

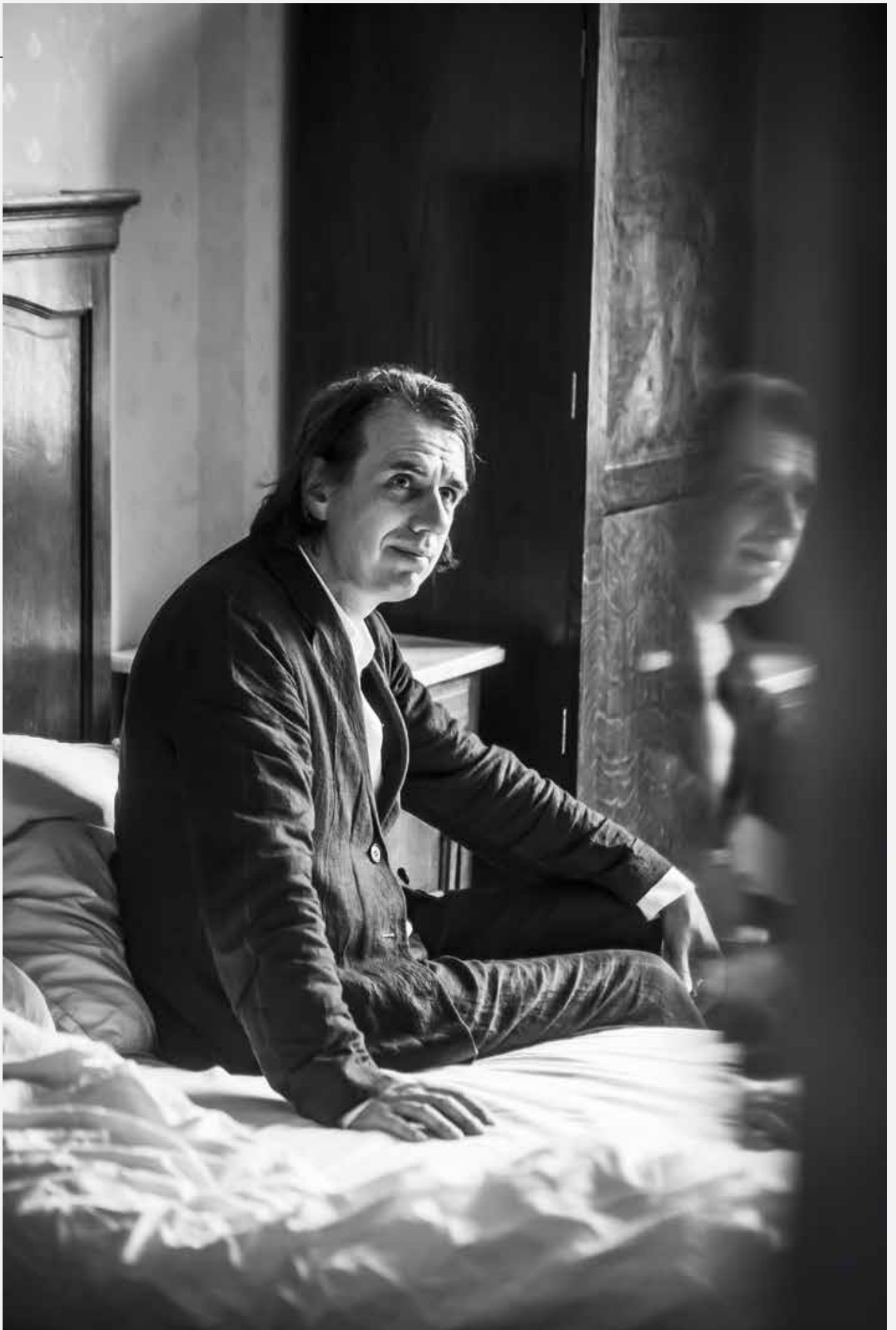


nummer
9080

Fris en blij magazine voor
Lochristi, Zaffelare, Beervelde & Zeveneken

Oktober tweeduizendzestien
Nummer 89

**De Wereld
volgens
De Wachter**



© foto: Jimmy Kets

Diagnose? We leven in *borderline times*. Zijn met z'n allen zoekende.
Antwoord? Help me zoeken, maar ik kies resoluut voor de liefde.

Dirk De Wachter is psychiater en gaat sinds jaar en dag beroepsmatig om met de (zwaar) 'gekwetste' medemens. Vanuit zijn ervaring schreef hij de bestseller *Borderline Times* waarin hij de symptomen van onze huidige tijd kadert in de diagnose van de gelijknamige psychische aandoening, *borderline* dus, of vrij vertaald: zich aan de rand bevinden; aan de grens van 'het normale'. De reden voor deze veralgemenende diagnose? Niet alleen zijn gehavende patiënten maar wij allen zijn steeds vaker het spoor bijster en zoekende. We verdwalen in de virtuele realiteit van het internet, raken in een nochtans steeds drukker bevolkte wereld steeds geïsoleerder, hebben steeds vaker behoefte aan psychische zorg en steeds meer mensen krijgen een aandoeningslabel opgespeld, m.a.w. de 'normaliteit' staat onder druk. Zullen we bezwijken aan vereenzaming? Kan de gemeenschap ons als individu nog dragen? Zetten we zo hard in op onszelf en niet meer op de ander, dat we uiteindelijk wel tegen onszelf en ons onvermogen om alles alleen te dragen aan moeten lopen? Immers, het leven is vreugde, maar al evenzeer pijn. En wat is het antwoord dan? Waarop mogen wij hopen? Waaraan moeten wij werken? Dirk De Wachter aarzelt niet: de Liefde, maar dan met een grote L. De Ander dragen, daar gaat het om.

De Wereld volgens De Wachter

EIND AUGUSTUS 2016. HET MUSEUM DR. GUISLAIN IN GENT WERD EEN ZOMER LANG HERDOOPT TOT MUSEUM DIRK DE WACHTER (MET EEN BEGELEIDENDE EN GEVARIEERDE TENTOONSTELLING OVER BORDERLINE), EN ER KONDIGT ZICH OOK EEN NIEUW BOEK AAN, BEGIN OKTOBER, M.N. DE WERELD VAN DE WACHTER. REDEN GENOEG DUS OM DE POPULAIRSTE PSYCHIATER VAN HET LAND EENS IN ONZE NUMMER9080 PRAATSTOEL TE VRAGEN. DE ROLLEN OMGEKEERD DUS: WIJ DIE VRAGEN STELLEN, EN DE PSYCHIATER DIE ANTWOORDEN GEEFT. MAAR DE WACHTER ZWEMT DOOR DE SESSIE HEEN ALS EEN VIS IN HET WATER, WANT HIJ 'PRAAT HEEL ERG GRAAG'. MAAR MOET EEN PSYCHIATER NIET VOORAL KUNNEN LUISTEREN, STEEK IK DUS VAN WAL.

Ik had al gauw begrepen dat er in mij vooral een dialogerend relatietherapeut school, geen psychoanalist. Maar uiteraard, luisteren is ook bij ons de basis. Mensen hun verhaal laten doen, zo veel en zo vaak als ze willen. Zelf sober en gepast tussenkomen, de juiste vragen stellen op het juiste moment, kansen geven om al te pijnlijke zaken die zich in het leven van de patiënten hebben voorgedaan te proberen plaatsen, of hen een uitweg uit te bieden, of toch een pad erheen, of andere manieren om ermee om te leren gaan... klinkt makkelijk, maar het is aartsmoeilijk voor die mensen. Natuurlijk maakt iedereen zaken mee die men

maar moeilijk kan verwerken, maar voor de mensen die ik zie, kan het echt héél schrijnend zijn. Ik praat niet uit de biecht uiteraard, maar in mijn loopbaan heb ik al zulke erge dingen gehoord dat ik er zelf soms ondersteboven van ben. Zo erg. Wie verkracht werd, keer op keer bv., en niet zomaar, maar in alle openingen – het is soms helaas niet anders – gaat jaren, soms een leven lang door een hel. Ik blijf bij het aanhoren van zulke verschrikkelijke dingen als mens niet onbewogen natuurlijk, maar als psychiater bied ik dat luisterende oor, waarover je het had, en wil ik mee op pad gaan om het voor de patiënt weer leefbaar te maken.

Moet een therapeut niet vooral antwoorden bieden? Dat verwachten de mensen toch? Iedere twijfelende mens wil iets horen om verder te kunnen gaan. Zijn wij zo niet allen?

De tijd dat de alwetende, wijze zielendokter, de gekwelde – en vooral: de veronderstelde onwetende – patiënt zogezegde pasklare antwoorden geeft, is allang voorbij. Althans, ik geloof daar niet in. Zo werkt dat niet meer. Waar zouden wij de pretentie halen om tegen mensen die door een hel gaan of zijn gegaan – denk aan mijn voorbeeld van daarnet – zomaar even te zeggen hoe daarmee om te moeten gaan? Ik kan nog niet beginnen te begrijpen hoe zoiets voelt... maar wat ik wel kan, is luisterend meegaan in het verhaal, voor 'ontluchting' zorgen, de dingen zegbaar maken... Natuurlijk heb ik vanuit mijn opleiding als dokter en psychiater bagage mee, maar evenzeer, misschien nog veel meer, heb ik al die jaren mee geleerd met mijn patiënten. Ook ik kom anders uit elke therapie sessie. Ook ik krijg daarin dingen binnen die ik niet voor mogelijk achtte, en die ik ook zelf een plaats moet geven. Het is geen one way, begrijp je? Uiteraard bied ik denkkaders aan, of laat ik via voorzichtige suggesties alternatieven ontstaan die het leven draaglijker moeten maken bij deze gekwelde mensen, maar tegelijk kom ik er als mens ook zelf 'rijper' uit. Ik verbaas me er soms heel erg over, hoe sommige patiënten zich in zulke miserie staande weten te houden. Zij laten dan zien hoe, ondanks hun tragische verleden, toch verder te kunnen gaan. Ook ik leer er dus uit.

Wij mensen, zijn relationele wezens. Dat is onze fond. Dat is wat en wie we zijn. Maar voor alle duidelijkheid: soms is het leed zo erg, dat het gewoon niet leefbaar is, en moet ik als psychiater verder gaan dan het gesprek en medicatie bieden. Ik zal me nooit zien als een 'pillendokter' – verre van! – en pleit juist heel erg voor het intermenselijke gesprek, voor de dialoog, maar soms gaat het echt niet anders. Bij patiënten met wat men gemeenlijk nog altijd zware schizofrenie noemt bv., daar moeten we bijspringen met zware medicatie. Anders gaat het echt niet. Echt niet, hoor. In het ziekenhuis in Leuven waar ik de dienst leid, is medicatie vaak het enige antwoord nog. Het is niet anders. Maar dit gezegd zijnde, is het natuurlijk niet normaal meer dat in België dagelijks een miljoen mensen een slaap- of kalmeringsmiddel nemen. Dat is er ver over, een teken aan de wand.

Van Borderline Times?

Inderdaad, een mensheid op zoek naar een houvast. Nog enkele cijfers uit mijn boek om het te illustreren:

- 220 000 Belgen lijden aan een dwangstoornis;
- het rilatinegebruik verdubbelde tussen 2005 en 2009, tot 30 000 kinderen;



kunstwerk: Koen van den Broeck

1 op 4 Belgen is in behandeling voor een depressie of een andere psychiatrische aandoening

iedereen daar stil zou bij staan, en aan oplossingen zou werken. Want zo kan het m.i. niet verder. We vereenzamen met z'n allen tegen sneltreinvaart.

- 1 op 166 Belgen heeft ASS;
- 1 op 4 Belgen is in behandeling voor een depressie of een andere psychiatrische aandoening;
- in 2008 lag het Vlaamse zelfmoordcijfer met 1027 anderhalf maal hoger dan het Europees gemiddelde;
- een meerderheid van alle Britten mist nog liever zijn toilet dan Facebook;
- sinds 2012 zijn er meer mobieltjes dan mensen;
- in 2011 werden in Groot-Brittannië meer vibrators verkocht dan wasmachines;
- 47 % van de Belgen vindt een week zonder gsm moeilijker dan een week zonder seks;
- elke 14 minuten sterft een Amerikaan aan een overdosis geneesmiddelen. Per jaar zijn er dat 35 000, een verdubbeling op tien jaar tijd.

En zo kan ik nog een hele tijd doorgaan. Nogmaals, ik ben geen doemdenker, verre van, maar dit alles negeren kan ik ook niet. Niemand zou dat mogen. Daarom schreef ik ook het boek: opdat

Je spreekt over de 'gekwelde' medemens, over wij mensen die met elkaar in 'relatie' staan... Je favoriete filosoof Levinas sijpelt hier door?

Zeker weten. Levinas ging uit van het leven als een moeilijk en dreigend gegeven. We zijn er nu eenmaal en we leven te midden van de vele andere dingen. De

filosofische teneur van de twintigste eeuw, zeg maar, het existentialisme. Maar vanuit zijn Joods zijn, gaf hij daar een eigen kleur aan, een eigen denkkader, en dat ging uit van wij, mensen, die in ontmoeting komen met de ander. En die ander komt van boven op ons af, overweldigend zeg maar, als een gekwelde medemens. In zijn volle miserie. De ander is dus iemand die ons op een of andere manier vanuit zijn kwelling 'oproept', ons tot 'engagement' noopt, en waar wij een antwoord moeten op bieden. Dat is een ethisch verhaal, dat begrijp je: wij horen anderen te helpen. En voor Levinas gaat dat zelfs verder dan het bestaan zelf. Om moeilijk te spreken: ethiek gaat voor op het bestaan zelf. Goed handelen voor je medemens komt op de allereerste plaats... nog voor het bestaan zelf... (*twijfelt plots even, want ziet hoe ik mijn best doe te volgen*)... maar wordt dit niet wat zwaar op de hand voor een gratis busbedeeld magazine, van euh ... ten oosten van Gent, zei je?

Onderschat het oosten van Gent niet, hoor.

Zou ik nooit durven... (*lacht mee*)... Goed dan, samengevat: eigenlijk zegt Levinas wat we allemaal ervaren: wij staan in een zinloze wereld, ervaren daarin een bedreigd en dreigend leven, en zien de pijn bij de medemens. Die kwelling doet een appel op ons, en daar moeten wij een antwoord op bieden. Ik vind dat een juiste inschatting van het menselijk bestaan: anderen



© foto: Jimmy Kets

helpen. Liefdevol zijn. De maat van ons leven is ons engagement naar de gekwetste ander. Ware liefde zal zich tonen in de rottigheid, de miserie, de crises... waar mensen doorgaan. Dan aan de zijde blijven staan, er niet van wegllopen, en bij je geliefde blijven, daar gaat het écht om.

Het leven is zinloos, zeg je? Daar is niet mee te leven toch?

Je moet het leven zelf zin geven, daar gaat het om. An sich is het zinloos. De tijd van de grote verhalen lijkt voorbij, althans in het Westen. Je kan dat betreuren of net niet, maar het is wat het is. Het geloof in een allessturende godheid hebben we verlaten, en er is tegelijk ook het failliet van de rigide goddeloze systemen zoals nazisme en communisme die meenden dat het leven door een systeem 'oplosbaar' was. Het leven is niet 'oplosbaar', zal het nooit zijn. Het leven is niet makkelijk, dat is het wezenlijke ervan. We zijn geworpen op onszelf, en we moeten er het beste van maken. Vandaar ook de titel van mijn boek: *Borderline Times*, we bevinden ons letterlijk aan de 'rand', en vertonen allemaal symptomen van angst, zoeken, twijfel, ... noem maar op. De patiënten die ik zie, en die soms helemaal het noorden kwijt zijn, zijn slechts uitvergrotingen van wat we allemaal moeten doorstaan. Ze zijn de spreekwoordelijke 'kanariepietjes' in de mijn. Belichamen in extreme vorm de zoektocht naar zin te midden van een maatschappij die zelf zoekende is. De kerken lopen leeg, er is een overmatig druggebruik, contact wordt al te vaak beperkt tot communicatie via het scherm, men hypet op virtuele Pokémons, enz. We zijn dolende. We lijden allemaal aan borderline, om het zo te zeggen. Dat is mijn diagnose. Het antwoord? Help me maar mee zoeken. Maar voor mij ligt het ontegensprekelijk in de liefde. Niet de vluchtige verliefdheid natuurlijk, maar de liefde in goede en

kwade dagen, die tegenslagen doormaakt en er sterker uitkomt, die de relatie niet onmiddellijk inwisselt voor een andere als de andere even niet je verwachtingen inlost... Ik zie in mijn praktijk zoveel mensen die worstelen met relaties, de ene na de andere, de zogeheten moderne seriële monogamie, een reeks van relaties van telkens, vijf, zes jaar, zeg maar, en ze verliezen er uiteindelijk zichzelf in. Let op: dit is geen pleidooi om te allen tijde samen te blijven, wél een om in te zien dat liefde tijd vraagt, wachten – bv. het mooie werk gezien van Marina Abramovic over 'wachten'? – , soms eens lijden, soms verveling, soms prachtige momenten...

Perfectie is niet van deze wereld. Hoed je voor perfectie. De perfecte liefde? Bestaat niet. De perfecte zoon of dochter? Kan niet. De perfecte vader of moeder (*kijkt naar mijn dochter die mee is en wel heel erg bevestigt ☺*) leidt gegarandeerd tot problemen. Als pa en ma 'ça-va' zijn, is dat goed genoeg. Ouders

moeten niet hipper zijn dan dat. Hechting is immers zo vaak de basis van zoveel problemen... Zoveel psychische problemen komen daaruit voort. We moeten leren aanvaarden dat het leven wezenlijk 'onaf' is, daar leren mee leven en omgaan en dat in een liefdevolle, gedragen omgeving, dáár gaat het om. Het gezin is daarin vitaal. Om leren gaan met animo, met verveling, met grootsheid en kleinte, met falen en slagen,... Dat alles heeft uiteraard niets van doen met de genotscultuur die geen uitstel duldt en alles hier en nu verwezenlijkt wil zien, die het wezenlijke van het leven zelf ontkent, meer zelfs, er voor de vlucht op gaat, door 'alles steeds groter en beter' te willen. Steeds maar grensverleggend, om de leegte te verhullen. Steeds lager basejumpen, steeds extremere tochten, steeds meer roesmiddelen. Maar dat is fake. Een doodlopende straat. Onder dat alles gaapt immers de leegte en die komt dan als een mokerslag aan, als

De maat van ons leven is ons engagement naar de gekwetste ander.



kunstwerk: Marina Abramovic

Het ware leven is net leren omgaan met de 'gewonigheid' van de dingen, niet de eindeloze zoektocht naar extremen.

een geliefde sterft of als men door een zware ziekte getroffen wordt. Als we met z'n allen steeds meer bij dat verblindende genot gaan zweren, wordt het een eenzame tijd voor iedereen, want dat is nepzingeving. Niets echt. Het ware leven is net leren omgaan met de 'gewonigheid' van de dingen, niet de eindeloze zoektocht naar extremen. En leren leven met de twijfel, leren inzien dat dat tot het wezen van ons mens-zijn behoort. Daarzonder tuimel je in dwangneurosen die je een valse houvast moeten bieden... We moeten met beide voeten in de twijfel durven gaan staan, en toch verdergaan.

Maar als je het leven au fond zinloos verklaart, ja, dan is alles wat je opbouwt dat eigenlijk toch ook? Zelfs de door jou zo geprezen liefde?

Ik heb nooit gezegd dat het leven gemakkelijk is, dat is het stellig niet. Of om het met de legendarische woorden uit Becketts *Waiting for Godot* te zeggen: 'I can't go on, I'll go on'. 'Ik kan niet verder gaan, en toch ga ik verder.' Het leven is heel moeilijk, en we beseffen het, en toch moeten we het leven. Of beter: moeten we het willen leven. En persoonlijk vind ik dat, gegeven de realiteit waarin we leven, alleen liefde een antwoord biedt. Zij is de basis dat we mogen hopen op geluk nu en dan. Dat we samen als mensen verder kunnen. Liefde en hoop zijn de keerzijden van eenzelfde medaille. De relaties tussen mensen, onze wil om er iets van te maken... dát is de enige echte werkelijkheid. En als men het een illusie wil noemen, dan doet men maar, maar dan is het een illusie die alles overstijgt. Alle wetenschappen en inzichten zijn behulpzaam en dienstbaar voor de mens, maar de realiteit waarin we écht leven is die van gevoelens, empathie, tegenslag verwerken, en weer doorgaan. En daarop biedt alleen liefde een echt antwoord.

Als je de woorden liefde, hoop, gekwetst, de andere... zo vaak gebruikt, dan lijkt dat wel heel sterk op een postchristelijk verhaal, toch? Klinkt je boek niet ook als: vroeger was het beter?

...*(lacht)*... ja, sommigen noemen me postkatholiek... Maar vanaf nu moeten we het zonder Grote Verhalen stellen, vrees ik, en ik geef toe, dat

Museum Dr. Guislain werd deze zomer tot het **Museum Dirk De Wachter** herdoopt, aansluitend bij zijn boek 'Borderline Times', waarin de psychiater een scherpe diagnose maakt van de actuele samenleving: we leven in borderlinetijden. Impulsiviteit, affectabiliteit, leegte...: het zijn niet alleen individuele symptomen, maar ook kenmerken van een bredere, collectieve evolutie. Deze kunstfoto is van Marina Abramovic, die ook te zien was in de begeleidende tentoonstelling deze zomer.

is aartsmoeilijk. En toch zullen we ook zonder de belofte van het latere paradijs, het leven hier zo goed en liefdevol mogelijk moeten maken. En over dat 'vroeger is het beter'. Laat het wel wezen. Ik heb het in mijn boek wel twintig keer over hoe zaken nu ook beter zijn. We hebben nu goddank fantastische medicatie, technische middelen, psychologische inzichten, sociale kaders... dat alles is zoveel beter dan toen. Je zou wel gek moeten zijn om dat niet in te zien of te waarderen. En natuurlijk vecht ik de recente pc-verslaving aan, het uithollen van echte contacten, de verslavingen, de verhoogde diagnosticering van wie ook maar iets mankeert... maar tegelijk zeg ik toch ook dat twintigers bv. echt wel met hun toekomst bezig zijn, hoor, en er echt over nadenken, bv. of ze kinderen willen of niet; ze willen er echt nog iets van maken. Ook dat staat te lezen in mijn boek. Alleen weten ze in deze maatschappij niet altijd meer hoe. Net zoals wij allen...

Maar er is tussen de regels toch een zekere hang naar de verbondenheid van vroeger?

Dat heb je goed gelezen, ja. Er was meer gedragenheid toen, door het gedeelde geloof, de daarop gebaseerde structuur, de zingeving... het christendom focuste ook heel erg op liefde, de ander, de gekwetstheid van de mensen... Natuurlijk sta ik in mijn idioom niet los van de traditie, overigens ook niet van die van de Verlichting: gelijkheid – of liever gelijkwaardigheid – broederlijkheid, vrijheid – maar in verbondenheid dan!.. –, dat alles is me héél dierbaar. Het heikele punt vroeger was natuurlijk de hypocrisie. Er werd heel wat onder de mat geveegd. Men voegde zich schijnbaar, schreef zich in in het aanvaarde groepsverhaal, maar deed in het geniep vaak iets anders. Nu is men eerlijk en rechthout, zweert men bij het individu en de volledig eigen vrijheid. Maar dat eist ook zijn tol. We dragen elkaar niet meer. We raken geïsoleerd. We gaan virtueel. We kruipen achter de pc, duiken in de schijnwereld van Facebookvrienden van liken en vrienden en defrienden, van de eeuwige leukigheden, het

yolo-principe... Maar het cement, de voegen van ons 'samen-leven' zijn losgekomen. Taak is om ons terug met elkaar te verbinden. En we beschikken allemaal over een vrije wil, om die warmere wereld te realiseren.

Er zijn mensen die twifelen aan de vrije wil. Die beweren dat we louter een stel genen zijn, elektrische impulsen in een sociale context. Niet meer dan dat.

Ik weet dat er hersenwetenschappers zijn die het bestaan van de vrije wil ontkennen, maar voor mij is de vrije wil vitaal. Daarzonder is het onmogelijk om mens te zijn. Wie twijfelt aan zijn eigen verantwoordelijkheid, aan het feit dat hij zich al dan niet schuldig kan maken aan iets, of juist een bewuste positieve bijdrage kan leveren aan dit of dat, dwaalt. Dat zou toch al te erg zijn: iemand die zegt: och ja, ik heb hem vermoord, maar ik kon er niets aan doen. Ik heb gestolen, maar ik kon niet anders. Neen, neen, zo werkt dat niet. Het is geen toeval dat alle grote culturen, ook de onze, verhalen hebben over het ontstaan van beslissingen, van keuzes maken, van iets te willen, met alle consequenties van dien. Van verantwoordelijkheid. Van schuld. Denk maar aan het christelijke verhaal van Adam en Eva en de appel. De zondeval. Dat gaat over de vrije wil, hé, en over niets anders. Daar begint het menselijke verhaal. Daarzonder geen mensheid. De mens is zijn keuze, zijn wil.

Heeft het je nooit verbaasd dat je boek *Borderline Times* maar liefst 28 keer herdrukt werd?

Ja, gek hé, dat zo'n 'zwaar' boek kan concurreren met – met alle respect uiteraard – Pascale Naessens bv. ... (*lacht*)... En natuurlijk heeft het me verbaasd, nog geen klein beetje... Ik had nooit gedacht dat zelfs mijn eerste druk van een paar duizend exemplaren uitverkocht zou geraken. Maar mijn uitgever voorspelde me een trage, gestage maar zekere verkoop, en blijkbaar had zij de vinger aan de pols. Naar de reden van het succes kan ik overigens maar gissen. Wat volgens mij zeker speelt, is het feit dat ik voor de tekenen van de tijd een 'diagnose' bied, en dat geeft de lezers een houvast. Bovendien eindig ik met een hoofdstuk van hoop en met het geloof in de 'kleine goedheid' van Levinas, een positief gegeven uiteraard. Ik zag mijn boek eerst als een gigantische vraag aan alle lezers, om mee te denken over: wat nu?; maar ik



kunstwerk: Walter Swennen

Voor mij is de vrije wil vitaal. Daarzonder is het onmogelijk om mens te zijn.

Wachter, is de titel, en het vertelt hoe ik de huidige wereld zie, maar nu los van mijn vorige analyse van *Borderline Times*. Ik ga er in op wat onze wereld nu bezighoudt, de terreur bv. In die hele problematiek kunnen we alleen maar helder gaan zien als we terugkeren naar de inzichten van Levinas waarover ik het had. Wie is de ander? Hoe komt hij of zij tot mij? Hoe ervaar ik zijn of haar kwetsuur? De huidige problematiek is de emanatie van een dieperliggende ervaring: kunnen we elkaar au fond begrijpen? Leren leven met het verschil, is de uitdaging, en dan bedoel ik dat van mens tot mens. Ook individueel bestaat duurzame liefde alleen in het samen leren en willen leven met de totaal verschillende en evenzeer gekwetste ander. Het boek verschijnt begin oktober, maar laat het wel

wezen, het is niet mijn ambitie om de recordverkoop van mijn vorige boek te evenaren. Daar gaat het me niet om.

Tot slot: kan ik dus besluiten dat met meer aandacht voor de ander, we het leven zoveel draaglijker en zinvoller kunnen maken? Met een boutade: vriendschap kan jouw job overbodig maken?

... (*lacht*)... helaas, mijn job zal nooit overbodig worden, vrees ik... (*weer ernstig*)... Er gebeuren daarvoor in deze wereld te veel persoonlijke drama's van misbruik, verlies, hechtingsproblemen... Te veel mensen lopen zo'n grote trauma's op... Maar als we met z'n allen meer inzetten op liefde en vriendschap – of dat nu wollig klinkt of niet – zal de wereld er een veel betere en vooral gedragener plaats door worden.

We doen ons best. Bedankt.

Ik met jou, meer kunnen we niet doen. Graag gedaan.



kunstwerk: Thomas Schütte