
The seduction of madness

(De verlokkingen van de waanzin)

TEKST: MICHAEL KLIER

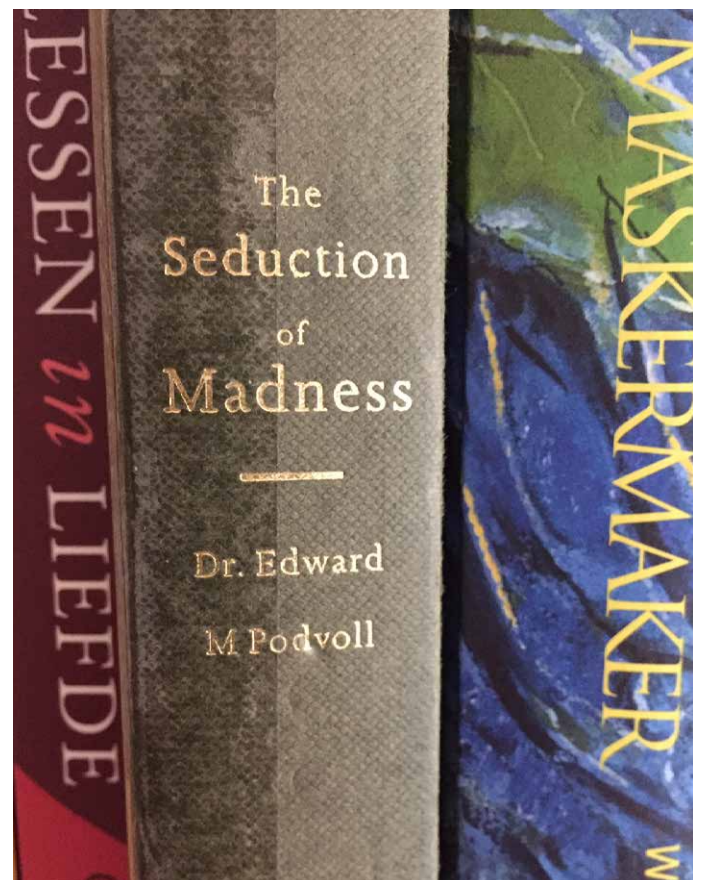
Boekbepreking
Edvard M. Podvoll



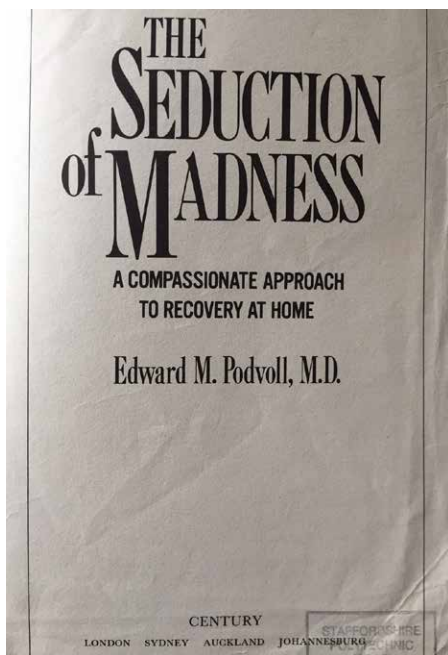
Alleen de titel, *De verlokkingen van de waanzin*, op de aanvullende boekenlijst van de driejarige, greep me al naar de keel. Toen ik de groene, sterk gebruikte kaft, met daarop het stempel van Staffs Poly Library uit het postpakketje pelde, voelde ik me onmiddellijk aangetrokken tot de inhoud. De psychose van mijn moeder heb ik altijd liever geheim willen houden omdat haar waanzin in grote mate mijn persoonlijke angsten raakte. Dat er ook zoiets positiefs als verleiding mee te maken kon hebben en dat er zelfs een persoonlijke keuze mogelijk was, leek me in eerste instantie obsceen.

Bijna 40 jaar geleden, tijdens de eerste jaren van mijn studie aan het conservatorium van Keulen, kreeg ik een telefoontje met het schokkende nieuws dat mijn moeder vanuit haar werk was opgenomen in een gesloten psychiatrische inrichting. Sinds de scheiding van mijn ouders op mijn twaalfde voelde ik me verantwoordelijk voor mijn moeder. Ik had door het begin van mijn studie eindelijk een beetje fysieke afstand gebracht in onze haast symbiotische relatie, maar door deze wending van het lot was ik opeens ook nog juridisch verantwoordelijk voor mijn mama, een vrouw van begin 40.

Ik krijg het nóg koud als ik aan deze situatie terugdenk. Mijn zus en ik mochten tijdens de eerste weken op advies van de behandelend artsen helemaal geen contact hebben met haar. De eerste bezoeken in deze inrichting heb ik uit mijn herinnering verdrongen, maar er zouden nog vele volgen. Van de verschillende psychiatrische universitaire ziekenhuizen is me vooral de hulpeloosheid van de uitsluitend jonge artsen



Michael Klier zit in de driejarige opleiding en is al sinds zijn jeugd en 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 van de boekenlijsten van onze opleiding!' In deze rubriek beschrijft hij zijn ervaringen met deze boeken.



bijgebleven, die met steeds weer andere in vakjargon opgepoetste diagnoses hun competentie en vakmanschap probeerden daadkrachtig tentoon te spreiden. Het zou voorbijgaan, werd na de zoveelste opname optimistisch voorspeld, als ze haar medicatie regelmatig bleef slikken en erin slaagde haar ziekte te accepteren.

Feit is dat ze tot op heden afhankelijk is van een bizarre dagelijkse cocktail aan psychofarmaca. Feit is ook dat ze – bijna 80 jaar oud – ondanks de medicatie nog altijd gevaar loopt manisch of depressief te worden.

In 1991 publiceerde de Amerikaanse psychiater en psychoanalist, Edward Mitchell Podvoll (1936-2003) zijn boek met nieuwe inzichten over psychosen, waarin hij uitgebreid verslag doet over praktische, therapeutische wegen in het door hem opgezette *Windhorse Project*. De naam Windhorse komt uit de Oost-Aziatische mythologie. Daar staat het windpaard symbool voor het zelf-genezend vermogen van de mens. Geïnspireerd door het Tibetaanse boeddhisme ontwikkelde Podvoll aan de Naropa University in Boulder, Colorado,

zijn op de Contemplatieve Psychotherapie gebaseerde therapievorm. Windhorse-projecten bestaan tegenwoordig ook in Europa.

De Windhorse-aanpak gaat uit van '*basic sanity*', de basale geestelijke gezondheid van eenieder. Volgens dit idee hebben alle mensen op elk moment het potentieel tot momenten van mentale helderheid. Hoe verward, angstig of psychotisch iemand ook mag zijn of lijken, Podvoll en zijn medestrijders zijn ervan overtuigd dat het mogelijk is om uit deze toestand te komen. Voor zijn herstel heeft een geesteszieke behoefte aan een omgeving die hem als een hele persoon beschouwt en zich niet beperkt tot de behandeling van de ziekte. In deze omgeving bieden de begeleiders continue oprechte aandacht (*basic attendance*). Een team bestaande uit vrienden, familieleden, vrijwilligers en professionals maakt in shifts van drie à vier uur dagelijks vriendelijke, duidelijke en meelevende ontmoetingen mogelijk. Dit schept een ruimte waarin het steeds weer ontwaken uit de verwarring, de 'eilanden van helderheid', kan worden waargenomen, uitgenodigd en aangemoedigd. Deze basisondersteuning is alledaags, concreet en aardend: eten klaarmaken, voor jezelf zorgen, schoonmaken, bewegen, je leven ordenen, in gezelschap verkeren en actief zijn. Podvoll vertelt liefdevol over de ontwikkelingen van deze aanpak en hij geeft uitgebreid advies vanaf het opzetten van een vrijwilligersteam tot het handhaven van diverse crisissituaties. De meeste praktijkvoorbeelden zijn zeer aangrijpend en soms zelfs surreëel, zoals het voorbeeld van een man die zijn beste psychotische vriend een maand lang meeneemt naar de wildernis en daar begripvol naar hem luisterend hun favoriete trek loopt.

Wat mij vooral raakte aan Podvolls boeiend geschreven boek, zijn de eerste

hoofdstukken waarin hij uitgebreid vier psychotische mannen met hun (lijdens) verhaal aan het woord laat komen. Het zijn één voor één hoog-sensibele schrijvers die ook tijdens hun psychoses de pen niet weglegden. Perceval (*A patient's narrative of his psychosis*), Culance (*Adventures into the unconscious*), Crowhurst (*The philosophy of a lunatic*) en Henri Michaux beschrijven in hun aantekeningen, gedichten en pamfletten unieke inzichten in hoe het voelde en wat er gebeurde in hun waanwerelden. Voor mij werkte het lezen van dit boek als een bevrijding: eindelijk kon ik meekijken en een idee krijgen over de wereld waar mijn moeder in was terecht gekomen.

Ik beleefde de ziekte van mijn moeder vroeger als iets wat mij ook zou kunnen overkomen, als ik een rode lijn overschrijd. Nu weet ik dat ik simpelweg te weinig kennis had over mijn herkomst en mijn bronnen, mijn behoeftes en verlangens. Ik weet me sinds kort echt verbonden met mijn familie en dierbare vrienden en met mijn kern. Ik weet me gedragen door de wijsheid van mijn voorouders. Door Podvolls aangrijpende beschrijvingen, direct uit het land van de waanzin, kijk ik nu met veel meer mildheid en begrip naar mij en mijn moeder. Ze is niet gek, ze is een reiziger tussen twee werelden.

En nog iets heeft Podvoll me geleerd. Ik had mijn behoeftes om me creatief te uiten als muzikant altijd beperkt gehouden. Te veel in het wild fantaseren had me immers gek kunnen maken. Dankzij dit boek heb ik nu minder angst voor wat zich zou kunnen openbaren als ik de gebaande gedachtenpaden verlaat en ik me emotioneel onderdompel in mijn lonkende fantasiewereld. Door dit boek én mijn opleiding bij Phoenix weet ik nu zeker: er is altijd weer een weg terug naar mijn eigen, gezonde Ik. 🌿