekenkast door te spitten. In zijn eigen vakgebied kon hij niets vinden wat ook maar in de verste verte op zijn levenssituatie van toepassing leek te zijn, niets over de manier waarop je moest leven of hoe je zin kon geven aan je laatste dagen. Toen viel zijn oog op een stukgelezen exemplaar van Nietzsches *Aldus sprak Zarathoestra*. Julius kende dit boek terdege: tientallen jaren geleden had hij het grondig bestudeerd toen hij een artikel schreef over de belangrijke, maar niet onderkende invloed van Nietzsche op Freud. Julius vond ‘Zarathoestra’ een moedig boek, dat, meer dan enig ander boek, leert hoe het leven te eren en te vieren. Dit was misschien waar hij naar op zoek was. Te gespannen om echt te kunnen lezen, bladerde hij lukraak door het boek en diepte hier en daar wat zinnen op die hij aangestreept had.

‘Om “zo was het” te veranderen in “zo heb ik het gewild” – alleen dat zal ik verlossing noemen.’

Julius maakte uit Nietzsches woorden op dat hij een keuze moest maken – dat hij zijn eigen leven moest leven in plaats van erdoor geleefd te worden. Hij moest met andere woorden zijn lot aanvaarden. En het belangrijkste was nog de vaak aangehaalde vraag van Zarathoestra: zou je het leven zoals je het geleefd hebt tot in de eeuwigheid precies zo willen prolongeren? Het was een fascinerend gedachte-experiment – en hoe langer hij erover nadacht, hoe zinniger het hem voorkwam: Nietzsches boodschap aan ons was dat we ons leven zó moesten leiden dat we bereid zouden zijn hetzelfde leven tot in de eeuwigheid te herhalen.

Hij ging door met bladeren en bleef steken bij twee passages die in fel neonroze oplichtten: ‘Leef intens.’ ‘Sterf op het juiste moment.’

Dat raakte hem. Haal alles uit het leven wat er uit te halen valt, pas dan kun je sterven. Laat geen ongeleefd leven na. Julius vergeleek Nietzsches woorden vaak met een rorschachtest: ze boden zoveel tegenovergestelde gezichtspunten dat de gemoedstoestand van de beschouwers bepaalden wat zij eruit haalden. Hij las nu met een geheel nieuwe gemoedstoestand. De nabijheid van de dood

maakte dat hij op een andere, meer verlichte manier ging lezen: pagina na pagina zag hij bewijzen van een pantheïstische samenhang die hem voorheen waren ontgaan. Hoezeer Zarathoestra de eenzaamheid ook koesterde en zelfs verheerlijkte, hoezeer hij het isolement ook nodig had om tot nieuwe inzichten te komen, dat nam niet weg dat hij evenzeer zijn medemensen was toegedaan, hen liefhad en hen wilde troosten, hen wilde helpen zichzelf te vervolmaken en te overstijgen. Hij wilde de wijsheid die hij had verworven met hen delen. *De wijsheid delen die hij had verworven* – dat raakte Julius in het hart.

Julius zette het boek terug op zijn plaats en zat wat in het donker te staren naar de lichtjes van de auto's die over de Golden Gate Bridge reden. Hij dacht na over Nietzsches woorden en probeerde een en ander op een rijtje te zetten. Na een paar minuten was Julius eruit: hij wist precies wat hij moest doen en hoe hij zijn laatste jaar wilde doorbrengen. *Hij zou doorgaan net zo te leven als hij het voorgaande jaar geleefd had – en het jaar daarvoor en het jaar daarvoor.* Hij was met hart en ziel therapeut, hij werkte graag met mensen en hij genoot ervan wanneer zij met zijn hulp nieuwe horizonten ontdekten. Misschien was zijn werk een sublimatie van de verloren band met zijn vrouw of misschien had hij het applaus, de bevestiging en de dankbaarheid van zijn patiënten nodig. Maar ook al speelden duistere motieven een rol bij zijn werk, hij was er dankbaar voor. God zegene het!

Julius liep naar de muur met dossiermappen en opende een la die vol zat met kaarten en bandjes van patiënten die hij lang geleden had behandeld. Hij staaarde naar hun namen – elke kaart was een monument voor een diep menselijk drama, dat in deze zelfde kamer de revue was gepasseerd. Terwijl hij door de kaarten ging, zag hij de meeste gezichten onmiddellijk weer voor zich. Andere waren vervaagd, maar met een paar alinea's aantekeningen kwamen ook hun gezichten weer naar boven. Een enkeling was hij echt vergeten; die gezichten en verhalen was hij voor altijd kwijt.

Julius vond het, zoals de meeste therapeuten, moeilijk zich af te sluiten voor de niet-aflatende aanvallen op het therapeutisch vakgebied. De oppositie kwam van verschillende kanten: van de far-

maceutische industrie en de georganiseerde zorg die oppervlakkig onderzoek propageerden om de effectiviteit van medicijnen en kortere therapieën te legaliseren; van de media die er nooit genoeg van kregen therapeuten belachelijk te maken; van de gedrags-therapeuten; van de *mental coaches*, van de hordes genezers uit de new-agehoek en dat soort stromingen, allemaal in de weer om de hoofden en harten van zielen in nood voor zich te winnen. En natuurlijk waren er twijfels van binnenuit: de niet-aflatende stroom van verbazingwekkende ontdekkingen op het gebied van de moleculaire neurobiologie bracht zelfs de meest ervaren therapeuten aan het twijfelen over de relevantie van hun werk.

Julius was niet ongevoelig voor deze aanvallen en had vaak twijfels over de effectiviteit van zijn therapie, maar even zo vaak kalmeerde hij weer en bracht hij die stem tot zwijgen. *Natuurlijk* sorteerden zijn therapieën effect. *Natuurlijk* had hij de meeste van zijn patiënten, zoniet alle, iets waardevols te bieden. Toch was er steeds weer die stem die twijfel in zijn hoofd zaaide.

Ben je er echt helemaal zeker van dat je je patiënten hebt geholpen? Misschien heb je er wel een handje van patiënten uit te kiezen die het op eigen houtje ook wel gered zouden hebben.

Nee! Niet waar! Was ik niet degene die steeds weer grote uitdagingen aanging?

Nou, jij hebt anders ook je grenzen! Wanneer heb jij je voor het laatst echt ingespannen – hoe lang is het geleden dat je een stevige borderliner in therapie nam? Of een ernstig verkreukelde schizofreen? Of een patiënt met een bipolaire stoornis?

Terwijl hij in zijn kaartenbak bleef snuffelen, verraste het Julius dat hij zoveel posttherapeutische informatie had – van een incidentele vervolgspraak tot een nabehandeling, van een toevallige ontmoeting met de patiënt tot berichten die oude patiënten aan nieuwe hadden doorgegeven nadat zij hem aanbevolen hadden. Maar nog steeds was het de vraag of hij voor hen een blijvend verschil had gemaakt. Het was zeer wel mogelijk dat de resultaten die hij had geboekt verloren waren gegaan of dat veel van zijn succesvolle patiënten een terugval hadden gehad en hem die informatie uit pure liefdadigheid onthielden.

Julius erkende dat sommige therapieën mislukt waren, van

mensen, hield hij zichzelf altijd voor, die niet in staat waren ten volle te profiteren van zijn bijzondere aanpak. Ho, ho, niet zo hard van stapel lopen, Julius, zei hij vervolgens tegen zichzelf: hoe weet je nou dat ze *echt* mislukt waren, *voor altijd*? Je hebt ze nooit teruggezien. We weten allemaal dat er genoeg laatbloeiers bestaan.

Zijn oog viel op het dikke dossier van Philip Slate. ‘Je wilde een mislukking?’ vroeg hij aan zichzelf. *Dit* was een mislukking. Een ouderwetse, eersteklas mislukking. Philip Slate. Het was meer dan twintig jaar geleden, maar het beeld van Philip Slate lag nog vers in zijn geheugen. Zijn lichtbruine haren strak naar achteren gekamd, een slanke, nette neus, hoge jukbeenderen die iets aristocratisch uitstraalden en groene, scherpe ogen die hem deden denken aan het water van de Cariben. Hij wist nog goed hoe afschuwelijk hij alles tijdens die sessies met Philip vond. Alles, behalve één ding: hij genoot ervan naar dat gezicht te kijken.

Philip Slate was zo vervreemd van zichzelf, dat het nooit bij hem opkwam zich in zichzelf te verdiepen. Hij bleef liever aan de oppervlakte en wijdde zich vol overgave aan de ontucht. Dankzij zijn mooie gezicht kon hij putten uit een grote schare vrijwilligsters. Julius schudde zijn hoofd terwijl hij Philips gegevens bekeek – drie jaar lang had hij hem behandeld, en maar een band proberen te kweken, en maar steun en zorg geven, en maar zoeken naar verklaringen: alles zonder de minste vooruitgang. Niet te geloven! Misschien was hij niet de therapeut die hij dacht dat hij was.

Ho, ho, niet meteen conclusies trekken, zei hij tegen zichzelf. Waarom zou Philip drie jaar lang met therapie zijn doorgegaan als hij er niets had opgepikt? Waarom zou hij zijn doorgegaan met al dat geld voor niets uit te geven? Philip was een man die de hand bij voorkeur op de knip hield. Misschien hadden die sessies Philip veranderd. Misschien *was* hij een laatbloeier – zo’n patiënt die tijd nodig had om het door de therapeut verstrekte voedsel te verteren, die al het goede van zijn arts opslaat, als een bot mee naar huis neemt om er daar in afzondering op te gaan kluiven. Julius had patiënten gehad die zo competitief waren dat ze hun vorderingen angstvallig verborgen hielden, alleen omdat ze hun therapeut niet de voldoening (en de macht) wilden geven hun van dienst te zijn geweest.

Nu hij Philip eenmaal weer in gedachten had, kreeg hij hem er niet meer uit. Hij had zich een weg gebaand om vervolgens wortel te schieten. Net zoals dat melanoom. Zijn mislukking met Philip werd een symbool voor *al* zijn therapeutische mislukkingen. Er was iets eigenaardigs met het geval Philip Slate. Waarom oefende juist hij zo'n macht op hem uit? Julius opende het dossier en herlas zijn eerste aantekeningen van vijftientwintig jaar geleden.

PHILIP SLATE – 11 december 1980.

26 jaar, blanke, alleenstaande man, chemicus bij DuPont – ontwikkelt nieuwe pesticiden – opvallend knap, nonchalant gekleed maar heeft een aristocratisch air, formeel, zit stijfjes zonder veel te bewegen, geen zichtbare emoties, is serieus, heeft totaal geen humor, er kan geen glimlach van af, puur zakelijk, heeft in het geheel geen sociale vaardigheden. Werd doorverwezen door zijn internist dr. Wood.

BELANGRIJKSTE KLACHT: *'Ik word tegen mijn wil gedreven door seksuele impulsen.'*

Waarom nu? Een week geleden diende zich de druppel aan die zijn emmer deed overlopen. Hij beschrijft het alsof hij voorleest. 'Ik moest voor een zakelijke bespreking naar Chicago. Zodra ik geland was, stapte ik naar de eerste beste telefooncel en belde mijn lijstje vrouwen af om die avond met iemand het bed te delen. Helaas! Ze waren allemaal bezet. Natuurlijk waren ze allemaal bezet: het was vrijdagavond. Ik wist al lang dat ik naar Chicago zou gaan; ik had ze dagen, zelfs weken eerder kunnen bellen. Na het laatste nummer van mijn lijstje gebeld te hebben, hing ik de telefoon op en zei tegen mezelf: 'Goddank, nu kan ik gaan lezen en een nacht rustig slapen, wat ik eigenlijk zo lang al wilde doen.'

Patiënt zegt dat deze zin, deze paradox, – 'dat is wat ik eigenlijk zo lang al wilde doen' – hem de hele week achtervolgde en de specifieke aanleiding vormde om hulp te zoeken. 'Dit is waar ik me tijdens de therapie op wil richten', zegt hij. 'Als dat is wat ik wil – lezen en rustig slapen – zeg me dan, dr. Hertzfeld, waarom kan ik dat niet, waarom doe ik dat niet?'

Beetje bij beetje kwamen meer details van zijn werk met Philip Slate naar boven. Philip had hem geïntregeerd. Ten tijde van hun eerste ontmoeting was hij bezig met een essay over ‘psychotherapie en de wil’. Philips vraag – *waarom kan ik niet doen wat ik echt wil doen* – was een pakkend begin van dat artikel. En bovenal: hij herinnerde zich hoe uitzonderlijk weinig Philip veranderd was: na drie jaar leek hij nog steeds volstrekt onaangedaan en onbewogen – en nog even seksueel gedreven als altijd.

Wat zou er van Philip Slate zijn geworden? Hij had niets meer van hem vernomen sinds hij tweeëntwintig jaar geleden plotse-ling met de therapie gestopt was. Weer vroeg Julius zich af of hij, zonder het te weten, Philip had geholpen. Ineens moest hij het weten: het leek een zaak van leven of dood. Hij pakte de telefoon en draaide inlichtingen.