

DONALD KALSCHED

TRAUMA EN DE ZIEL

Een psycho-spirituele benadering van
persoonlijke ontwikkeling en onderbrekingen



AnkhHermes

INHOUD

INLEIDING 11

Dit boek	12
Twee werelden	18
Trauma en het zelfzorgsysteem	25
Over de ziel	30
De ontwikkeling van de ziel	33
De onderbreking door trauma	38
Afrondende gedachten	41

1 – TRAUMA EN LEVENSREDDENDE ONTMOETINGEN MET HET NUMINEUZE 45

De dieptepsychologie ontdekt de geestenwereld	48
Ontmoetingen met het mysterie	52
Verschijsningen op het moment van overlijden	57
De maagd Maria als beschermengel	73
Maria en kind op meer dan zeven kilometer hoogte	74
Een mystieke ervaring in jungiaanse analyse	78
Over de buitengewone ‘aanwezigheden’ in dit hoofdstuk	84

2 – VERLIES EN HERSTEL VAN HET ZIELSKIND 89

Het kind tussen de werelden:	
D.W. Winnicotts transitionele ruimte	93
Eerste voorbeeld: baby in een kooi	96
Tweede voorbeeld: effectenmakelaar en het begraven kind	99
Derde voorbeeld: Dellie en de pony	113
Het verloren en gevonden kind in de wereldmythologie	125

3 – DISSOCIATIE EN DE DONKERE KANT VAN HET AFWEERMECHANISME: DANTES ONTMOETING MET DIS IN HET INFERNO 137

Inleiding	137
Dis en agressie	143
Glimpen van Dis in de klinische praktijk	144
Dis in psychoanalyse, in jungiaanse theorie en daarbuiten	146
De afdaling	149
‘Laat varen alle hoop, gij die hier binnentreedt’	151
Dis en de demon van depressie	154
Klinisch voorbeeld: het voorbeeld van Helen	158
De afdaling vervolgd: Limbo	162
Voorbeeld van een doorbraak met spirituele implicaties	168
Gevangen in Limbo: kwaadaardige onschuld	171
Diane: boosaardige onschuld	172
Dis en belichaming	179
Verdere afdaling in de onderwereld	182
Uitweiding over engelen bij de poort van Dis	184
De afdaling vervolgd: ontmoeting met Dis	185
Dis van dichtbij in de overdracht	187
Conclusie: twee soorten lijden	191

4 – TRAUMA, TRANSFORMATIE EN TRANSCENDENTIE: HET VOORBEELD VAN MIKE 197

Inleiding	197
Eerste ontmoeting	201
Toelichting op de basale splitsing van vroeg trauma	204
Initiële sessies en het herstel van verdwenen kinderen	206
Rouwwerk	212
Heling van het verdwenen jongetje/kind	213
Innerlijke en uiterlijke jongens	216
Herstel van het verdwenen vrouwelijke	218
Middenfase: nieuwe relatie met agressieve energieën	221
Woede in de overdracht	224

De taartenbakker en de glas-in-loodman	225
Kerken als heiligdommen voor integratie van liefde en haat	228
Openbaring, de traan van de Boeddha en de komst van Sympathie	230
Regressie en herordening van het oude afweermechanisme	235
De terugkeer van Sympathie	236
Vrijwillige offergave en het onthoofdingsdrama	238
Pijn toelaten is God toelaten	240
Samenvatting	244

5 – HEELHEID EN ANTIHEELHEIDS-AFWEERMECHANISMEN 249

Inleiding	249
Gezien worden in onze heelheid	252
Heelheid en onze spirituele erfenis	253
Heelheid, vervormende spiegels en het persoonlijke verhaal	256
Jungs herstel van heelheid via een droom	258
Jungs latere beschrijving van heelheid	264
Bijdragen van de neurowetenschap aan een visie op heelheid	267
Het voorbeeld van Cynthia	279
Conclusie	288

6 – PSYCHOANALYTISCHE BENADERINGEN VAN DE INNERLIJKE WERELD: DE THEORIE TOEGEPAST OP DE VOORBEELDEN TOT NU TOE 291

Ronald Fairbairn en innerlijke achtervolging	292
John Steiner en psychische bunkers	296
Christopher Bollas en de binnenwereld als schimmenrijk	300
Arnold Modell en het persoonlijke zelf	303
Neville Symington en de ware versus de valse God	307
Toelichting	313
James Grotstein en het onbenoembare subject van het onbewuste	318

**7 – ONSCHULD, VERLIES VAN ONSCHULD, HERSTEL
VAN ONSCHULD: BESCHOUWINGEN OVER
DE KLEINE PRINS VAN ST. EXUPÉRY 333**

Onschuld en de visie van psychoanalytici hierop	333
Onschuld in de westerse literatuur	335
<i>De Kleine Prins</i> van St. Exupéry	338
Het voorbeeld van Barbara	344
Het verhaal: een prinsje tussen de werelden	349
Onschuld die ervaring riskeert	351
Temmen: korenvelden	352
Onzichtbare dingen van het hart	357
Kleine prins ontmoet piloot	359
Het verhaal van Barbara: vervolg	361
<i>De Kleine Prins</i> , conclusie: de piloot begint het te begrijpen	365
Lessen van ons verhaal	368
Barbara: een late droom	369
Conclusie	371

**8 – C.G. JUNGS GESPLITSTE ZELF: LEREN LEVEN
'TUSSEN DE WERELDEN' 377**

Inleiding en verbanden met vorige hoofdstukken	377
C.G. Jungs odyssee tussen de werelden: parallelle met <i>De Kleine Prins</i>	381
Verstopte kandelaars	391
Jungs verhaal: vervolg	394
De dialectiek van Jungs twee werelden in relatie tot Freud en psychoanalyse	395
Overzicht van Jungs levensverhaal	409
Winnicotts commentaar op <i>Memories, Dreams, Reflections</i>	411
Winnicotts beweringen over Jungs psychopathologie	416
Bespreking van Winnicotts interpretaties	420
Samenvatting en conclusie	430

**9 – DISCONNECTIE EN HERCONNECTIE: BESCHOU-
WINGEN OVER EEN VOORBEELD VAN BELICHAAMD
DROOMWERK IN HET LICHT VAN GRIMMS SPROOKJE
'HET MEISJE ZONDER HANDEN' 433**

Inleiding	433
Over de plek van sprookjes	437
De onderdrukking van het lichaam door de geest	438
Het voorbeeld van Deborah	442
Het meisje zonder handen, deel 1	446
De beginfase van Deborahs therapieproces	449
Naar theoretisch inzicht	453
Het meisje zonder handen, deel 2	459
Deborahs therapieproces: de fase van de zilveren handen	464
Het meisje zonder handen, deel 3	474
Deborahs tijd in 'Het bos'	476
Conclusie	481
Dankwoord	485
Verantwoording en toestemming (volgorde zoals in de tekst)	487
Verantwoording illustraties	489
Overzicht afbeeldingen en figuren	491
Noten	492
Bibliografie	498
Register	512

INLEIDING

De zoektocht naar rede eindigt aan de oever van het bekende; in de immense uitgestrektheid daarachter kan slechts het onzegbare zweven.

We verlaten de oever van het bekende niet uit zucht naar avontuur, spanning of omdat de rede geen antwoord op onze vragen heeft. We varen uit omdat onze geest als een prachtige zeeschelp is. Wanneer we ons oor tegen haar lippen drukken horen we het gestage ruisen van de golven tegen de oever.

Als bewoners van twee werelden moeten wij allen een dubbele loyaliteit hooghouden ...

(Abraham Heschel, 1990: 1-2)

Ik sta op een zomeravond bij zonsondergang op de veranda van ons huis in Newfoundland, en ik bevind me tussen twee werelden. Door de hordeur achter me hoor ik de stem van een Canadese tv-presentator de details van de laatste zelfmoordaanslag in het Afghaanse Kandahar: 29 doden, 50 gewonden, muren vol bloed en lichaamsdelen, gejammer van vrouwen, getier van mannen, lege wanhoop in kinderoogen. Onvoorstelbaar traumatisch. Ik kan het nauwelijks aanhoren.

Voor me strekt de Atlantische Oceaan zich uit. De aanzwellende golven breken op de rotsen van Skerwink Head. De sterren worden langzaam zichtbaar aan een donker wordende hemel, late vogels vliegen langs de horizon naar verder gelegen kusten. De trillende roep van een fuut echoot over het water en een verre misthoorn

blaast zijn geruststellende signaal over de verstilde schoonheid van dit liefelijke tafereel. Te midden van deze schoonheid is mijn ziel gerust en voel ik vrede.

Deze werelden lijken onverenigbaar en ik worstel om ze bij elkaar te houden. De eerste voelt ‘profaan’, vol van het menselijk drama en geestdodende lijden dat het sterfelijke, fysieke bestaan in een gewelddadige, gepolariseerde wereld met zich meebrengt. Deze wereld schotelt me de versplinterende werkelijkheid van menselijk conflict voor; destructieve razernij die ik simpelweg niet kan verwerken en waar ik op reageer door me af te sluiten, te dissociëren, uit mijn lichaam te gaan: de essentie van een traumatische reactie. De tweede wereld voelt heilig, schitterend, onbegrensd en eeuwig, als een doorgang naar een onbenoembaar mysterie dat de ziel verzacht; naar wat Rudolf Otto (1917) de numineuze dimensie van de menselijke ervaring noemde. Als ik me voor deze grotere werkelijkheid open voel ik de woorden van Macbeth, ‘het breid de gerafelde mouw van de zorg weer samen’ (Macbeth, 2:2: 35-39) werkelijkheid worden in mijn dagelijkse angsten en problemen. Toch kleeft er een knagende eenzaamheid aan deze mooie en onpersoonlijke wereld. Er zijn geen mensen, alleen ikzelf.

Hoe kunnen we tussen deze twee werelden ten volle leven? Hoe kunnen we na de Kandahars van onze traumatische kindertijd een bezielde leven leven? En hoe doen we dat zonder een van beide werelden te gebruiken om aan de andere te ontsnappen ... zonder voorbij te gaan aan de realiteit van het menselijk lijden, maar ook de realiteit van deze oneindige en onbenoembare mysteries die de dichter Czeslaw Milosz (2004) de ‘Tweede Ruimte’ noemt, niet als louter illusies af te doen? In de taal van Heschel: hoe behouden we onze ‘dubbele loyaliteit’ – hoe doen we recht aan ons burgerschap in beide werelden?

DIT BOEK

De titel van dit boek is *Trauma en de ziel*, en deze titel vangt de twee werelden (en hun relatie) die ik op de volgende pagina’s wil

onderzoeken. Dit onderzoek neemt ons mee naar een aantal van de mystieke of spirituele aspecten van mijn psychotherapeutisch werk met patiënten die vroegkinderlijk trauma hebben ondergaan. Terwijl we de vele klinische casussen en theoretische commentaren doornemen is Heschels herinnering dat we ‘bewoners van twee werelden’ zijn en ‘een dubbele loyaliteit moeten hooghouden’ leidend. Deze binoculaire metapsychologie is het kader waarin ik mijn overigens klinische beschrijvingen interpreteer. Ik geloof dat iedere adequate theoretische visie op het persoonlijke zelf – en zo’n visie is altijd de impliciete basis van een psychotherapeutische benadering – zowel diens onbegrensde bereik en spirituele potentieel als diens begrensde beperkingen en materiële determinanten moet omvatten.

Veel hedendaagse psychoanalytici onderzoeken wat William James (1936: 370) lang geleden omschreef als ‘mystieke staten van bewustzijn’. Sándor Ferenczi (1988) deed opmerkelijk pionierswerk in zijn geschriften over buitengewone helende connecties in overdracht en tegenoverdracht met getraumatiseerde patiënten. Wilfred Bion (1965) sprak van de onbenoembare werkelijkheid van ‘O’ of de Godheid als ultieme bron van transformatie in psychotherapie. Neville Symington (1993) spreekt openlijk over een mysterieuze ‘levengever’ in de menselijke ervaring die participeert in een onbeschrijfelijke dimensie van zijn, en die we actief moet kiezen als we onze levensenergie willen verwezenlijken. Christopher Bollas (1999: 195) onderkent een ‘mysterieuze intelligentie die door de geest heen beweegt’ en zegt dat ‘als er een God is, hij daar leeft’. James Grotstein (2000) schreef over een ‘onbenoembaar subject’ van het onbewuste, dat dromen stuurt ten behoeve van het ‘fenomenale subject’, dat wil zeggen het ego of het zelf. En Michael Eigen (1998: 41-2) ten slotte, een erkend ‘psychoanalytisch mysticus’, houdt een vurig pleidooi voor de erkenning van psychoanalytisch werk als een religieuze en heilige discipline. In hoofdstuk 6 komen besprekingen van verschillende van deze theoretici aan de orde.

Zoals we hierna zullen zien worden deze mystieke beschouwingen specifiek en op sensationele wijzen ondersteund in psy-

choanalytisch werk met sommige slachtoffers van vroegkinderlijk trauma. Vrijwel alle hoogsensatieve personen (Aron, 1996) wier casuïstiek hier wordt besproken getuigen van mystieke ervaringen. Velen van hen hebben een emotionele connectie met de natuur, met dieren, met de mythopoëtische wereld¹ van film, theater, kunst en literatuur, vooral poëzie. Soms melden ze te zijn 'gered' door een innerlijke wereld vol bovennatuurlijke aanwezigheden. Deze wereld vormde een archetypische container voor een (op dat moment verborgen) onschuldig, bezielde deel van henzelf. Ze melden vaak 'synchronistische' ervaringen die het rationele verstand te boven gaan. En velen beschrijven het vervagen van de grenzen tussen natuurlijke en bovennatuurlijke werkelijkheid, wat hun buitengewone toegang geeft tot een immateriële realiteit die niet beschikbaar is voor meer aangepaste mensen.

Maar naarmate het mystieke, mythopoëtische leven van de trauma-overlever zich verder ontvouwt, beginnen de positieve spirituele aanwezigheden die hun ziel gered leken te hebben hun beschermende macht helaas te verliezen. Onder druk van steeds nieuwe teleurstellingen en desillusies worden deze innerlijke objecten vaak kwaadaardig. Innerlijke beschermers (zie Kalsched, 2006) en de 'betere engelen van onze natuur' worden verdrongen door demonen van disconnectie, lichaamloosheid, psychische verdooving en primitieve afweer (zie hoofdstuk 3 en 9). Dit is ook een spiritualiteit, maar dan van duisternis en verschrikking; ook dit is mystiek, maar van geweld, demonische bezetenheid en verlies van de ziel.

Weinig auteurs in het uitdijende veld van psychotherapie en spiritualiteit verwijzen naar deze meer duistere kant van de geestelijke wereld. Maar de getraumatiseerde ziel, die in psychotherapie een pijnlijke afdaling van de hemel naar de hel maakt, wordt soms omringd door machtige duistere krachten die genezing saboteren, en dit is ook een spiritueel probleem. Hoe deze weerstanden worden overwonnen en hoe de patiënt-therapeutdyade samenwerkt in de redding van de ziel (en ironisch genoeg ook in de verlossing van haar innerlijke belagers) is een belangrijk thema van dit boek.

We zien dat de spirituele krachten in wat Jung de collectieve laag van het onbewuste noemde over het algemeen ondersteunend lijken voor psychische integratie en heelheid; maar zonder passende menselijke mediatie en relatie kunnen ze omslaan in hun tegendeel. Dan degenereren ze in levensbedreigende verdedigingsmechanismen die de egokracht ondermijnen. Met effectieve psychotherapie is er hoop dat deze spirituele krachten terugkeren tot hun oorspronkelijke aard en doel, namelijk afstemming op wat Jung het centrale archetype van het Zelf noemde.

James Hillman (1996: 4-5) deed de wijze observatie dat mensen niet alleen in psychotherapie gaan om te worden verlost van hun kwellende symptomen of om de historische wortels van hun traumawonden te traceren, maar ook om een kloppende biografie te vinden. Daarmee doelde hij op een verhaal dat recht doet aan de onbenoembare bronnen en bezielde fundamenten van hun unieke, onvervangbare leven.² Naast inzicht verkrijgen in de bron van hun beschadigingen en deze verwerken met de therapeut, zoeken ze een nieuw en groter narratief; het ware verhaal van de tweevoudige bestemming van hun ziel op deze aarde als 'bewoners van twee werelden'.

De ironie wil dat trauma-overlevers in een unieke positie zijn om dit grotere perspectief te verkrijgen omdat ze vaak prematuur in een 'niet-natuurlijke werkelijkheid' zijn gedwongen, namelijk een mentale en door het denken gedomineerde wereld die hen helpt de ondraaglijke pijn van hun vroege affectrelaties te overleven. Ze worden wat James Grotstein (2000: 238) 'wezen van de werkelijkheid' noemt, maar worden tegelijkertijd (zoals geïllustreerd in voorbeelden in hoofdstuk 1 en 2) avatars van het 'ultra-werkelijke'.

C.G. Jung beseftte al vroeg dat de magische en mysterieuze wereld waar trauma-overlevers in tuimelen wanneer dissociatie hun psyche openbreekt niet slechts een artefact van het afsplitsingsproces is, maar ook een reeds bestaande archetypische of mythopoëtische wereld die hen als het ware opvangt. Deze wereld van bovennatuurlijke werkelijkheid omringt de gebroken ziel met een dramatisch verhaal uit het archetypisch repertoire van de oude

psyche, en Jung raakte gefascineerd door deze verhalen en hun universele kenmerken. Hij kwam uiteindelijk tot de overtuiging dat ze een matrix van beeldtaal leverden die diende als een hulpbron voor de ziel. Freud had zijn bedenkingen bij deze informatie (zie Loewald, 1978: 8-9; McGuire, 1974: 429-30). Hij wilde mythopoëtische symbolen reduceren tot vermomde verwondingen in menselijke relaties en vertaalde ze altijd naar de pijnen en worstelingen van het familiedrama. Zelfs Ronald Fairbairn (1981), die Freuds instincttheorie met vooruitziende blik uitdaagde, stelde dat de verpersoonlijkte beelden van dromen niets dan geïnternaliseerde externe relaties waren. In deze theorieën vallen de twee werelden waar ons leven normaliter tussen zweeft, in elkaar tot één.

Deze voornamelijk reductionistische percepties van symbolen hebben decennialang hun invloed uitgeoefend op de psychoanalyse, zelfs bij traumaexperts als D.W. Winnicott, die (zoals we in hoofdstuk 7 zullen zien), sinistere diagnostische implicaties ('kinderschizofrenie') trok uit Jungs naargeestige vroege dromen en fantasieën, en deze terugvoerde op zijn relatie met een depressieve moeder. In mijn bespreking van Winnicotts (1964b) bespreking van Jungs autobiografie zal ik uiteenzetten dat het Winnicott (en ook andere psychoanalytici) ontbreekt aan inzicht in de cruciale rol die een mythopoëtische tweede wereld speelt in het voor vernietiging behoeden van de ziel van een trauma-overlever in de interpersoonlijke wereld.

Freud en de vroege psychoanalytici zaten er uiteraard niet naast met hun beklemtoning van het cruciale belang van persoonlijke relaties in het kinderleven – tegenover de phantasmagoria van de archetypische of spirituele wereld, hoewel deze vaak levensreddend zijn geweest voor hun patiënten. Deze vroege analytici observeerden terecht dat trauma-overlevers vaak te veel waarde toekennen aan hun innerlijke werkelijkheid en geïdentificeerd raken met de mysteriën die ze daar aantreffen, als verdediging tegen ondraaglijke affecten die ze in de interpersoonlijke wereld ervaren. Vaak moeten ze van hun 'hemelse stellage' naar de aarde worden gepraat en opnieuw verbinding maken met het leven 'in de klei' en in relaties

waar hun vroege affectieve wonden uiteindelijk kunnen worden herinnerd (misschien herbeleefd op een ander niveau) en geheeld.

Anderzijds mist een zuiver seculiere (of 'relationele') psychoanalyse ook iets belangrijks, namelijk dat het vroege verhaal van de trauma-overlever, voordat het een persoonlijk verhaal wordt, vaak een mythisch verhaal is, en als zodanig moet worden ontvangen. Zoals een analyticus onlangs zei: 'Trauma produceert een geïntensifieerd drama van helden en slachtoffers. Hun gewonere menselijke verhaal wacht om te worden verteld' (Trousdel, 2011: 131). Vaak draagt het transpersoonlijke, heilige verhaal de pijn van de overlever voordat een mensenverhaal verteld kan worden. Daarom zijn de 'twee werelden' van natuurlijke en bovennatuurlijke werkelijkheid – en de beeld-'matrix' daartussen – zo belangrijk voor onze bespreking van trauma en de genezing daarvan.

Een andere manier om dit te zeggen, daarmee recht doend aan recente ontdekkingen in babyobservatie en de neurowetenschap, is dat de fragmenten van ervaring (fysieke sensaties en primaire emotionele staten) na dissociatie alleen worden opgeslagen in impliciete herinnering en gecodeerd worden in primitieve subcorticale of limbische hersengebieden. Als ze ongedifferentieerd blijven, groeien ze uit tot archaische en typerende (archetypische) versterkingen van de collectieve laag van het onbewuste (zoals beschreven door Jung) voor ze geïntegreerd kunnen worden als persoonlijke herinneringen. Larry Hedges (2000) heeft de archetypische herinneringen beschreven die vaak de allervroegste moeder-kindervaringen weergeven, door hem de 'organiserende periode' in de vroege ontwikkeling genoemd. Volgens Schore (2003b: 96) en Wilkinson (2006: 147-9) komen dergelijke impliciete herinneringen eerder aan het licht via de mythopoëtische beeldtaal van dromen, metaforen, poëzie en vertelling dan via persoonlijke herinneringen (expliciete herinnering). Zulke mythopoëtische taal opent een daimonisch stratum van de psyche, een dat typerend is voor die collectieve patronen die de diepe lagen van de geest organiseren. Het zijn onpersoonlijke, of liever prepersoonlijke lagen van het lichaam/de geest, en ze leveren voor de getraumatiseerde ziel

een matrix en hulpbron in ‘een andere wereld’, tot het moment dat deze kan terugkeren naar of binnengaan in ‘deze wereld’.

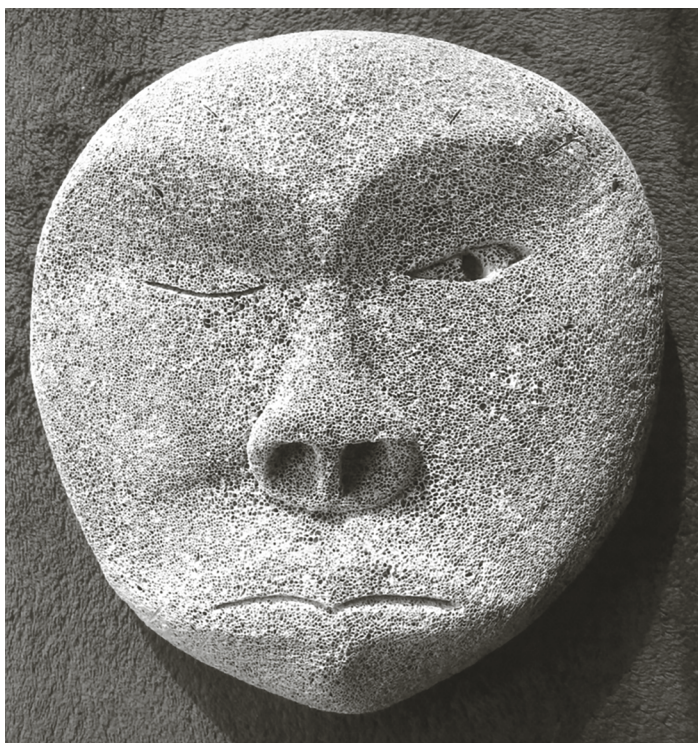
Zoals de voorbeeldcasussen in dit boek illustreren hebben trauma-overlevers vaak een diep besef van een sacrale wereld die hen ondersteunt, zelfs in de meest spartaanse en agressieve menselijke omgevingen. Deze wereld is niet slechts een bijproduct van gefrustreerde hechtingsbanden in de kindertijd en is ook niet simpelweg een ‘compensatie’ voor verwaarlozing door de moeder of misbruik. Deze wereld is een onsterfelijk feit van de menselijke ervaring op deze planeet, en de trauma-overlever weet dat beter dan gemiddeld. De erkenning dat de spirituele wereld werkelijk is en dat deze na trauma wordt gemobiliseerd voor verdedigingsdoelinden – mijn standpunt in dit boek – is iets anders dan zeggen dat de engelen en demonen die een kwellende dan wel bejubelde rol hebben in de verbeelding van trauma-overlevers niets dan hallucinaties zijn of ‘slechts’ producten – artefacten – van een verdedigingsmechanisme. Er wordt wel gezegd dat er in de loopgraven geen atheïsten zijn. Die zijn er onder trauma-overlevers evenmin; althans niet degenen met de ervaringen die ik in dit boek beschrijf.

TWEE WERELDEN

Het baleinen beeldhouwwerk van een menselijk gezicht in figuur 1.1. heet ‘De Verhalenverteller’. Het is gemaakt door een Inuit kunstenaar uit het noordwesten van Alaska. Met het ene oog gesloten, gefocust op de innerlijke wereld van de dromen en de mythopoëtische voorstellingen van de verbeelding, en het andere oog open, gericht op de stuggere randen van de materiële werkelijkheid, waaronder de realiteiten van de menselijke relatie, drukt het op indrukwekkende wijze de twee werelden uit die naar mijn overtuiging ‘in het oog’ moeten worden gehouden om een authentiek en overtuigend menselijk verhaal over trauma te vertellen. In dit boek probeer ik zo’n geïntegreerd materieel/spiritueel verhaal te vertellen.

We zijn allemaal gewend aan de vertrouwde wereld die met het naar buiten kijkende oog van dit masker wordt waargenomen.

Met dit oog zien we de zintuiglijke materiële wereld van de uiterlijke realiteit; de gewone, tijdelijke wereld waarin we het grootste deel van de tijd co-existeren met andere mensen en waarin we elke dag antwoord geven op de eisen die het leven in onze snelle, extern georiënteerde, consumentgerichte maatschappij stelt. Het is ook de wereld van de wetenschap met haar seculiere/materiële beschrijvingen van menselijke psychologie en haar ontwikkelende perspectief op hoe we als personen door onze eerste relaties tot bestaan komen. Elementen van dit nieuwe verhaal zijn de hechtingstheorie, moderne neurowetenschap en het inzicht dat vroege interacties tussen moeder en kind vormend zijn voor het menselijk brein, wat tot invloedrijke nieuwe theorieën over trauma en de behandeling daarvan leidt (Schore, 1994, 2003b; Siegel, 2007).



Figuur 1.1. *De Verhalenverteller*, Inuit walvisbeen-snijwerk

Om het met het open oog te vertellen betekent het benadrukken van het fundamentele belang van de moeder-kindrelatie in de wording van het zelf en de cruciale rol van herstellende, energetische, emotionele ervaringen in de latere overdrachtsrelatie. Het open oogpunt wil bewijs en is gebaseerd op duidelijke research in de relatiegedade – zowel kind-moeder (Beebe e.a., 2000; Tronick, 1989) als patiënt-therapeut (Mitchell, 1988; Bromberg, 1998). Het vertelt de interpersoonlijke feiten van onze relatiegeschiedenis in hun concrete, waarneembare details, maar zonder veel aandacht voor het ‘persoonlijke zelf’ (Khan, 1974; Modell, 1993), dat altijd over het waarom of het diepere wie van onze innerlijke beleving gaat.

De wereld die we met het naar binnen gerichte oog zien is minder vertrouwd; onzichtbaar voor de externe blik, maar niet minder werkelijk. Mystrieuzer misschien, en juist vanwege dat mysterie ongemakkelijk voor moderne mannen en vrouwen. Maar de grote mystici van alle tijden hebben in deze binnenwereld een dieper of groter zelf gevonden dat een grondlaag voor het uiterlijke leven creëert, en dat verlevendigd met een sensatie van diepte en betekenis. In zijn boek *The Deeper Life: An Introduction to Christian Mysticism* wijst Louis Dupré (1981: 24) op datgene wat het innerlijk oog van onze Verhalenverteller openbaart, als we weten hoe we moeten kijken:

Mystiek bewustzijn ... veronderstelt ... dat onder de vertrouwde opeenvolging van sensaties en reflecties een permanentere zelf rust, waarin ruimte en tijd getransformeerd worden in vergezichten van een innerlijk domein met eigen ritmes en perspectieven. Voor volledige zelfkennis moet deze diepere dimensie worden bereikt, welke verborgen ligt onder het gewone bewustzijn waarmee we werken, spreken en studeren.

... Voor de christen is dit het punt waar God en de ziel elkaar raken, de goddelijke basis waarop de menselijke individualiteit rust. Het is wat Tauler ‘de grondlaag van de ziel’ noemde en Eckhart ‘het kleine kasteel’. Catharina van Siena spreekt over ‘het innerlijk huis van het hart’ ... en Johannes van het Kruis

over 'mijn huis lag verzonken in rust ... in het donker, verborgen'. Al deze metaforen suggereren een geheime woonplek waar God resideert, het centrum van mijn geschapen wezen dat ononderbroken verenigd blijft met Gods scheppende daad ... het heiligdom zonder beelden, zoals Plotinus het noemde.

Jungs woord voor deze 'grondlaag van de ziel' was het Zelf, dat ik in dit boek met een hoofdletter schrijf. De Zelfervaring van het ego is een spirituele gebeurtenis, en niemand die dit heeft ervaren zal dat ooit vergeten. In de hoofdstukken 1, 3, 4, 7, 8 en 9 zijn opmerkelijke voorbeelden van ontmoetingen tussen ego en Zelf beschreven.

Het denkbeeld van een tweede, spirituele wereld parallel aan onze gewone materiële werkelijkheid wordt in wetenschappelijke kringen niet breed geaccepteerd, maar is zo oud als het bestaan van de mens. Oervolken over de hele wereld hebben de sporadische indringing van hogere spirituele machten in hun leven ervaren. Die manifesteerden zich vaak in buitengewone gebeurtenissen of dromen (zie Bernstein, 2005; DeLoria, 2006). Sommige individuen in deze vroege traditionele culturen³ ervoeren een visionaire 'roeping' of inwijding in de mysteriën van de geestenwereld en keerden terug met specifieke wijsheid en genezende krachten om sjamaan te worden voor hun cultuur. Het bestaan van twee werelden was voor dergelijke oorspronkelijke volken nooit een vraag en de sjamaan was misschien wel de belangrijkste figuur in het leven van de stam omdat hij of zij (als de ingewijde) kon onderhandelen 'tussen de werelden'. Er is zelfs gesuggereerd (Jensen, 1963: 228-9, 284-5) dat we naar de vroege extase-ervaring van de sjamanen moeten kijken voor de herkomst van het denkbeeld dat de mens een dualiteit is van lichaam en geest.

Via het naar binnen gerichte oog van ons Inuit-kunstwerk ontmoeten we dus het onbenoembare; de mysteriën van ziel en geest, aanzeggingen van het oneindige en eeuwige. Vroegkinderlijk trauma heeft deze wereld vaak versterkt en en daarom moet dit perspectief een compleet traumaverhaal bevatten. Een dergelijke 'binoculaire' blik is mijns inziens belangrijk, opdat de innerlijke

wereld zoals door C.G. Jung en anderen voor ons geopend, niet genegeerd en vergeten wordt. Het ons omringende veld in het nieuwe 'traumaparadigma' van psychoanalyse is in toenemende mate een blik door het open oog van ons Inuitmasker. Deze blik is meer en meer 'relationeel' en interpersoonlijk, meer en meer gebaseerd op de bevindingen van studies over moeder-kindhechting, meer en meer geïnteresseerd in de vroege ontwikkelingsfase van het kindbrein, en vooral in de integratie van geest, brein en lichaam. Deze ontwikkelingen zijn essentieel om ons werk relevant en gegrond te houden. Terwijl onze discipline zich van oudsher liet leiden door niet-belichaamd inzicht en excessief door de linkerhersehelft gedomineerde 'interpretaties', bieden deze ontwikkelingen zelfs de mogelijkheid tot herstel van de belichaamde ziel. Vooral de jungiaanse analyse heeft zich schuldig gemaakt aan dit 'opstijgen' naar mentalisering en het nastreven van intellectuele betekenis. De nieuwe neurowetenschappelijke studies (zie Schore, 2011) herstellen onder meer de centrale plaats van affect in onze visie op wat werkelijk verandering teweegbrengt in de psychotherapie. Dit brengt ons weer bij de vroege klinische studies van Jung zelf, waarin de rol van affect in de complexe vorming centraal stond (zie Jung, 1907; par. 78).

Maar – en dit is mijn punt – als de neurowetenschap deze mogelijkheden om ons werkveld te helpen gronden wil verzilveren en relevant maken voor traumabehandeling, zal ze zich moeten openstellen voor het feit dat er tegenover elk zelf-ander relatiemoment in psychotherapie ook een innerlijke gebeurtenis staat. En dan bedoel ik geen innerlijke gebeurtenis in de bedrading of boetsering van het brein. Ik bedoel een innerlijke gebeurtenis in de boetsering van de ziel – in wat jungianen vaak de ego-Zelfrelatie of de ego-Zelf-as noemen (zie Edinger, 1972: 1-62). En een manier waarop we weten dat de ego-Zelf-as betrokken is bij onze relationele interventies is het feit dat dromen ervan getuigen. In dit boek deel ik veel verhalen over zulke momenten en de dromen die daarop volgen. Deze dromen vertellen wat zich in een tussenruimte in de persoonlijkheid afspeelt.

Deze ruimte is ‘transitioneel’, maar niet tussen zelf en ander. Deze ruimte is eerder transitioneel tussen wat James Grotstein (2000) typeert als ‘het onbenoembare subject van het onbewuste’ en het ‘waarneembare subject van bewustzijn’. In de taal van Jung is dit de ruimte of as tussen het ego en het Zelf.

Onze binoculaire visie is mede zo belangrijk omdat ze de twee werelden van innerlijke en uiterlijke werkelijkheid verenigt in een levend derde ding. Of we deze tussenruimtelijke realiteit nu beschrijven als de ‘analytische derde’ (Ogden, 1994: 61-95) of de paradoxale ‘potentiële ruimte’ waar we het meest levend zijn (Winnicott, 1971: 104-10) of als de ‘transcendente functie’ (Jung, 1916): de ruimte tussen onze persoonlijke subjectiviteit en onze intersubjectiviteit is cruciaal om de menselijke conditie te begrijpen en de plekken te helen waar we het ondraaglijk hebben gevonden en naar de ene of de andere wereld zijn ontsnapt. Een ‘deugdelijke biografie’ van wie dan ook zal altijd een samenweefsel van deze twee werelden zijn, een combinatie van (innerlijke) imaginatie en (uiterlijke) realiteit; deels fantasie, deels feit. Op die manier worden onze levens een arena waarin ‘verschillende ordes van zijn ons doorkruisen en wij hen’ (Romanyshyn, 2002: 105). Als we gaan ‘individueven’ in de ware betekenis die Jung aan deze term gaf, moeten we onszelf uit deze twee wortels laten voortspruiten.

Overlevers van vroegkinderlijk trauma melden vaak dat een wezenlijk deel van hen zich heeft teruggetrokken in een spirituele wereld, waar het toevlucht en steun heeft gevonden toen deze vanuit de mensenwereld afwezig bleven. We zullen verderop in dit boek enkele aangrijpende voorbeelden hiervan aantreffen, vooral als de innerlijke wereld van de dromen zich aandient in reactie op affectief geladen momenten in de behandelrelatie. Deze spirituele wereld geeft de trauma-overlever kostbare toegang tot immateriële werkelijkheden die ontoegankelijk blijven voor mensen die hoofdzakelijk in één wereld leven. Veel van deze patiënten hebben speciale gaven, bovennatuurlijke krachten, sjamanistische visioenen of auditieve boodschappen van achter het ego, mystieke connecties met dieren of de natuur, beschikking over genezende kwaliteiten,

bovennatuurlijke intuïtieve wijsheid, artistieke talenten etc.⁴ Anderzijds is de spirituele wereld voor de trauma-overlever soms ook een kwelgeest op manieren waar beter aangepaste mensen zich nooit zorgen over hoeven te maken.

C.G. Jung was zo'n persoon. Zoals we in hoofdstuk 7 zullen zien bleef hij heel zijn leven worstelen, verdeeld tussen deze twee werelden. Hij onderging ingrijpend trauma in zijn jeugd (opnieuw doorleefd na zijn breuk met Freud in 1911) en vond een toevlucht in de innerlijke wereld met al haar schoonheid en verschrikking, maar dit ging zeer ten koste van zijn externe relaties en zijn reputatie onder collega-psychoanalytici. Tegen het einde van zijn lange, productieve leven vond Jung de weg terug naar volledige belichaming en verbondenheid, waarbij hij de exceptionele wijsheid behield die hij had ontdekt in wat hij de wereld van zijn 'persoonlijkheid nr. 2' noemde. Net als in het Inuitmasker waren de twee werelden eindelijk verenigd in één persoon die C.G. Jung heette. Het is een opmerkelijk verhaal, dat uitgebreider aan de orde komt in hoofdstuk 7 en in andere casussen in dit boek. Daarbij proberen we te laten zien dat Jungs verhaal en leven – dat alleen met de binoculaire visie kan worden begrepen – zeer verkeerd geïnterpreteerd is door psychoanalytici, zelfs iemand met zo'n diep inzicht in trauma en de 'potentiële ruimte' van scheppend leven als D.W. Winnicott.

Het is vermeldenswaard dat Jung in zijn professionele geschriften als psycholoog aarzelde om uitspraken te doen over de ontologische status van wat hij 'Gods wereld' noemde. Hij bleef liever consistent fenomenologisch, dat wil zeggen dat hij zich beperkte tot wat hij en anderen subjectief ervoeren. Epistemologisch was hij behoedzaam. Ik zal wat dat betreft zijn voorbeeld volgen in dit boek. Als ik over de ziel spreek, refereer ik aan een vitale animerende kern van ons belichaamde zelf; een wezenlijk iets dat ons (via liefde) verbindt met het goddelijke, met elkaar en met de adembenemende schoonheden van de natuurlijke en culturele wereld. Als we de ziel ervaren weten we dat.

Maar terwijl de ziel een subjectieve ervaring blijft, die dagelijks wordt vernieuwd in onze relaties met mensen en dingen en

het onbenoembare, blijft het een volstrekt mysterie, wat ik er op deze pagina's ook over zeg. Als het hart van subjectiviteit is de ziel onmogelijk objectief te definiëren. Met haar voorkeur om 'tussen de werelden' te leven glipt ze als los zand tussen onze vingers door zodra we proberen haar in taal te vangen. En als ik spreek over een geestelijke wereld vol 'bovennatuurlijke' krachten die intiem gereleerd lijken aan het zielenleven, waarbij ik dat nu eens versterk en dan eens afzwak, spreek ik over zeer subjectieve werkelijkheden die voornamelijk verschijnen in dromen of als uitingen van diepgevoelde irrationele affecten in het imaginaire domein. De casussen in dit boek demonstreren veel van deze subjectieve realiteiten als de symbolische expressies van de mythopoëtische psyche – collectieve representaties, 'archetypische beelden'. Ze zijn meeslepend echt. Maar we onthouden ons van het claimen van een ontologische status voor deze ongrijpbare vormen of verschijningen en laten ze hun 'tussenruimtelijke' leven tussen de werelden.

Wat het voor werkelijkheid is waar spirituele ervaringen zich ophouden is een vraag waar Jung zelf mee worstelde. Het maakte indruk op hem dat we spirituele krachten vaak ervaren als een *mysterium tremendus*, die ontzag en aanbidding inspireren van iets achter het ego. Om deze andersheid theoretisch recht te doen lokaliseerde Jung dergelijke ervaringen niet in het persoonlijke onbewuste, maar in een diepere laag van de psyche (het collectieve onbewuste). En hij werd het niet moe te verklaren dat de spirituele werkelijkheden van mythe en religie daar waren waar de psyche 'was' voor de psychologie er een object van wetenschappelijk onderzoek van maakte.

TRAUMA EN HET ZELFZORGSYSTEEM

Vroegkinderlijk relatietrauma ontstaat doordat we in dit leven vaak meer te ervaren krijgen dan we bewust kunnen ervaren. Dit probleem bestaat al sinds het begin der tijden, maar het is vooral acuut in de vroege kindertijd, wanneer we vanwege de onrijpheid van psyche en/of brein pover zijn uitgerust om onze ervaring te

verwerken. Een baby of jong kind dat wordt misbruikt, mishandeld of ernstig verwaarloosd door een volwassen opvoeder wordt overweldigd door ondraaglijke affecten die het onmogelijk kan verwerken, laat staan begrijpen of zelfs maar overdenken. Als de psychosomatische eenheid van de persoonlijkheid een shock te verduren krijgt dreigt het diepste wezen van een kind verpletterd te worden. Een dergelijke shock dreigt de 'vitale vonk' uit te doven die zo cruciaal is voor het gevoel te leven en je later 'echt te voelen'. Een zodanige vermorzeling van de kinderpsyche zou een onvoorstelbare catastrofe zijn – 'zielenmoord', zoals een onderzoeker het noemde (Shengold, 1989).

Dit gebeurt gelukkig vrijwel nooit, althans niet volledig. In plaats daarvan treedt een levensreddende splitsing op die we *dissociatie* noemen. Dissociatie verzegelt niet-zijn. Het voorkomt vernietiging van de zelf-eenheid, in plaats daarvan komt veelvoudigheid en een archetypisch verhaal dat de delen impliciet bij elkaar houdt. Het ondraaglijke affect wordt verdeeld over verschillende delen van de psyche/het soma. Deze delen houden op van elkaars bestaan te weten, zodat de persoonlijkheid de onuitsprekelijke verschrikking van trauma niet in haar totaliteit hoeft te voelen. We kunnen zeggen dat de psyche zichzelf langs ingeschapen 'breuklijnen' opknipt (Balint, 1979) en dat er discontinuïteiten of gaten in onze ervaring ontstaan. Deze zelfverdelingen hebben overlevingswaarde omdat ze, door zich af te splitsen van de rest van de persoonlijkheid, een deel van de onschuld en levensenergie van het kind redden en dat in het onbewuste veiligstellen voor mogelijke latere groei. Het wordt ingekapseld in een impliciet narratief dat uiteindelijk in dromen expliciet gemaakt wordt. Zo kan het leven doorgaan, zij het tegen een vreselijke prijs: verlies van de levendigheid en vitaliteit die altijd geassocieerd zijn met bezielde leven. De ironie is dus dat deze dissociatieve verdedigingsmechanismen een vitale kern van het zelf redden, terwijl ze die tegelijkertijd verliezen (of gedeeltelijk verliezen). Ze conserveren het zaad door het af te snijden van het leven in deze wereld ... in elk geval voor een poos. In hoofdstuk 3, 7 en 9 zullen we hier zowel literaire als klinische voorbeelden van zien.