



Boekbespreking

TEKST: MICHAEL KLIER



Liefde, lust en trauma

Franz Ruppert

Op weg naar een gezonde seksuele identiteit

Prof. dr. Franz Ruppert heeft in de afgelopen 20 jaar een tiental boeken geschreven. Van het in 2019 gepubliceerde *Liefde, lust en trauma* is een jaar geleden een Nederlandse vertaling verschenen. Ruppert geeft in het eerste deel van zijn boek een beknopt overzicht van onze omgang met seksualiteit, op individueel en maatschappelijk niveau. Daarna behandelt hij zijn visie op seksuele psychotrauma's en beschrijft hij uitvoerig een aantal misbruikzaken.

Ruppert pleit ervoor, mede vanuit zijn ervaring als psychotherapeut, om met deze speciale vorm van trauma serieus om te gaan en legt vervolgens de door hem voor dit doel ontwikkelde identiteit-georiënteerde psychotraumatheorie en -therapie loPT uit, waarmee ook in Nederland een aantal door hem opgeleide therapeuten werken.

Ruppert stelt dat er, zoals we ook bij Phoenix leren, bij iedere traumatisering gedurende de kindertijd een splitsing optreedt in iemands persoonlijkheid: er ontstaat een traumadeel, dat de herinneringen aan de traumatische gebeurtenis (misbruik, mishandeling of verwaarlozing) bewaart. Dit traumadeel blijft steken op de leeftijd van deze ervaring en, als het getriggerd wordt, ervaart men als volwassene opnieuw de emoties en hulpeloosheid van toen. Daarnaast is er een overlevingsdeel, dat vooral een grote urgentie voelt om te vergeten en te vluchten. Het bedenkt steeds nieuwe strategieën

(bijvoorbeeld ruzie maken, mensen wegduwen, dwangmatig overwerken) om het trauma buiten het bewustzijn te houden. Het gezonde deel tenslotte voelt wanhoop en chaos en verlangt naar heling. Al deze delen van het 'ik' kunnen elkaar snel afwisselen, zolang het trauma nog niet geïdentificeerd en verwerkt is.

Om het trauma te kunnen integreren, hebben alle drie de delen van het ik een andere benadering nodig. Het gezonde deel moet gestimuleerd worden om te groeien. Het traumadeel heeft erkenning nodig en moet fysiek en emotioneel kunnen helen en het overlevingsdeel mag op een respectvolle manier ontmaskerd worden.

Net als Bert Hellinger, wiens opstellingsmethode Ruppert in de basis gebruikt maar die hij op zijn eigen manier heeft doorontwikkeld, heeft hij oog voor zowel de positie van de dader als die van het slachtoffer.

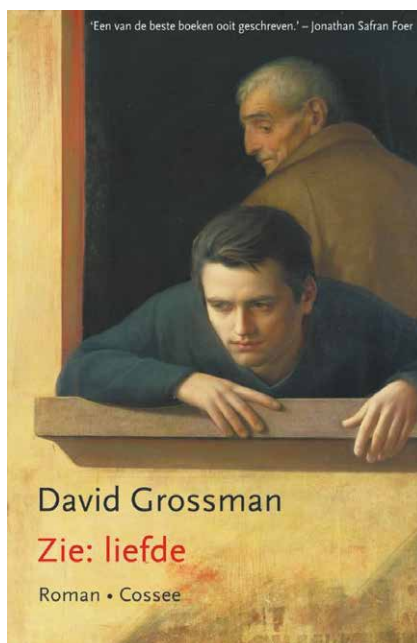
Michael Klier is Phoenix-cursist en al sinds zijn jeugd een fervente lezer. 'Mijn grote liefdes zijn boeken en muziek. Thuis hadden we een boekenkast waarvan de inhoud me net zo fascineerde als de muziek die ik mijn vader op zijn viool hoorde spelen. Nog steeds duik ik daarom bijna elke dag met mijn neus in een boek.' In deze rubriek beschrijft hij zijn ervaringen met de boeken van de boekenlijsten die bij de opleidingen horen.

TEKST: MIRJAM DIRKX

In zijn betrokkenheid-methode laat Ruppert zijn cliënten hun vraag positief formuleren, als een wens tot verandering. Ze mogen hiervoor niet meer dan zeven woorden of tekens gebruiken. Vervolgens worden al deze begrippen en tekens aan zogenaamde resonantiegevers toegekend en opgesteld. Met de reacties uit het wetende veld van deze opstelling kan de client waardevolle inzichten krijgen over zijn of haar trauma.

Ruppert doceert psychologie aan de katholieke Stiftungshochschule in München en hij schrijft zijn boek op basis van conservatieve denkbeelden. Zo pleit hij er bijvoorbeeld voor dat vrouwen hun moederrol serieus nemen en beter langer thuis kunnen blijven na de geboorte van hun kinderen, anders kunnen ze volgens hem 'de plichten van de moeder niet vervullen'. Daarnaast heeft hij een uitgesproken mening over prostitutie en pornografie: 'Wij normaliseren wat verward en gek is.' Net zo stellig is hij over de legalisering van cannabis: 'De legalisering van cannabis is een poging van de maatschappij om een veelgebruikte psychotrauma overlevingsstrategie te normaliseren.'

Ruppert durft voor zijn mening uit te komen en daar heb ik bewondering voor. Maar duidelijk belangrijker is zijn conclusie dat we met zijn allen nog veel kunnen doen op zoek naar een vanzelfsprekender omgang met onze seksuele identiteit. 🌀



Zie liefde

David Grossman

Bij het thema van dit nummer – het beest in jezelf – moest ik onmiddellijk denken aan een van mijn lievelingsboeken: *Zie liefde* van David Grossman. Beesten spelen een grote rol in dit boek, te beginnen met het 'nazibeest'. De negenjarige Momik groeit op in naoorlogs Israël. Op een dag staat zijn opa, waarvan iedereen dacht dat hij door het nazibeest was gedood, onverwachts voor de deur. Hij kan alleen nog bibberen en brabbelen en vertelt onsamenhangende verhalen die Momik met zijn kinderlogica probeert te ontcijferen. Ook de andere volwassenen tonen tekenen van het angstval-

lig bestempelde 'daar'; een poging om de verschrikkingen van de Holocaust naar het rijk van het verleden te verbannen. Overdag nemen ze de vorm aan van adequate volwassenen, maar 's nachts schreeuwt de overleefde terreur hun stembanden schor. Momik besluit om het nazibeest te gaan temmen in de kelders van zijn wooncomplex. Een magische poging van een kind, vol liefde, dat alles op alles zet om de demonen van zijn familie te bestrijden. Hij sluit verschillende beesten op in zijn ondergrondse kennel – het beest kan immers in iedereen verschijnen – en hij besluit te wachten totdat het beest zich toont, om het voorgoed te verslaan.

De volgende delen maken deze aangrijpende vertelling rond. Zowel het perspectief van zijn opa, die overleefde in het kamp door verhalen te vertellen, als zijn eigen getekende schrijverschap raken verbonden met elkaar. Een imposante roman over intergenerationale trauma's. Het tweede deel, de allegorie van de school zalmen die nooit hun instinct verliezen en altijd de weg naar zee vinden, beschrijft de vele aspecten van het beest in onszelf op mythische wijze. Demon, kuddedier of heldhaftige zwemmer tegen de stroom in; wat vertegenwoordigt het beest voor jou?

Zie liefde van David Grossman
Cossee, 2014 🌀