

In beweging...

Antwoord gevend leven

'Dichterbij kan ik toch niet komen,' dacht ik pas bij het opschonen van mijn archief, dit entreebewijs kon bij het oud papier. Maar vorige week vrijdag kreeg ik onverwacht *Mijn levensherinneringen* cadeau. Al langer oriënteer ik me op het gedachtegoed Viktor Frankl en eerlijk gezegd zag ik ons bezoek aan zijn woonhuis, nu museum, als hoogte- maar ook als eindpunt. Niet dus. Dit onlangs verschenen boek voegt heel wat toe, al las ik het wel met gemengde gevoelens. Daar kom ik op terug, eerst wat de grote winst is. Dit leest vlotter dan alle eerdere boeken en artikelen die ik tot nu toe verslond. Het accent ligt deze keer op zijn leven, niet op zijn werk. Over Frankl's werk schreef ik vaker (o.a. www.anderz.info/110.pdf), zodat ik me nu beperk tot een paar impressies uit zijn levensverhaal. Uitspraken van hem geef ik steeds cursief weer.



Zijn eigen bestemming vinden

Het is ongelooflijk hoe achteloze opmerkingen van anderen ons leven beslissende wendingen kunnen geven. Viktor was een vroegrijp, uiterst ambitieus kind dat al op driejarige leeftijd zei scheepsarts of legerarts te worden. Als middelbare scholier dubde hij over dermatoloog of verloskundige, totdat een medestudent suggereerde psychiater te worden. Dat idee landde! Bovenstaande zin vervolgt Frankl met: *In elk geval was ik vanaf dat moment vastbesloten mijn 'psychiatrische zelfverwerkelijking' niet meer uit de weg te gaan.* Dat diept hij dan verder uit: *Maar heb ik ook werkelijk aanleg voor de psychiatrie? vraag ik me af. Eén ding weet ik: als ik dat heb, dan hangt die gave samen met een andere, en wel met mijn gave voor karikaturen. Als karikaturist heb ik, net als psychiater, in de eerste plaats een goed oog voor de zwakten van mensen. Het verschil is alleen dat ik als psychiater als het ware door die feitelijke zwakheden heen kan kijken en intuïtief de mogelijkheden kan bespeuren om ze te overwinnen en aan elke bedroevende situatie zin te geven, dus een schijnbaar zinloos lijden om te zetten in een diep menselijke vervulling.*

Zin vinden. Dát kleurt Frankl's bestaan. Van zijn 4^e t/m zijn 92^e levensjaar.



Het leven heeft zin, in letterlijk alle omstandigheden

Het moet op vierjarige leeftijd geweest zijn dat ik op een avond kort voor het inslapen ineens schrok van het inzicht dat ook ik ooit dood zou gaan. maar toen niet, en ook nooit in mijn verdere leven, was het de angst voor de dood die me verontrustte: dat was eerder de vraag of het leven vanwege zijn vergankelijkheid niet zinloos was. Zinvol of zinloos - die zoektocht keert steeds terug. In werkstukken voor school, de briefwisseling die hij als tiener begint met Sigmund Freud, artikelen voor de krant en in tijdschriften, spreekbeurten. Als jonge arts switcht Viktor van de theorie naar de praktijk. *Eerst in Wenen en daarna nog in zes andere steden richtte ik consultatiebureaus op waar jongeren in geestelijke nood kosteloos psychische hulp konden krijgen.* Depressie en suïcidepreventie zijn de speerpunten. Het effect? *In 1930 organiseerde ik een speciale campagne in de eindexamentijd, die tot gevolg had dat er voor het eerst in vele jaren in Wenen geen enkele scholier zelfmoord pleegde.* Een ander gevolg: hij wordt vaak als spreker uitgenodigd. *Voor afdelingen van de Socialistische Arbeidersjeugd gaf ik honderden lezingen.* Zijn ontboezeming hierbij: *In dit verband valt me iets in. Telkens als ik indruk wilde maken op een meisje - en met mijn uiterlijk lukte dat niet - paste ik een foefje toe. Stel, ik leerde haar in een dancing kennen. Dan schermde ik met de naam van een zekere Frankl, wiens cursus aan de Volkshogeschool ik met zoveel genoegen volgde, en raadde ik haar aan ook een keer te komen - ze kon wel een keer met me meegaan. En dan namen we op een avond plaats in de aula, waar die Frankl altijd zijn druk bezochte cursus gaf. Ik was wel zo gehaaid om op de hoek van een van de voorste rijen te gaan zitten, en iedereen zal zich kunnen voorstellen welke indruk het op dat meisje maakte als haar begeleider plotseling van haar zijde week en onder applaus het podium betrad.*

enkele belangrijke data

Viktor Emil Frankl wordt geboren in Wenen op 26 maart 1905 start logotherapie, 3^e Weense school dec. 1941 Viktor huwt Tilly Grosser 25 sep. 1942: op transport naar concentratiekamp Theresienstadt later in Auschwitz wordt manuscript van *Medische zielzorg* vernietigd 27 april 45 bevrijd door Amerikanen schrijft erna *De zin van het bestaan* in 1947 huwelijk met Elli Schwindt zijn leven lang actief als psychiater, hoogleraar, spreker, auteur liefhebberijen: koffie, bergbeklimmen op 2 sep. 1997 gestorven in Wenen

Wat doe ik nu, in deze situatie?

In 1941 kan Frankl zijn uitreisvisum voor de Verenigde Staten bij het consulaat ophalen. *Op dat moment aarzelde ik: moest ik mijn ouders alleen achterlaten? Ik wist welk lot hun te wachten stond: deportatie naar een concentratiekamp. Moest ik afscheid van ze nemen en ze aan dat lot overlaten? Het visum gold alleen voor mij. Besluiteloos verliet ik het huis en ging een eindje wandelen, terwijl ik dacht: is dit niet typisch een situatie waarin je een wenk van boven verwacht? Toen ik weer thuis kwam, viel mijn oog op een brok marmar op de tafel.*



de letter Kaf waarmee het 5^e gebod begint

'Wat is dat?' vroeg ik aan mijn vader.

'Dat? O, dat heb ik vandaag tussen het puin vandaan gehaald op de plaats waar vroeger de synagoge stond die in brand is gestoken. Het is een brok van de tafels met de Tien Geboden. Er staat een letter van het Hebreeuwse alfabet in gegraveerd en als het je interesseert kan ik je wel vertellen op welk van de Tien Geboden die slaat, want er is maar één gebod dat deze letter als initiaal heeft.'

'Welk is dat dan?' drong ik aan.

Daarop antwoordde hij: 'Eert uw vader en uw moeder, opdat uw dagen verlengd worden en opdat het u welga in het land...'

En zo bleef ik 'in het land', bij mijn ouders en liet het visum verlopen.

Mijn derde toepassing

Bovenaan dit artikeltje heb ik met opzet de karikatuur die Frankl van zichzelf maakte gespiegeld. Dus nu wijst zijn priemend vingertje in de tijdrichting die zijn voorkeur had: de toekomst. Mensen moeten verder kunnen. Dáár ging het hem om. In essentie wilde hij ieder helpen antwoord te geven aan wat het leven hier en nu op je bord legt. Kies dan en ga met die keuze vooruit. Zo toekomstgericht ben ook ik aan de slag met zijn ideeën. Tot vorige week paste ik op twee manieren zijn gedachtengoed toe. Allereerst gebruik ik bij sommige gesprekspartners de Existentieschaal, een testje van 46 vragen. Door die in te vullen krijgt iemand inzicht in zijn persoonlijkheid, afhankelijkheid, vrijheid, besluitvaardigheid, verantwoordelijkheid. Typische Frankl-begrippen. In de tweede plaats ontwierp ik meerdere A-4-tjes die iemand als huiswerk kan benutten. Op elk blad staan een aantal vragen, telkens ingedeeld volgens deze drieslag:



een kort verhaal van Jezus



één kernbegrip van Frankl



dan je conclusies trekken

Nu ik *Mijn herinneringen* heb doorgenomen begin ik aan een derde toepassing. Ik leg inmiddels een lijstje aan van gesprekstopics, exclusief voor met mijn kleinkids. Maar daarvoor moet ik even terug naar die beginopmerking over 'gemengde gevoelens'. Kijk, al is deze autobiografie toegankelijker dan al zijn ander werk, toch dacht ik zo nu en dan: Wil ik dit weten? Zo vermoedde ik tot vorige week dat Frankl bescheidener was. Dat idee is inmiddels dus behoorlijk bijgesteld. Jammer, maar oké.

Verder verrast het, dat hij zo openhartig schrijft, al voelt dat soms wat ongemakkelijk. Zo vertelt hij dat hij als jochie in het Wienerwald met Walter, zijn oudere broer pornofoto's vond. *Wij waren niet verbaasd en evenmin geschrokken. We begrepen alleen niet waarom mijn moeder die foto's zo schielijk uit onze handen griste. Later echter, ik zal acht geweest zijn, werd de seksualiteit met geheimzinnigheid omgeven. Dat was de schuld van ons weergaloos toffe dienstmeisje, dat zich seksueel aanbood aan mij en mijn broer – soms apart en soms aan ons allebei tegelijk.* De verdere details erover laat ik hier achterwege, alleen nog dit: *Nog jarenlang sidderde ik als ik iets had uitgehaald (ik bedoel iets niet-seksueels), want Marie had me gewaarschuwd, met opgeheven vinger: 'Vicky, wees braaf, anders verraad ik het geheim aan mama!' Die woorden waren genoeg voor mij om me in toom te houden.*

Maar... mág ik dit allemaal wel lezen? Frankl had zijn ontboezemingen niet voor publicatie bedoeld, hij schreef het enkel en alleen op voor zijn kleinkinderen Katja en Alexander. Kennelijk hebben zij en/of hun ouders na het overlijden van (o)pa toch besloten dit schrijfwerk breder beschikbaar te maken. In elk geval bedacht Franz, de schoonzoon van Frankl, een treffende titel voor dit boek: *Dem Leben Antwort geben*. Naar ik hoop komt er alsnog een eerlijke, evenwichtige biografie over de man. Tijdens zijn leven heeft Viktor Frankl dat soort pogingen afgehouden, maar hopelijk zou hij onder zo'n eerlijke, postume terugblik wel zijn handtekening zetten. Die is in elk geval nog beschikbaar: