

Het duister helder als het licht

Een Henriaans perspectief op depressie

André Groenendijk

Studentnummer: 344767

Masterthesis Wijsbegeerte van een Wetenschapsgebied

Erasmus Universiteit Rotterdam

Aantal woorden: 22165

Begeleider: Prof. dr. R.B.J.M. Welten

Adviseur: dr. A.W. Prins

My real fault was that I couldn't stay with my purest feelings. This was what tore the greatest hole in me.

Saul Bellow, *The Adventures of Augie March*

Descend lower, descend only
Into the world of perpetual solitude,
World not world, but that which is not world,
Internal darkness, deprivation
And destitution of all property

T.S. Eliot, *Four Quartets*

Al zei ik: 'Laat het duister mij opslokken,
Het licht om mij heen veranderen in nacht,'
Ook dan zou het duister voor u niet donker zijn –
De nacht zou oplichten als de dag,
Het duister helder zijn als het licht.

Psalm 139:11-12

Inhoudsopgave

Dankwoord	3
Inleiding	4
Vertwijfeling: de openbaring van immanentie	11
Angst: de openbaring van het affectieve	21
Leegte: de poging het Zelf te verliezen	29
<i>Passio</i> : het Zelf bij Nietzsche	32
Retraite: terug naar het Zelf	38
Leven: de hand die ons weefde	49
Literatuur	61

Dankwoord

Het schrijven van deze scriptie is een lang proces geweest, niet in het minst doordat ik persoonlijker bij het onderwerp betrokken was dan ik zelf zou willen. Ik hoop dat deze betrokkenheid zijn weg heeft gevonden naar het papier, zodat het de woorden meer kracht zal geven. Al lezende zal het de lezer duidelijk worden dat depressie in mijn ogen vooral een les in afhankelijkheid is. Allereerst van wat Michel Henry het Leven noemt, maar niet minder ook van de mensen om je heen. Daarom past het deze scriptie te beginnen met een woord van dank.

Allereerst gaat mijn dank uit naar Ruud Welten, wiens enthousiasme voor het onderwerp mij heeft door doen zetten – ook als ik er zelf weinig vertrouwen meer in had. Ik ben dankbaar dat ik de tijd heb gekregen die ik nodig had om deze scriptie te schrijven. Dank ook aan Awee Prins, die als tweede lezer optrad en met zijn commentaar mij heeft overtuigd dat ik dat wat ik over wilde brengen, ook daadwerkelijk over heb kunnen brengen.

Dankbaar ben ik ook voor iedereen die om mij heen stond de afgelopen jaren, geduld met mij heeft gehad, mij ergens mee naartoe nam als ik nergens zin in had, en (bewust of onbewust) met een simpel woord of gebaar iets van de duisternis heeft weg kunnen nemen. Mijn ouders, broers en zus, schoonzussen en zwager, nichtjes en neefje. Vrienden en collega's, die ik om mee heen heb en op zoveel manieren mijn leven verlichten. Dank ook aan alle mensen uit de Ichthuskerk, die werkelijk een levende gemeenschap vormen. Ik zou iedereen persoonlijk bij naam willen noemen, maar dan zou dit dankwoord te lang worden. Dank aan iedereen met wie ik het Leven mag delen!

Inleiding

‘Laat het duister mij opslokken, het licht om mij heen veranderen in nacht’. Raadselachtige woorden, die veel vragen oproepen. Wie spreekt deze woorden? Wie verlangt er naar het duister? Deze woorden moeten haast wel voortkomen uit een beklemmende ervaring die de psalmdichter heeft ondergaan en die tot dit verlangen leidde. Die ervaring en dit verlangen wil ik in dit essay doorgronden onder de naam ‘depressie’. Want hoewel de woorden uit de psalm zeer oud zijn, hebben ze niet aan zeggingskracht ingeboet. Nog steeds zijn er velen die voelen dat hun bestaan niet meer te dragen lijkt. Dat was vroeger hoogstwaarschijnlijk niet vaker dan nu. Sterker nog: het aantal diagnoses ‘depressie’ neemt schrikbarend snel toe. Hoewel een eerdere diagnostisering een deel van deze groei kan verklaren, is het opvallend dat in een tijd van niet eerder geziene welvaart het verlangen naar een uitweg uit het bestaan door velen op enig moment in het leven wordt gevoeld. Wat is dan deze ervaring, die zich kennelijk nauwelijks iets aantrekt van externe omstandigheden?

Ik wil hier geen psychologie bedrijven, maar een spade dieper graven. Wat wordt er gevoeld, wat openbaart zich in de ervaring van depressie? Wat zegt dit over het Zelf waaraan deze ervaring zich openbaart? Het woord openbaring geeft de gekozen richting al aan: het gaat hier over het openbaren of het verschijnen van het Zelf; het is fenomenologie. Met de vraag naar de fenomenologie van het Zelf, stellen we ook de vraag naar het Zijn van het Zelf, een ontologie. Iemand die veel over deze vragen heeft nagedacht, is de Franse filosoof Michel Henry (1922-2002). Zijn eerste grote publicatie, *L'Essence de la Manifestation*, legt de basis voor zijn verdere oeuvre.¹ Hierna schrijft Henry over vele onderwerpen, bijvoorbeeld de psychoanalyse (in *Généalogie de la Psychanalyse*²), maar steeds vasthoudend aan dezelfde kern. Henry's prangende vraag is: hoe verschijnt het verschijnen? Of, wat is het wezen van de manifestatie? Hij concludeert dat die vraag in de gehele Westerse filosofie niet aan de orde is geweest, waardoor een voorondersteld, maar nooit geëxpliciteerd antwoord op deze vraag het Westerse denken heeft geleid, ook de fenomenologie van bijvoorbeeld Husserl of Heidegger. Deze fenomenologische vooronderstelling, zo argumenteert Henry, is niet alleen (deels) onjuist, maar staat per definitie een accuraat begrip van het Zelf, de subjectiviteit, in de weg. Henry legt in zijn werk niet alleen deze vooronderstelling bloot, maar ontwikkelt ook een fenomenologie van de subjectiviteit, die als grondslag moet fungeren voor ieder fenomenologisch onderzoek. Met

¹ Henry, 1963.

² Henry, 1985.

behulp van zijn fenomenologie van de subjectiviteit wil ik de ervaring van depressie – die een Zelf-ervaring is – duiden. Dit Zelf waar we over komen te spreken is geen empirisch ‘ik’ of ‘ego’, dat onderwerp kan zijn van psychologisch onderzoek. De Zelf-ervaring waar ik in dit onderzoek over zal spreken gaat aan dit ‘ik’ vooraf, het is de essentie van het Zelf, zijn *Leven*.

Henry staat voluit in de fenomenologische traditie. Voor zover hij fenomenologie kritiseert, is dat een kritiek van binnenuit: de fenomenologie is bijvoorbeeld niet radicaal genoeg geweest in het doordenken van haar eigen grondslagen. Zodoende kan Henry worden beschouwd als een fenomenoloog die zijn eigen traditie langs haar eigen meetlat legt. Vanuit die kritische houding ten aanzien van de fenomenologie ontstaat bij Henry een heel ander denken over het Zijn (van het Zelf). Voor Henry is ontologie alleen mogelijk vanuit fenomenologie: dat wat is, is dat wat verschijnt. Zijn *is* zoals het verschijnt. Dat is het beginpunt van iedere fenomenologische ontologie. Dit betekent dat iets *is*, wanneer het *verschijnt*. De vraag naar het zijn van het Zelf is dus de vraag naar de verschijning van het Zelf, de ervaring van het Zelf. In zijn onderzoek naar een subjectieve ontologie keert Henry daarom steeds terug naar de vraag: hoe ervaren wij ons Zelf-zijn (door Henry ook wel ipseïteit (*ipseïté*) genoemd)? Ipseïteit, het Zelf, is zowel een ontologische als een fenomenologische term: het is het Zelf-zijn, maar ook de Zelf-ervaring. Henry gebruikt voor de fenomenologie van het Zelf verschillende termen, die ieder op een eigen manier uitdrukking geven aan hetzelfde fundamentele aspect van de subjectiviteit: verschijning, openbaring, ontvankelijkheid, gegevenheid.

De aantrekkingskracht van Henry's filosofie is de onophoudelijke nadruk die daarin wordt gelegd op de *realiteit* van het Zelf. Het Zelf krijgt *body*, om het populair uit te drukken, en dat vrij letterlijk: Henry schets een ontologie van de subjectiviteit die radicaal anti-dualistisch is: er is geen scheiding tussen een van iedere persoonlijkheid ontdane lichamelijke (*res extensa*) en een van iedere concreetheid ontdane geest (*res cogitans*), een dualisme dat op de spits wordt gedreven in de cartesiaanse filosofie, maar waarvan, volgens Henry, het gehele Westerse denken is doortrokken (ook de fenomenologie van bijvoorbeeld Sartre, waar het bewustzijn als ‘niet’ tegenover het Zijn is geplaatst). In plaats van dit dualisme is subjectiviteit volgens Henry door en door lichamelijk, en het lichaam door en door subjectief.³ Henry's oeuvre kan zodoende gelezen worden als een rehabilitatie van de subjectiviteit; en misschien is rehabilitatie niet het juiste woord, omdat de subjectiviteit in de gehele geschiedenis nooit echt recht is gedaan (op

³³ Voor het verband tussen het Zelf en het lichaam zie Henry, 1975 en 2015.

enkele glinsteringen na, korte oprispingen die snel onderdrukt werden). Het Zelf is bij Henry niet langer een vrij zwevend idee, maar een geleefde, ervaren werkelijkheid.

De rehabilitatie van de subjectiviteit kan maar op één manier slagen: wanneer er een subjectieve ontologie wordt ontwikkeld. Daarmee doelt Henry niet op een ontologie die ‘waar is voor mij’, waarmee het adjectief ‘subjectief’ doorgaans mee wordt geassocieerd. Dat zou ook absurd zijn, aangezien de subjectieve ontologie zoals Henry die doordenkt voor hem de functie heeft van eerste filosofie, een absolute grondslag voor ons denken. Een subjectieve ontologie is een ontologie waarin het Zijn van het subject recht wordt gedaan, waarin de ontologische beginselen van de subjectiviteit uiteen worden gezet en het Zelf niet onder een zijnsbegrip wordt geplaatst dat hem vreemd is (Dit is – in de lezing van Henry – het manco van Heideggers *Dasein*, dat onderworpen is aan de ek-statische fenomenaliteit en daarmee aan het Zijn van de wereld⁴). Juist omdat subjectiviteit een geheel eigen ontologie kent, is de Westerse filosofie nooit in staat geweest om de subjectiviteit echt te doorgronden. Het Zelf heeft zich altijd moeten schikken in een Zijnsbegrip dat vreemd is aan het Zelf, werd gedwongen te verschijnen in een aan het Zelf vreemde fenomenaliteit.

Henry brengt de fenomenologie naar een werkelijk verstaan van de subjectiviteit. Dit verstaan is geen intellectueel ‘bevatten van...’, maar een onmiddellijke ervaring. Dit essay is, in navolging daarvan, een poging ons denken over depressie terug te brengen tot waar het hoort: in de subjectiviteit. Depressie is allereerst geen intellectueel concept, maar een geleefde Zelf-ervaring. Als zodanig behoort het toe aan het ontologische veld dat Henry ‘absolute subjectiviteit’ noemt en het verschijnt met de daarbij behorende fenomenaliteit. In plaats van een empirische studie naar een bepaalde verstoring van de menselijke geest, is het onderzoek naar depressie zoals ik dat in dit essay onderneem, gegrond op Henry’s subjectieve ontologie, een onderzoek dat gebaseerd is op de absolute zekerheid van een fenomenologische ontologie. Vanuit de absolute zekerheid van de ervaring van het Zelf, waarin het Zelf gegeven is, kan depressie worden begrepen.

Zoals gezegd is fenomenologie wars van iedere vooronderstelling die niet begint bij de ervaring en hierdoor is Henry’s subjectieve ontologie gegrond in de ervaring. Als fenomenologie weerspreekt deze ontologie ieder plaatsing van een hypothetische entiteit ‘x’ achter onze ervaring, die verondersteld wordt die te veroorzaken en als zodanig als explicatief principe kan fungeren. De absolute grond van een fenomenologische ontologie kan niets anders zijn dan het

⁴ Voor een kritiek op Heidegger zie bijvoorbeeld Henry, 1985, pp. 87-123.

fenomeen zoals dat wordt ervaren. Het Zelf dat Henry presenteert is in die zin volkomen doorzichtig, zonder een onbewuste dat verborgen gaat achter de Zelf-ervaring. Henry volgt hierin de kritiek van Maine de Biran (een belangrijke inspiratiebron van Henry, vooral als het gaat om de lichamelijke van de mens) op het veronderstellen van een a priori, dat wat “geponeerd en gerealiseerd wordt ‘voorbij alle mogelijke observatie’, ‘in de regionen boven en voorbij alle ervaring’.”⁵ Deze scheiding tussen het Zelf die in de ervaring is gegeven en de ‘ware grond’ van het Zelf dat als een geest boven of achter deze ervaring zweeft, is voor Henry onaanvaardbaar. Tegenwoordig kennen we deze scheiding tussen ervaring en werkelijkheid in de psychoanalyse, waarin het bewuste verklaard wordt door het onbewuste, en in de naturalistische psychologie die al enkele jaren aan een opmars bezig is, waarin het zelfbewustzijn een epifenomeen is van materiële processen in het brein. Vanuit een fenomenologie van de subjectiviteit kan het veronderstellen van een transcendent ‘x’ (brein, onbewuste, etc.) achter onze ervaring niet serieus worden genomen. Het is gerechtvaardigd Henry hier uitgebreid te citeren:

“Zoals de nacht, die, in zijn rusteloosheid, onvermijdelijk streeft naar het daglicht, zo is de transcendent terminus die verondersteld wordt ons bewuste leven te verklaren niet alleen achter ons gesitueerd, het verschijnt ook voor ons zodat het niet langer een transcendent terminus ‘x’ is, maar deze ‘x’ lijkt zichzelf te bepalen (...) want het heeft nu een plek gevonden in de objectieve wereld. Het ‘fysiologische’, wanneer we beweren dat we het de grond van onze gedachten maken, is zodoende niets meer dan een grove realisatie van het nachtelijke transcendent, zijn onmiddellijke en naïeve incarnatie in een zichtbaar universum.”⁶

Het probleem van de veronderstelling van een transcendent ‘x’ die achter ons zelfbewustzijn schuilgaat, is dat deze ‘x’ voortdurend ontsnapt aan onze ervaring en dus een fenomenologische reductie niet overleeft. Wanneer het vervolgens toch ‘aan het licht’ komt als een object voor ons bewustzijn, is de verwarring compleet: datgene wat als verklaring dient voor het Zelf geeft zich bloot aan het Zelf dat het verklaart. Wat hier mist, volgens Henry, is het besef dat het Zelf datgene is wat in een onmiddellijke ervaring aan ons gegeven is. Wij voelen het, heel concreet, in de inspanning die wij leveren of de gevoelens die we ondergaan. Dát is het Zelf en daar moet niets meer achter worden gezocht. De erkenning van de concrete gewaarwording van het Zelf in onze onmiddellijke ervaring vraagt om een fenomenologische ontologie waarin de subjectiviteit als geleefde ervaring een eigen ontologische werkelijkheid is. De subjectiviteit

⁵ Henry, 1975, p. 27.

⁶ Ibid., p. 50.

vormt het materiaal van een eigen ontologisch veld, dat strikt onderscheiden moet worden van het Zijn in Heideggeriaanse zin. Pas in dat ontologische veld verkrijgt de mysterieuze ‘x’ fenomenologische materialiteit.

De aantrekkingskracht van Henry’s fenomenologie van de subjectiviteit ligt precies in de ontologische werkelijkheid die het subject als geleefde Zelf-ervaring verkrijgt. Henry geeft het subject een ontologische statuur en daarmee geeft hij de middelen om fenomenologie te bedrijven die nooit afstand neemt van de geleefde ervaring. Anders dan een fysiologische of psychoanalytische benadering van depressie wordt hier aan de subjectiviteit volledig recht gedaan: die wordt niet achtergelaten voor een mysterieuze verklarende entiteit ‘x’ die *uiteindelijk* de geleefde ervaring diskwalificeert als illusoir, of in ieder geval van een lagere orde dan de uiteindelijk geponeerde verklaring, of dat nu een onbewust proces is, of een materieel proces. Daarmee is ons denken over het Zelf rigoureus, ontdaan van iedere vorm van speculatie (onbewuste wensen of mysterieuze stofjes).

De fenomenologische ontologie van de subjectiviteit geeft bovendien toegang tot een subject dat een ontologische grond heeft die *onafhankelijk* van de wereld kan worden gedacht, in zichzelf. De fenomenologie van onder andere Husserl en Heidegger – en dit is dan ook de kritiek die Henry op die fenomenologie zal richten – put zich uit om te beschrijven hoe het Zelf is geconstitueerd als gericht op de wereld. Dat is de kern van het intentionele bewustzijn van Husserl en het ek-statische zijnsbegrip van Heidegger. Henry zal niet ontkennen dat het bewustzijn óók intentioneel is. De vraag die hij stelt is echter: heeft het subject als zodanig een ontologisch bestaansrecht? Is er in de traditionele fenomenologie een ontologie van de subjectiviteit te vinden? Die vraag beantwoordt hij ontkennend. Door de afwezigheid van een dergelijke ontologie blijft het bestaan van het Zelf in de fenomenologische traditie – die zich toch beroept op de ervaring van dat Zelf als grond van het denken – in mysterie gehuld. Hoe is het Zelf in de ervaring gegeven? Richt het zich in een intentionele beweging op zichzelf? Aanschouwt het Zelf zichzelf? Met andere woorden: is het subject in werkelijkheid een object? Dan blijft de vraag naar de oorsprong van de intentionaliteit bestaan. In afwezigheid van een ontologie van het subject kan het concrete Zijn van het subject niet gedacht worden. Opnieuw wordt er, in strijd met alle fenomenologische principes, een mysterieuze ‘x’ geponeerd die aan onze ervaring ten grondslag ligt maar niet ervaren wordt.⁷ Het Zelf mist ontologische realiteit. Een fenomenologie van depressie die hiervan uitgaat kan weliswaar waardevolle bijdragen

⁷ Zie hiervoor Henry’s essay *La Critique du Sujet*, in Henry, 2003b, p. 9-23.

leveren aan ons denken over de verstoorde verhouding van het Zelf met zijn omgeving (vanuit de intentionaliteit), maar kan niet veel zinnigs zeggen over de subjectiviteit, simpelweg omdat dit niet *meer* is dan zijn intentionele beweging, niets is in zichzelf.

Kortom, een doordenking van depressie die na de fenomenologische kritiek van Henry komt, richt zich allereerst op het Zelf zoals dat, voordat het zich in een intentionele beweging richt op dat wat buiten het Zelf is, zich bevindt binnen het subjectieve ontologische veld zoals dat door Henry is geschetst. Dit is niet een van de mogelijke benaderingen naast andere: het is de meest fundamentele omdat dit pre-intentionele Zelf voorafgaat aan iedere intentionaliteit. Als vanzelf is dan de doordenking van depressie die depressie binnen dit pre-intentionele ontologische veld plaatst, de meest fundamentele. Dit zal in de loop van dit essay duidelijk worden.

De nu voorliggende taak is te beschrijven hoe *in* de ervaring van depressie het Henriaanse Zelf wordt ervaren. Die beschrijving dient door en door fenomenologisch te zijn, dat wil zeggen, niet het Zelf als de oorsprong van de ervaring die zelf niet ervaren wordt, maar: het Zelf *in* de ervaring. Depressie is Zelf-ervaring. Gaandeweg zal duidelijk worden dat de Zelf-ervaring een ervaring van overvloed is, een immer doorgaande overstroming van Leven, een ondraaglijke overvloed van het affectieve. Ik zal verschillende invalshoeken kiezen om dit ‘te veel’, dat zich in depressie aandient als een ondraaglijke last, te ontdekken. Allereerst in drie modi van de Zelf-ervaring in depressie: vertwijfeling (het niet meer willen zijn van een Zelf), angst (de muur waarop het Zelf stuit in zijn vluchtpoging) en leegte (die desondanks opnieuw de overvloedigheid in het Zelf openbaart). Ieder van deze drie invalshoeken legt het Zelf bloot als fundamenteel machteloos, als *passio* (lijdend ondergaan). Die thematiek zal worden uitgewerkt aan de hand van Henry’s lezing van Nietzsche. Daarna zal ik aan de hand van de meest fundamentele fenomenologie van het Zelf doordringen tot het punt waar het diepste lijden (aan het ‘te veel’) om kan slaan in vreugde (in de overvloed). Deze denkbeweging (van de Zelf-ervaring in depressie naar de levensdynamiek van lijden en vreugde) zal ik tenslotte in het laatste hoofdstuk hernemen aan de hand van de drie motto’s boven dit essay. Leidraad in dit hele onderzoek is de ontdekking dat subjectiviteit geen leegte is, maar overvloedig Leven dat ondraaglijk kan zijn. Depressie is de ervaring van de mislukte vluchtpoging als reactie op de ervaring van die overvloed als een ‘te veel’.

Aangezien Henry’s Zelf het meest concrete Zelf is en Henry steeds opnieuw benadrukt dat dit Zelf binnen de geleefde ervaring gegeven is, zal ik hier dus niet beginnen met een theoretische beschrijving van het Zelf. Niet omdat dat per definitie niet mogelijk zou zijn, maar omdat een

omgekeerde methodiek simpelweg passender is bij deze fenomenologie – een fenomenologie die immers uitgaat van, en altijd weer terugkeert naar, het in de geleefde ervaring ontvangen Zelf. Ik begin daarom met het Zelf zoals dat in depressie wordt ervaren, de Zelf-ervaring zoals die in depressie gegeven is. Daarna zal ik stapje voor stapje toewerken naar een verdere uitwerking van deze Zelf-ervaring binnen de subjectieve ontologie van Henry, om uit te komen bij een inbedding van deze depressieve Zelf-ervaring in de absolute grondstructuur van de radicale subjectiviteit zoals die beschreven is door Henry. Zo zal de lezer gaandeweg vertrouwd raken met zowel Henry's fenomenologische ontologie van het Zelf, als ook met de Zelf-ervaring van depressie zoals die in het Leven gegeven is.

Het lezen van en schrijven over Henry is niet eenvoudig. Het gevaar van die moeilijkheid is dat we vergeten dat, aan het eind van de analyse, Henry steeds weer uitkomt bij dat wat het meest concreet is, dat wat het meest nabij is. Henry's hele project bestaat erin het Zelf te bevrijden uit een intellectualistische, afstandelijke opvatting van het Zelf. Het zou jammer zijn als Henry (en daarmee ook dit essay) de indruk wekt het Zelf opnieuw te willen vangen in allerlei vaag filosofisch jargon, alleen toegankelijk voor studeerkamergeleerden en te concluderen dat het Zelf niet meer is dan dat: een intellectualistische constructie. Daarom aan het begin van dit essay de oproep steeds in gedachten te houden dat de subjectieve ontologie een ontologie is die – eindelijk – recht doet aan het levende Zelf. Henry's Zelf staat met zijn voeten in de klei: het Zelf is door en door lichamenlijk. Het Henriaanse Zelf is van vlees en bloed, het voelt, het ademt, het *leeft*. Het is tijd dat de filosofie een filosofie van het geleefde leven wordt: een filosofie die alle stof van zich heeft afgeschud en zich onder de levenden begeeft.

Vertwijfeling: de openbaring van immanentie

Henry noemt depressie bij mijn weten slechts eenmaal in zijn filosofische oeuvre. De korte passage waarin hij dit doet zal het startpunt vormen van deze overdenking. In een artikel waarin hij de vraag naar het lijden stelt (getiteld *Souffrance et Vie*, ‘Lijden en Leven’) en beschrijft hoe dat een plaats vindt in zijn fenomenologie van de subjectiviteit, lijkt hij aan depressie een geprivilegieerde plek toe te kennen binnen het geheel van ervaringen die onder de noemer Zelf-ervaring geplaatst kunnen worden.⁸ Depressie ontstaat in het “oorspronkelijke [*primitive*] spel van vreugde en lijden,”⁹ een spel dat Henry voortdurend associeert met de Zelf-ervaring. Met andere woorden: de ervaring van depressie vindt in de meest oorspronkelijke Zelf-ervaring plaats. De meest extreme vorm van depressie, zo stelt Henry, staat bekend onder de noemer ‘vertwijfeling’ (*désespoir*). Hoewel de ‘mildere’ vormen van depressie misschien niet direct zo worden gecategoriseerd, toont deze ‘piekervaring’ van depressie aan dat alle vormen van depressie hiernaar teruggevoerd kunnen worden.

Op dit punt in het artikel verwijst Henry naar de beroemde analyse van vertwijfeling die Søren Kierkegaard geeft in zijn boek *De Ziekte tot de Dood*.¹⁰ Henry heeft dit boek eerder al uitvoerig besproken in *L'Essence de la Manifestation*, waarin hij de grondbeginselen van zijn fenomenologische project uiteenzet, grondbeginselen die hij in later werk weliswaar zal uitdiepen en verfijnen, maar die wel blijven staan.¹¹ De analyse van vertwijfeling aan de hand van Kierkegaard vormt het slotstuk van dit boek (buiten een appendix over Hegel). In het vroege werk van Henry is vertwijfeling reeds een ervaring waarin het Zelf op een intense manier wordt ervaren. In het licht hiervan is het minder opmerkelijk dat hij – hoewel in een korte verwijzing – depressie (die dus in de grond vertwijfeling is) duidt als een fundamentele Zelf-ervaring.

Het is nu zaak vertwijfeling de juiste plaats te geven: in het Zelf. In de inleiding beschreef ik al kort hoe Henry probeert te ontdekken of er een pre-intentioneel Zelf is, een Zelf dat voorafgaat aan iedere intentionele beweging, een Zelf dat dus ook niet als object aan het intentionele bewustzijn gegeven is. Dit betekent dat Henry, wanneer hij spreekt over vertwijfeling als een ervaring die gegeven is in het Zelf, spreekt over wat we een non-intentionele ervaring van het pre-intentionele Zelf zouden kunnen noemen, dat wil zeggen een ervaring waarin het Zelf zich niet ‘richt op...’, maar een Zelf-ervaring waarin het Zelf volledig samenvalt met hetgeen dat

⁸ Henry 2003a, p. 143-156.

⁹ *Ibid.*, p. 152.

¹⁰ Kierkegaard, 2010.

¹¹ Henry, 1963.

ervaren wordt (ditzelfde Zelf). Als ervaring binnen de ontologische structuur van de subjectiviteit (die gebaseerd is op een non-intentionele fenomenaliteit) is depressie, als vertwijfeling, een Zelf-ervaring. Dat beaamt Henry: “[Vertwijfeling] kan niet begrepen worden, kan niet in zijn interne mogelijkheid gegrepen worden, tenzij het zichzelf gegrepen en gesitueerd vindt in het Zelf.”¹²

Maar waarom is vertwijfeling een non-intentionele Zelf-ervaring? Waarom kan vertwijfeling niet begrepen worden als een toestand van het intentionele bewustzijn? Waarom kan er niet gezegd worden dat het Zelf vertwijfeld is over noema ‘x’ waarop het zich intentioneel richt, zonder dat met deze aanduiding de ervaring van vertwijfeling onrecht wordt aangedaan? De onmogelijkheid hiervan is volgens Henry de kern van de scherpzinnige analyse van Kierkegaard. Die noemt verschillende gevallen waarin het inderdaad lijkt alsof iemand ‘vertwijfeld is over...’, dus: alsof vertwijfeling een intentionele ervaring is. Toch is dit volgens Kierkegaard niet waar het in vertwijfeling werkelijk om gaat. Zuiver beschouwd betreft vertwijfeling het Zelf dat vertwijfelt. Vertwijfeling is dus een ervaring die zich bevindt in het pre-intentionele Zelf waar Henry steeds over spreekt. Sterker nog: de opvatting dat vertwijfeling niet het Zelf betreft, maar betrekking heeft op een object buiten dat Zelf, is niets anders dan een teken dat het Zelf vertwijfelt aangaande zichzelf.

Kierkegaard haalt hier als voorbeeld de uitspraak ‘of Caesar, of niets’ aan, die betekent: ‘of ik bereik mijn doel, of alles is verloren’. Stel dat degene die deze uitspraak doet, geen Caesar wordt. Hij ervaart als gevolg hiervan een diepe vertwijfeling. Een hedendaagse variant hierop is iemand die, door wat voor reden dan ook, zijn carrière de mist in ziet gaan en in een diepe depressie belandt. Op het eerste gezicht lijkt het alsof de vertwijfeling betrekking heeft op de directe aanleiding, namelijk datgene wat werd nagestreefd, maar niet is behaald. Kierkegaard doet deze opvatting (die vaak de opvatting is van degene die vertwijfelt) af als een misvatting. De daadwerkelijke vertwijfeling betreft het Zelf: “[H]et betekent dat hij, juist omdat hij geen Caesar werd, het niet langer kan uithouden zichzelf te zijn.”¹³ Met andere woorden: de vertwijfeling betreft niet een externe zaak (het niet behaalde doel, ‘Caesar worden’) maar het Zelf dat geen Caesar kon worden (of geen carrière kon maken). Kierkegaard concludeert dat de vertwijfeling niet is weggenomen op het moment dat het doel wel behaald zou zijn. Het simpele feit dat het Zelf vertwijfeling ervaart op het moment dat het doel niet wordt behaald, toont aan dat de vertwijfeling dieper gaat dan de externe oorzaak. De heerser die geen Caesar werd,

¹² Ibid., p. 851.

¹³ Kierkegaard, 2010, p. 31.

vertwijfelt over zichzelf: “[W]at voor hem onverdraaglijk is, is dat hij niet van zichzelf af kan raken.”¹⁴

Zo plaatst de analyse van Kierkegaard vertwijfeling volledig in het pre-intentionele Zelf. Michel Henry wijst op de woordkeuze van Kierkegaard in dit verband, namelijk dat de vertwijfeling zich ‘achter zijn rug afspeelt’, op het moment dat hij druk doende is te wijzen op de externe oorzaak. De uitdrukking ‘achter zijn rug’ associëren we met iets dat zich buiten onze blik afspeelt. Fenomenologisch wil dit zeggen: er gebeurt iets, met het Zelf, dat zich niet wil blootgeven aan de intentionele blik. Bovendien is dit geen toeval, alsof het nu aan de blik is ontsnapt, maar anders wel aanschouwd zou kunnen worden. De kern van vertwijfeling is nu juist dat iedere externe oorzaak die we kunnen verzinnen een schijnoorzaak is. Vertwijfeling is daarom per definitie niet te vangen in de intentionele blik. Het gaat om een Zelf dat in de ervaring van vertwijfeling stilgezet wordt bij zijn eigen pre-intentionele bestaan. Vertwijfeling gaat aan de intentionaliteit vooraf, “dit wil zeggen in de radicaal immanente sfeer die men zich nooit voor kan stellen, in zichzelf, in zijn Zelf.”¹⁵ Dit ‘voorstellen’ moet fenomenologisch opgevat worden, namelijk als dat wat voor-gesteld zich blootgeeft aan de intentionele blik. De plaatsing van depressie binnen de Zelf-ervaring, die alleen gedacht kan worden binnen een fenomenologie die ruimte maakt voor een non-intentionele Zelf-ervaring, houdt in dat een doordenking van de ervaring van depressie die blijft hangen in de intentionaliteit zijn beperkingen kent. In zekere zin volgt die analyse de beweging van de man die staat te wijzen naar de oorzaak van vertwijfeling, datgene wat zich achter zijn rug afspeelt missend.

Vertwijfeling speelt zich dus af in de ontologische structuur van de subjectiviteit, door Henry aangeduid als een ‘radicaal immanente sfeer’. Hij plaatst immanentie tegenover transcendentie, dat is: het bewustzijn dat transcendeert, dat intentioneel gericht is op iets dat zich buiten het Zelf bevindt. Ik citeerde Kierkegaard al, die schreef dat de vertwijfeling de ondraaglijkheid is dat het Zelf (zijn mislukking kennende), niet van zichzelf af kan komen. Dit ‘niet van zichzelf af kunnen komen’ zegt iets fundamenteels over het Zelf dat gegeven is in het veld van de subjectieve ontologie. Henry noemt dit niet-kunnen, waarin het Zelf stuit op een onmogelijkheid, “oorspronkelijke ontologische passiviteit”.¹⁶ Het is niet toevallig dat Henry hier spreekt over ‘oorspronkelijk’ en ‘ontologisch’. Er is hier sprake van een wezenlijk kenmerk

¹⁴ Ibid., p. 31-32.

¹⁵ Henry, 1963, p. 852.

¹⁶ Ibid., p. 852.

van de subjectiviteit. Het Zelf is passief (zonder dat het een keuze heeft) aan zichzelf verbonden. Die verbondenheid is een wezenskenmerk van het Zelf. Vertwijfeling is alleen maar mogelijk in het ontologische veld van de subjectiviteit, gekenmerkt door afwezigheid van intentionaliteit (immanentie) en een ‘ontologische passiviteit’. Deze thematiek zal verderop uitgewerkt worden aan de hand van Henry’s lezing van Nietzsche.

De mogelijkheid om depressie te ervaren is gegeven in de ontologische structuur van het Zelf, wanneer we de fenomenologie van Henry volgen. Dit kan met absolute zekerheid afgeleid worden uit het feit dat de passiviteit van het Zelf een ontologisch gegeven is. Maar betekent dit dan ook dat ieder mens depressie ervaart? Dit is een te snelle conclusie. Het eerste bezwaar: hoewel depressie ‘in de kern’ vertwijfeling is, wil dit nog niet zeggen dat iedereen die in een staat van vertwijfeling verkeert, depressief is. Kierkegaard is ervan overtuigd dat het overgrote deel van de mensheid in enige mate vertwijfeld is. Het feit dat nog altijd maar een klein deel van de mensen de diagnose ‘depressie’ heeft ontvangen of in ieder geval symptomen hiervan vertoont, wil zeggen dat vertwijfeling zich op andere manieren kan uiten.¹⁷

Het tweede bezwaar tegen deze conclusie is dat de passiviteit waardoor de in de immanentie gegeven Zelf-ervaring is gekenmerkt, als zodanig niet vertwijfeling is. Zou dat zo zijn, dan zou iedereen *onvermijdelijk* vertwijfeld zijn, een conclusie die Kierkegaard nimmer zou trekken. Vertwijfeling ontstaat wanneer het Zelf tegen die passiviteit ingaat door niet meer zichzelf te willen zijn, zoals getoond in het voorbeeld van de heerser die zegt: ‘Of Caesar, of niets.’ Dit ‘niets’ slaat niet alleen op de afwezigheid van bevredigende alternatieven, maar, in een diepere zin, op het verlangen om, in geval van mislukking, tot een ‘niets’ te worden, het Zelf letterlijk te vernietigen. Henry brengt dit verlangen, in het spoor van Kierkegaard, terug tot de ontologische kern door het te verbinden met de ontologische passiviteit waar hij eerder over sprak: “In de structuur van zijn lijden ontspringt en ontwikkelt een verlangen, (...) het verlangen zich te vernietigen.”¹⁸ Het verzet van het Zelf is in laatste instantie niet gericht tegen de staat waar hij op dat moment in verkeert (die zomaar ook anders zou kunnen zijn), maar tegen de ontologische structuur waarin het Zelf gegeven is. Het is een verzet tegen de passiviteit die het

¹⁷ Hoewel hierbij ook opgemerkt dient te worden dat de strikte scheiding tussen wel en niet depressief kunstmatig is, en dat het nog altijd zeer moeilijk is de vinger te leggen op wat nu precies bedoeld is met ‘depressie’. Dat DSM-V de illusie wekt dat depressie gediagnosticeerd kan worden door een lijstje af te vinken is tekenend voor de oppervlakkige benadering die in DSM-V wordt beschreven.

¹⁸ Ibid., p. 852.

hem onmogelijk maakt niet zichzelf te zijn. Voorafgaand aan iedere keuze is het Zelf al gegeven.

Het Zelf is uit op zelfvernietiging, maar dat is nu juist wat ontologisch onmogelijk is. De immanentie van het Zelf belemmert dit. Immanentie is, zoals hierboven besproken, de afwezigheid van iedere fenomenologische afstand. Het staat tegenover transcendentie, de fenomenologische afstand als zodanig. Deze afstand maakt het mogelijk dat het Zelf zich intentioneel verhoudt tot een object (datgene wat geobjectiveerd, letterlijk voor-geplaatst is). Vertwijfeling is dat het Zelf niet langer met zichzelf wil samenvallen: het kan het niet meer uithouden met zichzelf. Met andere woorden: het wil op een afstand komen van zichzelf. Dat schrijft ook Henry wanneer hij vertwijfeling definieert als “het voornemen (...) tussen het Zelf en zichzelf deze minimale afstand tot stand te brengen, waardoor het zich van zichzelf kan ontdoen en zich niet meer druk hoeft te maken over zijn eigen Leven, het op zijn minst in een onschadelijke, afstandelijke onderdrukking kan houden.”¹⁹ Vertwijfeling is het onmogelijke verlangen te breken met de immanentie (de afwezigheid van afstand) die de subjectieve ontologie, waarin het Zelf bestaat, tekent. Vertwijfeling is de ervaring van het niet-kunnen als zodanig. Het is het ervaren van de onmacht die voortkomt uit wat Henry de ‘oorspronkelijke ontologische passiviteit’ noemt. Dit zag ook Kierkegaard, die deze ontologische noodzakelijkheid niet vatte in fenomenologische begrippen, maar in termen van leven en dood. Hij schrijft: “Als het gevaar zo groot is geworden dat de dood tot hoop is geworden, dan is vertwijfeling de wanhoop dat je zelfs niet kunt sterven.”²⁰

In een hierboven geciteerde tekst sprak Henry over het Leven van het Zelf. Voortdurend duidt Henry de Zelfervaring aan als Leven. Waarom spreekt hij over Leven? Omdat dit is waarom het Zelf een Zelf is, waarom het levend is. Doordat het Zelf gegeven en ontvangen is in een fenomenaliteit die anders dan de fenomenaliteit van de in de wereld gegeven objecten, is het Zelf een levend Zelf, niet een dood object. Wanneer Kierkegaard dus spreekt in termen van leven en dood, dan kan Henry niet anders dan concluderen dat Kierkegaard hier spreekt over het levende Zelf waar hij ook over spreekt. Het ‘niet kunnen sterven’ in bovenstaand citaat heeft niets te maken met de onmogelijkheid het ‘leven’ in biologische zin te beëindigen. Zelfdoding is een mogelijkheid, maar het is niet de oplossing voor het probleem dat Kierkegaard vertwijfeling noemt. Kierkegaard spreekt hier over het sterven van het Zelf. Dat is: het

¹⁹ Ibid., p. 855.

²⁰ Kierkegaard, 2010, p. 30.

doorbreken van de band die het Zelf aan zichzelf verbindt (een band die volledig immanent is, omdat het Zelf hierin met zichzelf samenvalt). Vertwijfeling is de wanhoop die band niet te kunnen breken en niet te kunnen ontsnappen aan het ‘te veel’ van het Leven. Het gevaar waar Kierkegaard over spreekt is het bestaan van die band. Het Zelf is zichzelf tot gevaar geworden, juist omdat het een Zelf is gegeven in het ontologische veld zoals dat hierboven omschreven is: immanent en passief.

Dat het Zelf zich tegen zichzelf keert, maakt de vertwijfeling tot een gevaarlijke ziekte. De ziekte tot de dood, zoals Kierkegaard vertwijfeling noemt, is vele malen ernstiger dan een lichamelijke ziekte die in het ergste geval uitloopt op de lichamelijke dood. Dit is niet de dood waar Kierkegaard over spreekt. Hij spreekt over een geestelijke dood. De benaming ‘ziekte tot de dood’ is een verwijzing naar het elfde hoofdstuk van het Johannesevangelie. Hier wordt verteld hoe Jezus aankomt bij het graf van een overleden vriend, Lazarus. Ondanks het feit dat er geen twijfel over kan bestaan dat Lazarus lichamelijk dood is, stelt Jezus zijn leerlingen gerust met de woorden: “Deze ziekte is niet tot de dood.”²¹ Deze woorden zetten Kierkegaard aan het denken: als een ziekte die tot de lichamelijk dood leidt niet ‘tot de dood’ is, wat is dan wel een ziekte ‘tot de dood’ en waarin bestaat dan deze ‘dood’, een dood waarbij vergeleken de lichamelijke dood niet daadwerkelijk ‘dood’ is? Kierkegaard stelt dat we de dood hier ‘christelijk’ moeten verstaan: “Christelijk verstaan is dus zelfs de dood niet ‘de ziekte tot de dood’.”²² Die ziekte is “het schrikbarende dat de christen leerde kennen.”²³ Deze ziekte is niet een bedreiging alleen voor het tijdelijke. In deze ziekte staat de eeuwigheid van de mens op het spel.

Op dit punt haakt Henry aan op de woorden van Kierkegaard. Wat wil dat zeggen, ‘de eeuwigheid van de mens’? Wat is dan ‘het eeuwige’? Het eeuwige staat tegenover het tijdelijke, tegenover dat wat in de tijd is gegeven. Henry identificeert de tijd als zodanig met de fenomenaliteit van de wereld. Dat is: dat wat gegeven is in de fenomenologische afstand van de objectivering. Tijd is ek-stase, het ‘voor-gestelde’ als zodanig zoals Heidegger het beschrijft in *Sein und Zeit*.²⁴ Zoals ‘tijd’ de aanduiding is voor de fenomenaliteit van de wereld (het geobjectiveerde), zo duidt ook ‘eeuwigheid’ een fenomenaliteit aan. Eeuwigheid is de fenomenaliteit van het Zelf: immanentie. Daarom concludeert Henry: “De interne structuur van

²¹ Johannes 11:4, NBV.

²² Kierkegaard, 2010, p. 20.

²³ Kierkegaard, 2010, p. 21.

²⁴ Heidegger, 2006.

de immanentie, de absolute eenheid die het ontsluit en constitueert, noemt Kierkegaard de eeuwigheid.”²⁵ Vertwijfeling is eeuwig omdat het zich afspeelt in de immanentie van het Leven. Eeuwigheid is Leven. Vertwijfeling is eeuwig, omdat het een toestand is van het Zelf. Fenomenologisch gezien is eeuwig: immanent, zonder fenomenologische afstand, “de uitsluiting van tijd en transcendentie.”²⁶ Vertwijfeling is een verzet tegen de fenomenologische en ontologische structuur van het Zelf. Die structuur is Leven. Daaruit volgt dat vertwijfeling een verzet is tegen het Leven, en dus ‘tot de dood’.

Dat verzet, leidt dat ergens toe? Uiteindelijk niet, omdat de band waarmee het Zelf aan zichzelf gebonden is een ontologisch gegeven is. Het Zelf kan niet – al was het maar voor even – een afstand creëren tot zichzelf. Aangezien het vertwijfelde Zelf zichzelf een marteling is, is dit de grote tragiek van de vertwijfeling. Het Leven is niet te beëindigen. Zelfs in de ervaring van vertwijfeling spreekt het Leven. Als alles in depressie uit lijkt te lopen op de dood, dan nog ervaart het Zelf zichzelf als een levende. Dus kan Henry concluderen: “Vertwijfeling draagt het Leven in zich, eeuwigheid, de stervenswens is niet de dood, maar een vorm van Leven.”²⁷ Het streven naar beëindiging van het Leven vindt nooit zijn doel. Vertwijfeling is een onophoudelijke kwelling. De oneindigheid van de kwelling openbaart de eeuwigheid van het Leven. Het Zelf “zet iets onverwoestbaars in brand.”²⁸

De kern van vertwijfeling en depressie is dat het Zelf zichzelf niet kan verdragen, maar ook niet los kan komen. Ergernis aan een extern object of de omstandigheden van het bestaan kan beëindigd worden. Terug naar ons voorbeeld: de oorspronkelijke carrièreplannen worden herzien, nieuwe kansen doen zich voor. De oorzaak van vertwijfeling lijkt weggenomen. Toch blijft het knagende gevoel. Waarom? Omdat veranderde omstandigheden het probleem niet oplossen: het Zelf is er nog steeds. In depressie dringt die ervaring van ‘niet kunnen uithouden, maar ook niet kunnen ontlopen’ zich naar de voorgrond. Het gaat alles overheersen. Het is de weigering om “te zijn en te bestaan in de onbreekbare eenheid van zijn aan-zichzelf-gegeven-zijn, als een vorm van het eeuwige en absolute Leven.”²⁹

²⁵ Henry, 1963, p. 854.

²⁶ Ibid., p. 854.

²⁷ Ibid., p. 854.

²⁸ Ibid., p. 857.

²⁹ Ibid., p. 855.

Depressie is een botsing van twee ontologische structuren, twee fenomenaliteiten: immanentie en transcendentie. Het Zelf dat niet kan aanvaarden dat het immanent (dus, zonder afstand) gegeven is, zoekt zijn heil in transcendentie. Wat gaat het doen? Het gaat zichzelf tot object maken. Immers, als dit slaagt, ontstaat er een afstand. De poging is tevergeefs, want het Zelf is nu juist datgene wat niet geobjectiveerd kan worden. Het Zelf kan niet naar iets wijzen en zeggen: ‘dat ben ik.’ Henry is hier duidelijk over: “Reflectie, reflectie van het leven op zichzelf, wil objectiveren wat niet geobjectiveerd kan worden.”³⁰ Er is een waaier van manieren waarop deze objectivering wordt nagestreefd: “Kennis is een vorm van vertwijfeling en, op eenzelfde manier, zelfkennis, verscheidene vormen van ironie en humor, alle bepalingen waarin het leven zich tot zichzelf wil verhouden anders dan zich over te geven aan zijn eigenlijke essentie, dat is aan God.”³¹ Het moderne fenomeen om ‘jezelf te ontdekken’ kan als een vorm van vertwijfeling bestempeld worden: alsof het Zelf iets is wat zich ‘ergens daarbuiten’ bevindt, wachtend om gezien te worden – ook dat is weglopen van het Zelf dat er altijd al is en zich onophoudelijk opdringt. Het Zelf is er altijd al. Op eenzelfde manier kan het Zelf zich vasthouden aan een beeld dat het heeft van zijn vroegere Zelf, zijn toekomstige Zelf, of een geïdealiseerd Zelf. Ieder van deze vormen is een afwijzing van het Zelf dat hij is. Dit vasthouden aan een Zelf dat er niet is, komt vaak voor in depressie. Depressie is de op de spits gedreven vertwijfeling. In enige mate is bijna iedereen vertwijfeld, zoekt iedereen manieren om aan zichzelf te ontkomen: alcohol, drugs of gewoon iedere avond tv kijken. De meeste mensen verkeren in de illusie dat aan het Zelf te ontkomen is. In depressie ervaart het Zelf dat iedere poging te ontsnappen bij voorbaat gedoemd is te mislukken.

Depressie is de ultieme desillusie. Dat kan ook bevrijdend zijn. De nacht is het meest duister als de morgen op het punt staat aan te breken. De ervaring van mislukking kan het begin zijn van de realisatie dat een andere weg moet worden ingeslagen. Daarom is het onjuist depressie zonder meer als ‘ziekte’ te beschouwen. Dat zou betekenen dat het een toestand is die te allen tijde vermeden moet worden en, als het zover is, zo snel mogelijk beëindigd moet worden. De ervaring van depressie is tegelijkertijd de ervaring van het Zelf zoals dat gegeven is in een subjectieve ontologie. Met andere woorden: de ervaring van depressie is tegelijkertijd een ervaring van wat het Zelf daadwerkelijk is, van wat Henry Leven noemt. In depressie schudt het Zelf alle illusies af, om uiteindelijk te ervaren wat het is: een ontologisch passief Zelf dat immanent verschijnt en nooit geobjectiveerd kan worden: “Hoe groter de nood (...) hoe heviger

³⁰ Ibid., p. 855.

³¹ Ibid., p. 855.

en sterker ook de ervaring van zijn vastgemaakt zijn aan zichzelf, (...) de ervaring van zijn aanwezig-gegeven-zijn en de essentie van het Leven in hem.”³² In de ervaring van depressie ervaart het Zelf dat het diep vanbinnen overstroomt van Leven. Het Leven is altijd aanwezig. De onafgebroken aanwezigheid van het Leven in de absolute Zelf-ervaring noemt Henry ‘Parousia’, het Griekse woord voor aanwezigheid. Hij spreekt van “de overdaad van de Parousia” wanneer het vertwijfelde Zelf zijn absolute grond ervaart.³³ Depressie is het voelen van het woelende Leven waarin het Zelf is gegeven.

Als depressie een ervaring is waarin de Zelf-ervaring tot een hoogtepunt komt, is het onjuist Depressie alleen maar als probleem aan te duiden. Het betekent dat het Leven als probleem wordt gezien. Hier spreekt een afkeer van het Leven, zodat het beeld dat wordt gecreëerd van depressie bijdraagt aan de voortzetting van depressie. Het Leven is niet onderhevig aan waardeoordelen. Leven onttrekt zich aan iedere moraal die een externe standaard oplegt aan het Leven. Volledig immanent is Leven zijn eigen standaard. Henry schrijft: “Leven is zonder waarom. En dat is omdat het in zich geen ‘buiten’ tolereert waarin het zich zou moeten tonen om te zijn wat het is – waaraan het zou moeten vragen waarom het is wat het is, waarom, met welk doel, het Leven is. (...) Als het Leven zonder waarom is (...) is het om (...) het feit dat het zichzelf beproeft, en de vreugde van deze ervaring dat het genieten is van zichzelf en dat het vertelt dat het goed is.”³⁴ Henry vindt in Kierkegaards analyse de absolute waarde van het Leven bevestigd. Vertwijfeling, als Zelfervaring in het Leven, ontleent daaraan zijn waarde. Het voordeel dat de mens heeft op het dier is dat de mens vertwijfeld kan zijn. “Vertwijfeling is namelijk, juist omdat ze volstrekt dialectisch is, de ziekte waarvan geldt dat het grootste ongeluk er juist in bestaat ze nooit te hebben gehad – en een waar godsgeschenk ze te krijgen, zelfs al is ze de allergevaarlijkste ziekte wanneer je er niet van wil genezen.”³⁵

Kierkegaard ontkent geenszins de benarde staat waarin het Zelf verstrikt is wanneer het vertwijfeld is. Er staat inderdaad iets eeuwigs in brand. Daarom is vertwijfeling zowel een ‘waar godsgeschenk’ als de ‘allergevaarlijkste ziekte’. Een waar godsgeschenk, omdat het Leven zich openbaart. De allergevaarlijkste ziekte, omdat het Zelf probeert aan het Leven te ontkomen. In de moderne tijd is de nadruk komen liggen op het laatste aspect, depressie als de allergevaarlijkste ziekte. Het doel van de behandeling is om mensen weer ‘mee te laten draaien’

³² Ibid., p. 857.

³³ Ibid., p. 857.

³⁴ Henry, 2015, p. 224.

³⁵ Kierkegaard, 2010, p. 39.

door therapie en medicatie. De gedachte hierachter is dat depressie ‘normaal’ functioneren in de weg staat. Het is in dit discours niet voor te stellen dat depressie als ‘godsgeschenk’ zou worden beschouwd. Toenmalig minister van Volksgezondheid Edith Schippers riep in 2016 op om het taboe op depressie te doorbreken.³⁶ Zij argumenteerde dat depressie ‘gewoon’ een ziekte is en “we schamen ons toch ook niet voor een hernia.” Dit alles om vroeg te signaleren, want “hoe sneller we erbij zijn, hoe beter het is te behandelen en hoe sneller mensen weer kunnen meedoen.” Depressie is, net als andere ziekten, een hinderlijke onderbreking van het gewone leven.

Als ervaring van de confrontatie met de ontologische structuur van de subjectiviteit is depressie echter wezenlijk verschillend van andere ziekten, zoals een hernia. Dat is ook de reden dat er nog zoveel schaamte is. Depressie heeft betrekking op ons diepste Zelf en het Leven waarin het gegeven is. Dit onderscheid duikt ook op in de taal. We *hebben* een hernia, maar we *zijn* depressief. Het is relatief eenvoudig jezelf voor te stellen met een gezond lichaam zonder hernia. Het is nagenoeg onmogelijk jezelf voor te stellen zonder depressie. Depressie is de ervaring van een vertwijfeld Zelf. Dit betekent dat depressie om een andere benadering vraagt dan andere ziekten. Een tumor wordt verwijderd, het is een vijandige indringer. Depressie is geen vijandige indringer: het is de ervaring van het levende Zelf dat het van zichzelf af wil, maar dat niet kan.

Voordat ik dieper inga op de invloed die dit heeft op het omgaan met depressie, zal nu eerst een pas op de plaats worden gemaakt. De aandacht verschuift naar twee hele concrete ervaringen die kenmerkend zijn voor depressie: ten eerste angst, ten tweede leegte. Hoe passen die in de hierboven geschetste structuur van het Zelf zoals dat zich openbaart in de weigering die is aangeduid als vertwijfeling? Is er ook in angst en leegte sprake van een ‘botsing’ met het Leven? Zijn dit ervaringen die horen bij de poging los te komen van het Zelf?

³⁶ <https://www.rijksoverheid.nl/actueel/nieuws/2016/01/25/schippers-onderzoek-naar-depressiviteit-jongevrouwen-en-tieners>

Angst: de openbaring van het affectieve

Vertwijfeling of depressie is geen abstractie, zoals ook Leven geen abstractie is. Het wordt gevoeld. Dit is cruciaal, omdat het betekent dat er een absolute fenomenologische grond is. De analyse kan worden teruggebracht tot een niet verder te reduceren ervaring. Leven is geen transcendent 'x' dat verondersteld wordt aan de ervaring ten grondslag te liggen. Het is immanent, gevoeld. Leven openbaart zich als 'affect'. Affectiviteit kenmerkt Leven (samen met immanentie). Affectiviteit is een 'geraakt zijn'. Het levende Zelf kan geraakt worden: het *voelt*. Eenzelfde wars zijn van abstracties waardeert Henry in de psychoanalyse: "De originaliteit van de psychoanalyse is de weigering van iedere speculatieve, conceptuele benadering van het onbewuste."³⁷ De onbetwistbaarheid van het analytische materiaal ligt in het feit dat het verschijnt – dat het een ervaring is en geen speculatieve entiteit.

Angst is een van de belangrijkste affecten in een depressie. Maar waarom ervaart een vertwijfeld mens (depressie is immers vertwijfeling) angst? En wat is angst eigenlijk? In de moderne filosofie is angst een belangrijk thema. Kierkegaard was de eerste die angst uitvoerig besprak en een belangrijke plaats toedichtte, gevolgd door onder meer Heidegger. Zowel Kierkegaard als Heidegger beschouwden angst als een fundamentele ervaring. Angst legt iets wezenlijks in de mens bloot. Bij Kierkegaard de vrijheid en het staan voor een keuze, bij Heidegger het *Dasein* dat teruggeworpen is op zichzelf als *In-der-Welt-sein*. Henry spreekt over angst in verband met de psychoanalyse.³⁸ In *Généalogie de la Psychanalyse* zoekt hij naar de wortels van deze stroming in de Westerse filosofie vanaf Descartes. Wanneer hij uiteindelijk bij Freud aankomt, is angst een van de hoofdthema's, gekoppeld aan verdringing.

De afwijzing van het Zelf, in het vorige hoofdstuk uitgebreid besproken, vindt Henry ook terug bij Freud wanneer die het heeft over verdringing. In de lezing die Henry geeft van Freud zijn angst en verdringing nauw met elkaar verbonden. Daarvoor moet hij wel eerst de verschillende betekenissen die Freud geeft aan verdringing van elkaar ontwarren. Hij doet dit door het onbewuste aan een ontologische analyse onderwerpen. Dat betekent: het onbewuste is niet datgene waarvan wij ons niet bewust zijn (de inhoud van het onbewuste, bijvoorbeeld een bepaalde herinnering), maar het onbewust-zijn als zodanig. Henry volgt hier zijn radicale

³⁷ Henry, 1985, p. 343.

³⁸ Hij spreekt ook over angst in *Incarnation*, waar hij, geïnspireerd door Kierkegaard, angst in verband brengt met lichamelijke en seksuele differentie.

fenomenologie: het gaat uiteindelijk niet om de fenomenen zelf, maar om fenomenaliteit: het verschijnen van het verschijnen – de ‘zuivere verschijning’, het ‘hoe’ van het verschijnen.

Deze ontologische analyse legt twee betekenissen bloot die Freud geeft aan het begrip ‘onbewust’ en daarmee twee betekenissen van het begrip ‘verdringing’. Verdringing is immers de verplaatsing van het bewuste naar het onbewuste. Deze twee betekenissen hangen nauw samen met het onderscheid dat Henry maakt tussen het transcendente en het immanente. Dat onderscheid is hierboven uitgelegd: transcendentie veronderstelt een fenomenologische afstand, immanentie is de afwezigheid hiervan, de ‘onmiddellijke’ ervaring van het Zelf.

De eerste betekenis van onbewust houdt verband met transcendentie en is dus: datgene wat buiten het blikveld van het transcendente bewustzijn valt. Het is een gegeven dat het blikveld van ons bewustzijn beperkt is: herinneringen vervagen, gedachten dwalen af, geluiden verstommen en zijn voorgoed verdwenen. Het onbewuste is alles waar wij onze intentionele blik niet op richten: “Onbewust is dat wat gelegen is buiten het veld dat door verschijning wordt geopend en door zijn fenomenaliteit is omgeven.”³⁹ In deze zin van het woord is het onbewuste een poging te verklaren waarom bijvoorbeeld herinneringen kunnen verdwijnen en dan ineens weer terug kunnen komen. Dit is inherent aan de transcendente fenomenaliteit. Het is een ‘representatief onbewuste’.

De tweede betekenis van het begrip onbewust, verband houdend met immanentie, is veel fundamenteeler. Het onbewuste heeft, zo argumenteert Henry, niet slechts een negatieve betekenis, als ‘dat wat niet gevangen is in de intentionele blik van het bewustzijn’. Hij ziet dat het bij Freud ook een positieve betekenis krijgt. In die betekenis is het onbewuste niets anders dan Leven: “Het onbewuste is de naam van Leven.”⁴⁰ Het onbewuste is het affectieve als zodanig, dat aan de grondslag ligt van de voorstellingen die het bewustzijn maakt. Freud zelf heeft deze twee betekenissen van het onbewuste nooit op een fundamenteel, dat is ontologisch, niveau weten te onderscheiden. Hierdoor raakt Freud al snel verstrikt in contradicties die Henry feilloos weet aan te wijzen. Enerzijds is, volgens Freud, het affect de basis van het onbewuste. Anderzijds kan een affect nooit onbewust zijn. Deze twee stellingen spreken elkaar tegen: “De basis van het onbewuste, als affect, is alles behalve onbewust.”⁴¹

³⁹ Henry, 1985, p. 346.

⁴⁰ Ibid., p. 348.

⁴¹ Ibid., p. 369.

Deze twee betekenissen van het onbewuste leiden tot twee betekenissen van verdringing. Voorstellingen kunnen zich (tijdelijk of voorgoed) onttrekken aan het licht van het transcendente bewustzijn. Dit is een fenomenologisch gegeven. Affecten kennen echter een geheel andere fenomenaliteit. Zij kunnen niet voor-gesteld, gerepresenteerd worden: ze zijn immanent. Pijn, bijvoorbeeld, kan niet voorgesteld worden. Het kan alleen gevoeld worden in de onmiddellijkheid van het Leven. Dit is de enige manier waarop pijn, en ieder ander affect, zich laat kennen. De voorstellingen die aan dit affect gekoppeld zijn kunnen echter verdrongen worden. Zo kan een herinnering aan een gebeurtenis die angst oproept uit het geheugen gewist worden. Het affect (angst) verbindt zich dan aan iets anders. In de psychoanalyse kan vervolgens deze traumatische gebeurtenis, waaraan het affect oorspronkelijk was verbonden, weer teruggehaald worden. Deze vorm van verdringing speelt zich af op het niveau van de representaties. De verdrongen representaties bevinden zich dan in het onbewuste zoals dat ontstaat aan de grenzen van het intentionele blikveld.

Er is echter nog een tweede vorm van verdringing, die verband houdt met het onbewuste in de eigenlijke, immanente, zin van het woord. Het onbewuste is dat wat niet gerepresenteerd kan worden: het Leven, het affectieve. Maar, is hier wel verdringing mogelijk? Een affect kan immers nooit onbewust zijn. Wat gebeurt er op het moment dat het Zelf probeert zich te ontdoen van een affect? Dit is de vraag in het hart van de psychoanalyse, de ‘ultieme vraag’, misschien zelfs van de gehele filosofie, aldus Henry.⁴² Nadat hij het affectieve als de ontologische kern van het Zelf heeft blootgelegd, krijgt de vraag naar de verdringing van het affect een ontologisch gewicht.

Affect-verdringing is van groot belang voor ieder onderzoek dat uitgaat van het immanente Zelf, maar in het bijzonder voor het onderzoek naar depressie. Depressie, zo werd aangetoond in het vorige deel, is ten diepste de ervaring van de onbreekbaarheid van het Zelf in de poging met het Zelf te breken. Het Zelf is niets anders dan dat wat immanent ontvangen wordt: het Leven, het affectieve. Verdringing van het affect is verdringing van het Zelf. Vertwijfeling is niets anders dan verdringing van het affectieve als zodanig. De vraag naar verdringing is dus de vraag naar vertwijfeling. Dit is inderdaad de grensvraag van de gehele filosofie voor zover

⁴² Ibid., p. 370.

die uitgaat van een immanent gegeven Zelf dat aan de basis ligt van iedere verhouding tot de wereld.

Freuds aandacht ligt in zijn beschrijving van affect-verdringing niet langer bij de overgang van het bewuste naar het (representatieve) onbewuste. Deze grens stond centraal in de verdringing van representaties. Verdringing van een affect heeft niets te maken met de overgang van het bewuste naar het onbewuste, aangezien een affect nooit onbewust kan zijn. In plaats daarvan beschrijft Freud een proces dat zich geheel afspeelt binnen het affectieve. Verdringing is dus, zo concludeert Henry, een immanente dynamiek, zich geheel afspelend in het Leven. Freud richt zich op het affectieve proces “waarin het, onophoudelijk zichzelf affecterend en aldus verschijnend, ‘gekend is’, zoals Freud het zegt, zichzelf verandert volgens de wijze die het eigen is.”⁴³ Leven is niet statisch, maar dynamisch. Het verandert onophoudelijk. Dit proces van voortdurende verandering noemt Henry “de geschiedenis van het affectieve.”⁴⁴ Hoewel dit een geschiedenis is, een proces van verandering, is het nog steeds immanent, ‘tijdloos’.

Verdringing van een affect betekent dus niet de verdringing van het affectieve als zodanig. Affect-verdringing is een proces dat zich volledig afspeelt in het affectieve. Het treedt niet naar buiten, het is immanent. Affect-verdringing is de omzetting van een affect in een ander affect (waarmee het altijd in het affectieve blijft), wanneer het Zelf het affect niet langer kan dragen. Het eindpunt van dit proces, het ‘allerlaatste affect’, is angst. Wanneer een affect lang genoeg verdrongen wordt, blijft angst over. Henry noemt angst daarom treffend “het wisselmedium van het leven.”⁴⁵ Maar waarom worden affecten verdrongen, en waarom is angst het eindstation van deze verdringing?

Het Zelf neemt zijn toevlucht tot verdringing wanneer het geraakt wordt door een affect dat het niet kan dragen. Verdringing is volgens Freud een reactie op een traumatische ervaring. De vroege Freud schetst in zijn *Entwurf einer Psychologie* (1895) de mens als een organisme dat onderhevig is aan twee soorten prikkelingen: die van buitenaf en die van binnenuit. Van buitenaf komen externe stimuli, het zogenaamde phi-systeem. Van binnenuit komen interne stimuli, het psi-systeem. Henry interpreteert dit schema fenomenologisch omdat volgens hem het systeem van Freud een biologische weergave van een fenomenologisch onderscheid is. Het

⁴³ Ibid., p. 370.

⁴⁴ Ibid., p. 370.

⁴⁵ Ibid., p. 371.

onderscheid dat Freud in dit schema maakt zijn we al meerdere keren tegengekomen. De externe stimuli zijn de indrukken van buitenaf, waarop het organisme zich transcenderend, in een intentionele beweging richt. Dit is transcendentie. De interne stimuli vormen de Zelf-ervaring: immanentie. Henry schrijft: “Prikkeling is niets anders dan affectie, zuivere manifestatie, volgens de tweevoudigheid van de fundamentele modaliteiten van zijn effectieve fenomenologische verwezenlijking.”⁴⁶ Prikkeling is een beeld voor de fenomenaliteit van enerzijds de wereld, anderzijds het levende Zelf.

Prikkelingen kunnen onaangenaam zijn voor het organisme, zodat die een poging doet de prikkeling te stoppen. In het geval van externe stimuli zal het organisme vluchtgedrag vertonen, de situaties vermijden waarin de prikkeling zich voordoet. Op het moment dat het organisme geconfronteerd wordt met onaangename interne stimuli, doet zich een geheel andere situatie voor. Vluchten voor interne stimuli is onmogelijk. Het organisme “staat machteloos tegenover instinctieve [interne] stimuli.”⁴⁷ Het organisme kan interne stimuli niet ontwijken, die zijn een gegeven. Henry interpreteert dit fenomenologisch, namelijk: interne stimuli zijn niets anders dan de biologische vertaling van de ervaring van de onophoudelijke opwelling van Leven waarin het Zelf tot stand komt. Freud verwoordt in een biologisch jargon wat Henry heeft blootgelegd als fundamentele fenomenologische structuren: “de ontlading van neuronen (...) is slechts de transpositie in de wetenschappelijke ideale voorstelling van de essentie van het Leven in zijn onoverkomelijke zelf-passiviteit en de beweging waarin het probeert aan zijn onderdrukkende karakter te ontsnappen.”⁴⁸ De onontkoombaarheid van interne stimuli is niets anders dan de onverbrekbare band waarmee het Zelf aan zichzelf is verbonden. Die band dringt zich onophoudelijk op. Leven wordt altijd gevoeld. Henry kan Freud met instemming citeren: “Het Ik kan niet aan zichzelf ontsnappen.”⁴⁹

De onontkoombare prikkeling van binnenuit is een affect. In een reactie op deze prikkeling, die als onaangenaam wordt ervaren, zoekt het Zelf toevlucht in het laatste redmiddel: verdringing, in dit geval affect-verdringing. Affect-verdringing is het middel dat het Zelf gebruikt om aan het Leven te ontsnappen. Verdringing is een vluchtpoging. Vanuit deze gedachte is het niet verwonderlijk dat angst het laatste affect is. Het Zelf beseft dat verdringing zinloos is: een affect kan verdrongen worden, maar het zet zich altijd om in een ander affect. Aan affectiviteit als

⁴⁶ Ibid., p. 373.

⁴⁷ Ibid., p. 373. Henry citeert hier Freud.

⁴⁸ Ibid., p. 378.

⁴⁹ Ibid., p. 374, Henry citeert hier Freud.

zodanig kan niet ontsnapt worden. De vluchtpoging die het vertwijfelde Zelf onderneemt stuit daarom noodzakelijkerwijs op angst als het laatste affect.

Dit geeft een heel andere betekenis aan het affect angst. Angst wordt niet veroorzaakt door een object dat angst oproept. Oppervlakkige lezingen van Freud argumenteren dat angst terug is te voeren op een geboortetrauma. Angst is dan een reactie van het kind op de overdaad aan oncontroleerbare prikkelingen waarmee het wordt geconfronteerd. De onderkenning van de ontologische structuur van de subjectiviteit, getekend als die is door affectiviteit en immanentie, draait die volgorde om. Het is niet zo dat het Zelf angst kan ervaren omdat het bij de geboorte een trauma heeft opgelopen; nee, het Zelf loopt bij de geboorte een trauma op, omdat het een levend Zelf is, fundamenteel affectief. Het Zelf is kwetsbaar, en daarom angstig onder een spervuur aan prikkelingen: “De mens kent deze angst en beproeft deze pijn omdat hij gevoelig is voor angst, omdat hij oorspronkelijk geconstitueerd is als een Zelf, als een levende.”⁵⁰ Angst is allereerst niet verbonden aan een intentionaliteit.⁵¹ Het is uiteindelijk niet angst voor iets in de wereld, of voor het niets. Angst is immanent: het is angst voor de overvloed van het Leven. Het is zonder verhouding tot iets externs. De taal laat ons hier in de steek als we spreken over ‘angst voor het Leven’. ‘Angst voor...’ veronderstelt een subject-object onderscheid. Het veronderstelt een verhouding, een ‘oog-in-oog staan met...’. Was dit inderdaad zo, dan zou er een mogelijkheid tot vluchten zijn. De mens kan ontsnappen aan een gevaarlijke situatie, objecten die angst oproepen vermijden. Angst is nu juist het affect dat komt als alle mogelijkheden om te ontkomen afgesneden zijn.

Als grens-affect van verdringing is angst de ervaring van onmacht. In het immanente Leven geldt: “Angst is een vlucht voor zichzelf” – voor het Levende Zelf – “zodat er in de relatie van het Zelf tot de angst juist geen sprake is van een ‘voor’ maar juist van de onmogelijkheid een ‘voor’ te creëren. De vlucht begint met angst; het is de angst die het uitlokt, voor zichzelf wil vluchten, en die, inwonend in het ‘zijn’ van die vlucht, dat doel nooit kan bereiken.”⁵² De structuur van angst vertoont opvallende gelijkenissen met de structuur van vertwijfeling. Beiden zijn gekoppeld aan een Zelf dat probeert te ontsnappen aan zichzelf. Beiden ontstaan in het ‘te veel’ van het Leven, waaraan geen ontsnappen mogelijk is. Beiden zijn inherent aan de ontologische structuur van de subjectiviteit. Het affectieve is ondraaglijk, maar er kan niet aan

⁵⁰ Ibid., p. 380.

⁵¹ Vergelijk Kierkegaard, 2009, p. 47, waar Kierkegaard vrees (dat refereert naar iets, dus intentioneel is) onderscheidt van angst.

⁵² Ibid., p. 379.

ontkomen worden omdat het Leven immanent is (zonder afstand, altijd bij zichzelf). Angst doet het Zelf voelen dat het geen afstand kan nemen van zichzelf. Leven dringt zich in angst onontkoombaar op: “Angst is het gevoel van Zijn en zo van Leven. Het is het gevoel van het Zelf”⁵³ en “het gevoel niet aan jezelf te kunnen ontsnappen.”⁵⁴ De interne prikkel wordt door Freud ook wel ‘libido’ genoemd. Libido wordt onderdrukt in verdringing. Het libido blijft echter ervaren worden als angst. Dit onderdrukte, maar nog steeds ervaren, libido is “libido waarvan de zelfbeproeving tot het uiterste is gedreven, tot het punt waar het niet langer draaglijk is.”⁵⁵ In “het hart van het lijden” openbaart angst de ontologische realiteit van het Zelf.⁵⁶

Door de dubbele ontologische betekenis van het onbewuste bloot te leggen, toont Henry aan dat het Leven zich – vermomd – ook bij Freud doet gelden. Het onbewuste is niets anders dan Leven. Verdringing is niet alleen verdringing van beelden, representaties, maar ook affectverdringing. Henry laat echter zien dat affecten wel omgezet kunnen worden, maar dat affectiviteit nooit verdrongen kan worden. In het uiterste geval, als verdringing op de spits is gedreven, laat de immanentie van het Leven zich voelen als intense angst. In deze angst openbaart zich de ontologische structuur van de subjectiviteit. De beantwoording van de ‘ultieme vraag’ van de psychoanalyse leidt tot de ontdekking van het immanente, affectieve Zelf. Ook onze bespreking van vertwijfeling kwam hierbij uit. Angst en vertwijfeling zijn nauw verwant. In angst zowel als in vertwijfeling is er sprake van een Zelf dat afstand probeert te scheppen, maar hier niet in slaagt. Zowel in vertwijfeling en in angst voelt het Zelf dat het aan zichzelf vast zit, voelt het de onmogelijkheid van de ontsnappingspoging.

Depressie en angst zijn niet los van elkaar te zien. Het is op grond van het bovenstaande niet verwonderlijk dat depressie nagenoeg altijd gepaard gaat met hevige angst. Die angst is uiteindelijk geen angst voor een bepaald object, of een angst die veroorzaakt is door een traumatische gebeurtenis. Angst is een immanent gegeven, het wordt gekend omdat het wordt gevoeld, en het wordt gevoeld in en door het levende Zelf. Angst speelt zich volledig af in het Zelf. Angst is ook niet angst voor het niets, zoals Heidegger en Sartre menen, maar juist een angst voor een teveel, een overschot. Het is een overvloed aan Leven waarvoor het Zelf angstig op de vlucht slaat, een vluchtpoging die gedoemd is te mislukken en het Zelf vertwijfeld, depressief achterlaat.

⁵³ Ibid., p. 379.

⁵⁴ Ibid., p. 380.

⁵⁵ Ibid., p. 380.

⁵⁶ Ibid., p. 380.

Ik heb nu vanuit twee perspectieven licht geworpen op depressie: vanuit vertwijfeling en vanuit angst. Voordat de volgende stap wordt gezet, nog een derde perspectief: de ervaring van leegte, een ervaring die kenmerkend is voor depressie. Een ervaring die bovendien vragen oproept: wat is leegte als het Zelf gegeven is in het Leven, dat overvloedig is?

Leegte: de poging het Zelf te verliezen

Depressie is vertwijfeling, de ervaring dat er geen afstand mogelijk is tot het Zelf, hoewel die afstand gewenst is: het Leven is te veel. Depressie manifesteert zich als het verdringen van het affect, dat te veel is, dat niet gedragen kan worden. Dit proces van verdringing blijft echter altijd binnen het affectieve, waardoor het doel nooit wordt bereikt. In plaats daarvan wordt het affect omgezet in angst: angst voor het Leven, angst voor het Zelf. Verdringing is volledig immanent, want het Leven doet zich altijd voelen. Angst is niet angst voor het niets, maar: angst voor het ‘te veel’ als zodanig. ‘Niets’ is een begrip dat lastig een plaats lijkt te kunnen vinden in het denken van Henry, dat immers gekenmerkt wordt door immanentie, aanwezigheid, volheid. Toch kan niet ontkend worden dat depressie een confrontatie is met een leegte, die voelbaar is. Dagen slepen zich voort zonder dat er iets gebeurt, de wereld wordt als leeg ervaren, net als het Zelf dat inhoudsloos lijkt. Dit is een paradoxale ervaring van ervaringloosheid, het gevoel van gevoelloosheid. Kan hier nog gesproken worden van een ‘te veel’?

Ondanks de leegte, is deze ervaring altijd nog een *ervaring*, en dus is er sprake van een Zelf dat ervaart. Een Zelf dat, zoals duidelijk is geworden, niets anders is dan Leven, affectiviteit. Ook in de ervaring van leegte is het Leven aanwezig als dat wat geraakt wordt. Dat wat beschreven wordt als een ‘leegte’ is niet werkelijk ‘leeg’, omdat ook daar de Zelf-ervaring gegeven is in de overvloed van het Leven. Pas in de aanwezigheid van een levend Zelf kan gesproken worden van een ervaring. De aanwezigheid van het Leven gaat aan de afwezigheid die ervaren wordt vooraf. Leegte is allereerst een ervaring.

Depressie doet zich op vele manieren voelen, en een van die vormen is een extreme mate van verveling: het verstrijken van de dagen in een monotone grijstint. Hoewel Henry verveling niet thematiseert zoals hij dat doet met vertwijfeling en angst, spreekt hij er enkele malen over. Verveling is een gevolg van de immanentie van het Leven, waardoor de mens nooit geheel op kan gaan in een representatie, in ‘de wereld’.⁵⁷ Vandaar dat verveling gepaard gaat met rusteloosheid, met het voortdurend zoeken van nieuwe prikkelingen, die toch nooit genoeg zullen zijn. De overvloed die het Leven is kan in representaties niet gevonden worden. Wanneer Henry Nietzsche interpreteert, noemt hij onder andere Nietzsches idee dat een levensvorm oud kan worden, waardoor het lauw wordt, warm nog koud: “Zijn pathos onbeweeglijk gemaakt in

⁵⁷ Henry, 1985, p. 210. Hier brengt Henry het Leven in verband met Schopenhauers Wil.

de verveling van een afgebroken bestemming.”⁵⁸ Henry deelt Nietzsches cultuurpessimisme. In *Barbarisme* is verveling een van de graadmeters die aangeven dat de huidige cultuur het Leven vergeten is. Verveling is de ervaring van opgekropte, ongebruikte energie: “Verveling is de affectieve toestand waarin ongebruikte energie zich aan zichzelf openbaart.”⁵⁹ Televisie is voor Henry het archetype van een instrument van verveling: de rusteloze opeenvolging van contextloze en betekenisloze beelden is het opium voor de verveelde mens, voortdurend op zoek naar nieuwe prikkelingen. Als een wapen tegen verveling is televisie – maar dit kan talloze vormen aannemen: van het rusteloos volgen van iedere nieuwe, hippe filosoof tot het deelnemen aan de dagelijkse woede-uitbarsting op Twitter – vooral een vluchtmiddel: televisie kijken is “een gedraging waarin het leven zich naar buiten werpt om zo van zichzelf te vluchten.”⁶⁰

Zo openbaart ook verveling, de ervaring van leegte, dat het Zelf op de vlucht is voor zichzelf. Deze vlucht kenmerkt depressie. De ervaring van leegte werpt echter weer een nieuw licht op deze vluchtpoging. Angst openbaarde de vluchtpoging als een verdringing van affecten. Angst is de uitkomst van verdringing. De vluchtpoging richt zich echter tegelijkertijd naar ‘buiten’ – een fenomenologisch ‘buiten’. Het Zelf probeert aan het Leven te ontkomen door maar zoveel mogelijk afleiding te zoeken, door uiteindelijk te proberen zichzelf buiten zijn Zelf te vinden. Dit loopt parallel aan vertwijfeling, waar vertwijfeling over het Zelf wordt ontweken door in te beelden dat het een vertwijfeling over iets externs is. Dit is een leugen: het Zelf probeert slechts zichzelf te ontwijken. Het Zelf is immanent, maar in de vluchtpoging probeert het Zelf die immanentie te breken. Fenomenologisch gezegd: het Zelf maakt een transcenderende beweging, richt zich naar buiten om zichzelf te vergeten.

Het Leven kan in dit ‘buiten’ echter niet gevonden worden. Transcendentie is “het niet [*le néant*] dat de opening uitholt (dat wij de horizon hebben genoemd) waar iets en alles tot bestaan kan komen.”⁶¹ De horizon waar Henry over spreekt is een negativiteit waarbinnen de zijnden zich kunnen laten zien aan het intentionele bewustzijn. De zuivere fenomenaliteit van de wereld is daarom een zuiver ‘niet’: “Het is het niet, en niet een zijnde, dat wordt geobjectiveerd in objectificatie.”⁶² Dit ‘niet’ is de voorwaarde voor de ervaring van het andere: “het is de ervaring

⁵⁸ Ibid., p. 293.

⁵⁹ Henry, 2012, p. 109.

⁶⁰ Ibid., p. 109.

⁶¹ Henry, 1963, p. 28.

⁶² Ibid., p. 153.

van het niet dat ons in staat stelt een zijnde te ervaren.”⁶³ De fenomenaliteit van het intentionele bewustzijn berust, zoals eerder gezegd, op het scheppen van een fenomenologische afstand tussen het subject en het object. Met het scheppen van deze afstand opent het bewustzijn zich een horizon waarbinnen het andere kan verschijnen. Het Leven is echter immanent, met een fenomenaliteit die zich laat kenmerken door de afwezigheid van iedere afstand. Het Zelf is alleen in deze fenomenaliteit te ervaren. Op het moment echter dat het Zelf probeert afstand te nemen tot zichzelf, wordt het Leven geobjectiveerd. Althans, dat wordt geprobeerd. Dit kan echter niet, en onvermijdelijk wordt het Zelf in die vluchtpoging geconfronteerd met de incongruentie tussen Leven en transcendentie. Het Leven ontvluchtend in een objectiverende beweging, wordt het Zelf geconfronteerd met de fenomenologische grond van die beweging: het niet. In de wereld wordt het Leven niet gevonden. Het Zelf ervaart de leegte, die niets anders is dan een ervaring van de fenomenaliteit van de wereld. Dit is de ervaring van het zich-naar-buiten-werpen. Opnieuw is dit een grenservaring van de mislukking het Leven te ontwijken. Het einde van verdringing is angst, het einde van objectivering is leegte, de leegte van de horizon achter het geobjectiveerde. Zelfs in die tot het uiterst doorgevoerde objectivering is het Leven, als het affectieve, de gevoelde leegte.

Leegte en angst zijn nauw aan elkaar verbonden. In depressie worden beide, schijnbare tegenpolen, intens ervaren. Ze wisselen elkaar af. Momenten van extreme angst worden opgevolgd door een gevoel van diepe leegte. In angst wordt verlangd naar de rust die de leegte biedt. In leegte wordt verlangd naar angst, omdat daar in ieder geval nog ‘iets’ is, al is het een verschrikkelijk, ondraaglijk ‘iets’. In beide wordt het Zelf zich bewust als een levend Zelf. Dit betekent dat het niet van zichzelf af kan komen en het Leven altijd wordt gevoeld.

Het is nu tijd om te ontdekken wat depressie aan ons openbaart. Wat is het Leven? Waarom is het zo belangrijk? Depressie staat niet op zichzelf, maar openbaart iets universeels, iets dat alle mensen delen. Daarom moet depressie niet gedacht worden als een ‘ziekte’ die slechts enkelen overkomt, maar als een manifestatie van het Leven waarin ieder Zelf gegeven is. Een eerste stap van de specifieke ervaring van depressie, naar die Zelf-ervaring van alle levenden, zetten we in het volgende deel, waar dieper ingegaan wordt op Henry’s lezing van Nietzsche in *Généalogie de la Psychanalyse*.

⁶³ Ibid., p. 161.

Passio: het Zelf bij Nietzsche

In de bovenstaande delen is depressie onderzocht aan de hand van drie ervaringen van het Zelf: vertwijfeling, angst, en leegte. In ieder van deze drie ervaringen openbaart zich een Zelf dat aan zichzelf gebonden is, maar dat ernaar verlangt die verbinding te verbreken. De reden hiervoor is dat het Zelf gegeven is in het overvloedige Leven. Het wordt voortdurend gevoeld, affectief woelend en het Zelf gevend. Depressie is dus een reactie op een ondraaglijke overvloed. Henry is een denker van de volheid. Bij hem is er geen sprake van een leeg subject of een ‘niet’ dat aan de basis ligt van alle ervaring. Eerst is er de volheid van het Leven, en pas dan de transcenderende beweging naar ‘de wereld’.

Een andere denker van overvloed is Friedrich Nietzsche. Henry plaatst zijn filosofie dan ook in één lijn met die van Nietzsche.⁶⁴ Henry’s Leven is Nietzsches kracht. Niet voor niets is het Zelf een lichamelijk Zelf, een levend lichaam. Dit levende lichaam is niets anders dan een ‘ik kan’, de mogelijkheid inspanning te leveren.⁶⁵ Het Zelf is dus geen zwevende entiteit, een schim, maar een zeer concrete lichamelijke die altijd beschikt over zijn eigen kracht. Leven is aanwezig in iedere inspanning die wij leveren. Die ‘kracht’ vindt Henry bij uitstek terug bij Nietzsche.

Nietzsche propageert een vitaliteit die volgens hem maar al te vaak onderdrukt wordt. Het grootste raadsel voor Nietzsche is dan ook dat er zoiets bestaat als zwakheid. Zoals in depressie het levende Zelf zich verzet tegen het Leven, zo verzet in zwakheid de kracht zich tegen zichzelf. Die situatie is buitengewoon raadselachtig, omdat kracht niet een relatief begrip is, maar door Nietzsche verabsoluteerd wordt. Het meest raadselachtige is dus nog dat die zwakheid vaak de overhand lijkt te hebben. De aversie tegen kracht lijkt op de aversie tegen Leven die we aantreffen in depressie. Daarom biedt Nietzsches denken lijnen waarlangs de specifieke ervaring van depressie, zoals die aangetroffen wordt in de ervaring van vertwijfeling, angst en leegte dieper doorgond kan worden, geplaatst kan worden in de Zelf-ervaring van iedere levende.

⁶⁴ Henry, 1985, p. 298. In het onderstaande gaan we uit van Nietzsche zoals Henry hem leest, wat niet noodzakelijkerwijs de meest ‘correcte’ of algemeen geaccepteerde lezing van Nietzsche is.

⁶⁵ Zie voor Henry’s fenomenologie van het lichaam Henry, 1975 en 2015.

Nietzsche heeft over volheid, kracht, Leven nagedacht op het meest fundamentele, ontologische niveau. Kracht is ontologisch, zoals ook Leven ontologisch is voor Henry. Het Zijn als zodanig is kracht: “de krachtigen zijn krachtig omdat ze zijn, omdat het wezen van het zijn is (...) de kracht zelf.”⁶⁶ Zijn is geen lege categorie, geen ondefinieerbare oneindigheid: Zijn is Wil tot macht. Voor de Griekse filosofie vormde het Zijn een reddingsboei in de woelige golven van de veranderlijkheid, waardoor zij genoodzaakt waren aan het Zijn een apathische (zonder pathos, gevoel) onveranderlijkheid toe te schrijven. Dit Zijnsbegrip is in de filosofie blijven hangen: voortdurend werd het absolute Zijn gedacht in termen van onveranderlijkheid, onverstoorbaarheid. Bij Nietzsche is het Zijn echter geen apathische onveranderlijkheid, maar een dynamisch streven. Het Zijn wil altijd meer. Zijn is een woelend verlangen, een voortdurend snakken naar meer van zichzelf, naar meer Leven.

Zowel Henry als Nietzsche introduceert dus een dynamiek in het Zijn zelf. Die dynamiek kan alleen begrepen worden ‘van binnenuit’. Het is immanent, alleen ervaren in zichzelf. Nietzsche keert zich, in navolging van Schopenhauer, af van de wereld van de voorstellingen, transcendentie zoals die gekend wordt door het intentionele bewustzijn. De representatie van de wil is machteloos, alleen de wil in zichzelf is effectieve causaliteit.⁶⁷ Zo is voor Henry kracht een volledig immanent gegeven. Het Leven *is* het levende lichaam, en dus het ‘ik kan’ als zodanig. Het valt daar volledig mee samen. Er is niet eerst de wil, en de representatie van die wil in de beweging van de arm; de wil valt samen met de beweging van het levende, immanente, lichaam. Henry keert zich af van een Cartesiaans dualisme, een afkeer die hij herkent in Nietzsche.⁶⁸ Kracht onderwerpt zich niet aan iets externs. De immanente ontplooiing van de wil maakt dat die wil daadwerkelijk efficiënt is.

Kracht is ontologisch, dus de oplossing van het probleem van de zwakheid is niet het poneren van de mogelijkheid dat kracht zowel aan- als afwezig kan zijn. Kracht *is*, en samenvallend met het Zijn is het alomtegenwoordig. Zo is ook het Leven altijd aanwezig. Er is in de mens geen gebrek, en depressie kan dus niet begrepen worden als de afwezigheid van Leven. De voorgaande driedelige beschouwing van depressie in de ervaring van vertwijfeling, angst en leegte was een poging de ervaring van depressie te grijpen in een ontologie van overvloed. In het Zelf is het Leven er altijd als de ontologische en fenomenologische grond. Leven is een

⁶⁶ Henry, 1985, p. 266.

⁶⁷ Ibid., p. 251.

⁶⁸ Zie voor de afwijzing van het Cartesiaans dualisme onder andere Henry, 1975.

absolute oorsprong. Opnieuw legt Henry hier een verband met het denken van Nietzsche wanneer hij kracht die in de wil tot macht ligt, een “oorsprongsmacht” noemt.⁶⁹ Deze oorspronkelijke kracht gaat aan iedere specifieke aanwending van kracht vooraf, zoals ook het Leven de oorsprong is van het levende lichaam waarmee het Zelf in contact treedt met de wereld. Kracht kan niet gezien of gemeten worden. In haar absolute is er in kracht geen sprake van groei of afname. Het is volledig als zichzelf aanwezig *in* onze ervaring, als de grond van die ervaring. Het is als zodanig een Zelf-ervaring, die toegang geeft tot de ervaring van kracht, en van daaruit tot de ervaring van de wereld. Het Zelf ontstaat in de ontplooiing van kracht.⁷⁰ De wil tot macht is alleen ‘in zichzelf’ te ervaren, het geeft zich niet bloot aan een externe blik. Henry ziet hierin zeer duidelijke parallellen met het Leven, dat ook alleen ‘in zichzelf’ te ervaren is. Wil tot macht en Leven zijn namen voor dezelfde fenomenaliteit: de immanente Zelf-ervaring in de subjectieve ontologie.

Wil tot macht en Leven duiden op dezelfde ontologische oorsprong. De absolute van kracht zoals die gegeven is in Leven maakt het verklaren van zwakheid nog ingewikkelder. Zwakheid wordt niet veroorzaakt door een gradueel verschil; het is geen kracht die met een grotere kracht wordt geconfronteerd. Er is immers geen toename of afname in kracht. De enige verklaring is dus dat zwakheid de negatie van kracht is: “Nietzsche bedoelt zwakheid niet als een kleinere kracht, maar als de ontkenning van de essentie hiervan en, omdat deze essentie immanentie is, de scheuring hiervan.”⁷¹ Nietzsche noemt dit ‘nee’ tegen het Zijn en het Leven nihilisme. Als poging het Leven te scheuren is het “de vernietiging van zijn innerlijke essentie.”⁷²

In de thematiek van de ontkenning van het Leven herken ik veel van wat hierboven als depressie is gethematiseerd. Depressie ontstaat in de poging een afstand te scheppen tot het Zelf. Het Zelf loopt weg voor de ontologische structuur waarin het is gegeven, vluchtend voor het affectieve in verdringing van het affect, vluchtend voor immanentie in de transcendentie. Nietzsches analyse van zwakheid legt de kern van deze poging tot zelfvernietiging bloot, de universele structuur van het Zelf die zich hierin openbaart. Door Henry’s lezing van Nietzsche verder te volgen, naderen we het mysterie van het ‘waarom’ van dit nihilisme, een ‘waarom’ dat direct voortkomt uit de fenomenologische structuur van het Leven.

⁶⁹ Henry, 1985, p. 256.

⁷⁰ Ibid., p. 257.

⁷¹ Ibid., p. 269.

⁷² Ibid., p. 269.

Het meest opvallende aan de zwakheid zoals Nietzsche die thematiseert is nog niet eens het bestaan hiervan, maar het feit dat de zwakheid het soms kan winnen van de kracht, bijvoorbeeld in de oplegging van een slavenmoraal. Dit is het bewijs dat zelfs in het zwakke nog iets van kracht aanwezig is, dat zelfs in de diepste ontkenning van het Leven datzelfde Leven de grond is van die ontkenning. Aangezien het Zijn zelf door Nietzsche wordt gedefinieerd als wil tot macht, is die wil in alles wat bestaat aanwezig. Fenomenologisch betekent dit dat de Zelf-ervaring die tot stand komt in het Leven, in alle ervaring aanwezig is – ook in de ervaring van depressie. Henry spreekt hier over “de kracht die kracht geeft aan de zwakheid.”⁷³ Depressie is dus uiteindelijk niet alleen de ervaring van het afzetten tegen het Leven (zuivere negativiteit) maar is ook, in die ervaring, ten diepste de ervaring van het Leven – in tweeërlei opzicht: in de ervaring die alleen in het Leven mogelijk is, wordt het Leven ervaren. Het Leven maakt zijn eigen ervaring mogelijk. Deze immanentie is de grond van de subjectiviteit als Zelf-ervaring.

De ontkenning van het Leven, van de essentie van het Zijn, is de nihilistische zelfvernietiging waar Nietzsche tegen vocht. Dit mysterie hield hem zijn leven lang bezig: “Nietzsche deed niets anders dan met open ogen het onpeilbare mysterie van deze ziekte van het leven overwegen.”⁷⁴ Nietzsche noemt verscheidene mogelijke oorzaken voor deze ziekte: Ons onverzadigbare verlangen, waardoor we ons leven als mislukt bestempelen; een slecht geweten; walgen aan onszelf. Doorheen deze motieven ontdekt Henry een fenomenologische constante: een afstand tot onszelf. Pas in de afstand tot onszelf kunnen wij ons leven en wat er van ons geworden is evalueren. Tekortschieten kan de mens pas wanneer hij is afgemeten aan een bepaalde standaard. Eerder schreven we echter al dat het Leven zijn eigen standaard is, die per definitie niet aan een externe standaard onderworpen kan worden.⁷⁵ Het Leven ontsnapt bij gratie van zijn immanente fenomenaliteit aan de ‘blik van de buitenstaander’ waarmee een oordeel geveld kan worden. Hoe zou het Zelf dan ooit tot de conclusie kunnen komen dat het Leven vermeden moet worden? Dat kan alleen als het zichzelf tot object heeft gemaakt. Daarmee begaat het een fenomenologische misvatting: het levende Zelf kan niet geobjectiveerd worden.

Het verlangen naar een Zelf dat in de objectieve blik gevangen wordt (op een veilige afstand) in plaats van direct ervaren in het affectieve, is daarom per definitie een onvervulbaar verlangen.

⁷³ Ibid., p. 272.

⁷⁴ Ibid., p. 269.

⁷⁵ Zie Henry, 2015, p. 224.

Het streven naar zelfvernietiging is een onvervulbaar streven. Het Zelf stuit hier op de grenzen van zijn eigen ontologische structuur. Dit vindt Henry terug bij Nietzsche: “De onwil van het leven om zichzelf te zijn, het zich willen losmaken van zichzelf, is de zwakheid zelf, omdat dit willen op een veel grotere kracht stuit die het Zelf opbouwt, de kracht van de kracht, de kracht die zijn kracht geeft aan alle kracht en aan de zwakheid zelf.”⁷⁶ De ‘kracht van de kracht’ is het Leven, de grond van het Zelf – ook van het Zelf dat uit is op vernietiging van zichzelf. Henry verwijst hier direct naar het begrip ‘vertwijfeling’. Het zwakke Zelf is een vertwijfeld Zelf, omdat het zwakke zijn doel niet bereikt. In dit missen van dit doel ligt zijn zwakheid.

De vraag is nu: waarom de zwakheid? Nietzsche zoekt naar verklaringen die Henry duidt als verschillende vormen van zelfobjectivering. Maar dan nog is de vraag: waarom die zelfobjectivering? Waarom kan het Zelf zich niet aanvaarden in de immanentie van het Leven? Waarom probeert het afstand te scheppen tot zichzelf? Daar is eerder al een aanzet tot een antwoord gegeven, toen verdringing werd geduid als een verdringing van een affect. Het Zelf loopt weg voor het affectieve. Het affectieve neemt, in de lezing van Henry, ook bij Nietzsche een centrale plaats in. Hij gaat zelfs zover te stellen dat bij Nietzsche “alles ondergeschikt lijkt aan de affectiviteit.”⁷⁷ Het affectieve krijgt bij Nietzsche de naam Dionysus. De Dionysische werkelijkheid gaat verborgen achter het Apollinische masker, zoals ook het Leven verborgen gaat, onzichtbaar. De wil tot macht, het Zijn zelf, wordt door Nietzsche affectief genoemd: “De wil tot macht: geen zijnde, geen worden, maar een pathos.”⁷⁸

In het affectieve is het Zelf aan zichzelf gebonden. De mens is niet vrij, maar gegeven in een oorspronkelijke onvrijheid. “Onvrijheid, de onmogelijkheid niet zichzelf te zijn, dit is de essentie die de relatie van het Leven met zichzelf bepaalt, de relatie die het Leven constitueert, zijn zelfbeproeving in de onbedwingbare band met zichzelf.”⁷⁹ Het Zelf ervaart zichzelf al voordat het een keuze heeft. Het Zelf is altijd-al-gegeven, altijd-al-ontvangen. Dit ‘altijd-al’ dat onze ervaring constitueert, is Nietzsches ‘eeuwige terugkeer van hetzelfde’. Kracht is gebaseerd op een ontologische onmacht. Voordat het levende Zelf een ‘kunnen’ is, is het een ‘niet kunnen’: het ‘niet kunnen kiezen er niet te zijn’. Die onvrijheid ligt aan de basis van depressie. Door die onvrijheid ervaart het Zelf een ‘onmogelijkheid’, door die onvrijheid is de vertwijfeling ‘eeuwig’.

⁷⁶ Ibid., p. 272.

⁷⁷ Ibid., p. 275.

⁷⁸ Aforisme 635 uit De Wil tot Macht, zoals geciteerd in Ibid., p. 279.

⁷⁹ Ibid., p. 261.

Onvrijheid is passiviteit, een '*passio*', een 'ondergaan'. Als zodanig is de ervaring van deze onvrijheid affectief. De machteloosheid doet zich voelen als een affect, een pathos, maar door Henry doorgaans specifiek geduid als 'lijden'. De 'eeuwige terugkeer van hetzelfde' is het altijd voortdurende ondergaan van het Zelf. Het levende Zelf is passief, een lijdend ondergaan van zichzelf. Het is niet verwonderlijk dat het Zelf probeert zijn lijden te stoppen door deze cyclus te doorbreken. Zelfvernietiging wordt gedreven door een verlangen het lijden te stoppen. Aangezien dit lijden constitutief is voor de Zelf-ervaring, is de poging dit lijden te stoppen noodzakelijkerwijs een poging een einde te maken aan het levende Zelf.

Het is nu duidelijk waarom de drang naar zelfvernietiging wordt ervaren. Het Zelf streeft naar zelfvernietiging omdat het niet kan accepteren dat het gegeven is in een machteloosheid die zich doet voelen als een *passio*, een lijdend ondergaan. Depressie is de ervaring van het diepste lijden als een te veel aan lijden waaraan niet ontsnapt kan worden. Nietzsches analyse van de zwakheid legt de ontologische structuur van de subjectiviteit nog verder bloot. Subjectiviteit is: onvrijheid, lijden, gebonden zijn aan de eeuwige terugkeer van het Leven. Dit is een 'te veel' dat een onvervuld verlangen naar ontsnapping achterlaat. Henry plaatst het werk van Nietzsche dan ook in een lijn met dat van Descartes: beiden leggen het subject bloot. Henry prijst Nietzsche om zijn 'radicale reductie, de 'opschudding' waarmee hij een absolute grond aan het licht brengt, 'Nietzsches radicale cogito'. Descartes bereikt dit cogito door intellectuele twijfel, Nietzsche door existentiële vertwijfeling. Deze vertwijfeling legt een onbreekbare band bloot, die overblijft "in het hart van het lijden en daardoor gedragen", daar is "het project-verlangen om aan zichzelf te ontsnappen, de dwaze beslissing van het Leven om de lijn te doorbreken die het met zichzelf verbindt, die zijn essentie is."⁸⁰

⁸⁰ Ibid., p. 298.

Retraite: terug naar het Zelf

Door het verlangen naar een minimale afstand tot het Zelf te relateren aan zwakheid zijn we een stap verder gekomen in het terugbrengen van ons denken over depressie naar de subjectiviteit. Zwakheid is een ontkenning, maar een ontkenning waarin datgene wat ontkend wordt desondanks aanwezig is. Op eenzelfde wijze is in de ontkenning van het Zelf toch ook het Zelf weer aanwezig. Het Leven gaat vooraf aan iedere houding die wij kunnen aannemen ten opzichte van het Leven. Daarmee werd een belangrijk kenmerk van de subjectiviteit geïntroduceerd: passiviteit, onvrijheid. Affectief heb ik dit geduid als *passio*, lijden. De poging het Leven te weigeren komt voort uit de ervaring van lijden. Dit lijden is een lijdend ondergaan van onze gegevenheid. Die gegevenheid is tegelijkertijd een onvrijheid: we kunnen niet kiezen om wel of niet te zijn. Dat is direct ook de oorzaak voor de mislukking van deze poging: wat we ook doen, het Leven is er.

Wat begon met de beschrijving van een zeer specifieke ervaring (depressie als vertwijfeling, angst en leegte) is langzamerhand verdiept tot een blootlegging van een fenomenologie en ontologie die niet is voorbehouden aan die ervaring, maar op ieder Zelf betrekking heeft. Depressie verkrijgt daarmee een status als een ‘grondervaring’ die heenwijst naar wat we een subjectieve ontologie kunnen noemen. Het is dus wat angst was voor Heidegger: in deze ervaring leren wij iets over het Zijn van het Zelf. In dit hoofdstuk zal de subjectiviteit zoals die zich openbaart in de ervaring van depressie verder worden uitgewerkt. Dit gebeurt echter niet zonder specifieke reden: vanuit deze ‘algemene’ uitwerking kan iets worden gezegd over een ervaring die net zo diep gaat als depressie: de radicale omslag die op het hoogtepunt van het lijden kan worden bereikt. Voor Kierkegaard en Henry is vertwijfeling niet de bodem van de subjectiviteit. Zij kan omslaan in haar tegenovergestelde: de ervaring die Kierkegaard *geloof* noemt, en Henry *gelukzaligheid*. Dit schrijft Henry over vertwijfeling: “Het is de ziekte, het intense lijden dat eindigt in zijn tegenovergestelde, in de zaligheid die Kierkegaard ‘het geloof’ noemt.”⁸¹

Om te begrijpen hoe en waar die omslag plaats kan vinden, moet dus eerst de fenomenologie van de subjectiviteit verder uitgewerkt worden. Die uitwerking zal worden gevangen onder het begrip ‘ontvankelijkheid’ (*réceptivité*). In de ervaring van depressie openbaart het Zelf zich ten

⁸¹ Henry, 1963, p. 857-858

diepste als een ontvankelijkheid. Depressie is de verstoorde ervaring van ontvankelijkheid, maar daarmee opent zich tegelijkertijd een weg naar een onverstoorde ontvankelijkheid.

Wat is het wezen van de mens? Die vraag houdt Henry in zijn hele oeuvre bezig. Fenomenologie is nooit los te denken van de mens. Het antwoord op de vraag naar het ‘hoe’ van de ervaring, is tegelijkertijd een antwoord op de vraag naar het ‘wie’ van diegene aan wie die ervaring toebehoort: het bewustzijn, het subject, het Zelf. Die vraag gaat dieper dan een psychologie van het ‘ik’. Het gaat om “het zijn van het ego” of “het zijn waarin het ego tot bestaan komt.”⁸² Psychologie en antropologie veronderstellen ieder al een ontologische en fenomenologische structuur waarbinnen het onderzoeksobject verschijnt. Het gaat Henry om een beschrijving van die vooronderstelde structuur. Deze structuur gaat zelfs aan de ‘traditionele’ fenomenologie vooraf: het gaat om het verschijnen van het verschijnen als zodanig. Wat maakt fenomenen mogelijk? Wat is het Zelf dat aan de intentionaliteit vooraf gaat? Henry duidt de fenomenaliteit van dit Zelf als ‘ontvankelijkheid’.

Nu is het zo dat ook de traditionele fenomenologie (in gang gezet door Husserl) uitgaat van een bepaalde ontvankelijkheid. Het intentionele bewustzijn is immers een bewustzijn *van*. Als zodanig is het bewustzijn altijd een *ontvangend* bewustzijn. Het is altijd gericht op een bepaalde inhoud, nooit leeg. Dit ‘gericht zijn op...’ is intentionaliteit. Deze naar buiten gerichte beweging hebben we transcendentie genoemd. In deze transcenderende beweging opent het bewustzijn zich een blikveld (horizon, wereld) waarbinnen objecten verschijnen. Het object is dat wat geobjectiveerd, voor-gesteld (letterlijk) is. Het intentionele bewustzijn is de ene pool van de transcendentie, de wereld de andere pool.

Met de opening van een horizon is het bewustzijn ontvankelijk voor dat wat vreemd is aan dat bewustzijn, dat wat ‘buiten’ is. Dit is het object dat, als voor-gesteld, noodzakelijkerwijs op een afstand staat. Deze afstand noemt Henry de ‘fenomenologische afstand’. Zoals we alleen dingen kunnen zien die op een zekere afstand staan van ons oog, zo is ook het intentionele bewustzijn van iets pas mogelijk als er een minimale afstand is. Achter iedere fenomenologie die gebaseerd is op intentionaliteit gaat deze afstand schuil als “de ultieme fenomenologische vooronderstelling.”⁸³ Intentionaliteit veronderstelt een vervreemding tussen subject en object. De ontvankelijkheid die hier wordt gethematiseerd is gebaseerd op een oorspronkelijke

⁸² Ibid., p. 3.

⁸³ Ibid., p. 75.

vervreemding van subject en object (*noesis-noema*). In die vervreemding ontstaat een ‘oorspronkelijke ruimtelijkheid’, de wereld in haar zuivere ‘wereld-zijn’, de zichtbaarheid die alle fenomenen mogelijk maakt.⁸⁴

Dit is duidelijk niet de ontvankelijkheid waarbinnen het Zelf hiervoor is gedacht. Depressie is nu juist de ervaring van afstandsloosheid, van de onmogelijkheid te ‘vervreemden van...’. Het grote probleem van de hierboven geschetste fenomenologische vooronderstellingen is precies dat het Zelf niet als levend Zelf gedacht kan worden. Intentionaliteit veronderstelt noodzakelijk afstand. Het object is altijd anders dan het subject. De fenomenaliteit van de wereld is een ontvankelijkheid voor het andere, voor dat wat niet het Zelf is. De intimiteit waarin het Zelf altijd al bij zichzelf is kan hier niet gedacht worden. Er is altijd een afstandelijke observatie. Henry duidt deze afstand ontologisch. Het Zijn is hier vervreemd van zichzelf: “Omdat het zich baseert op een afstand is het bestaan [existeren] van het Zijn anders dan het Zijn zelf.”⁸⁵

De ontologie die wordt geschetst in de intentionele fenomenologie is niet die van de subjectiviteit. Het subject is binnen deze fenomenaliteit niet meer dan een uiterste van een continuüm: het continuüm van de fenomenologische afstand. Het heeft geen daadwerkelijke ontologische inhoud. Subject en object verschijnen binnen deze fenomenaliteit binnen een aan hen vreemde structuur, als elkaars spiegelbeeld: “de subjectiviteit van het subject in de filosofie van het subject, is de objectiviteit van het object.”⁸⁶ Fundamenteel in deze ontologie is niet het subject, ook niet het object, maar het ‘niet’ waarin objecten tot object worden: “het niet dat de opening (dat we de horizon noemen) uitgraaft.”⁸⁷

Problematisch aan traditionele fenomenologie is niet zozeer dat intentionaliteit hierin is gethematiseerd, maar dat dit het enige is, dat het hierbij blijft. ‘Ontologisch monisme’ is de benaming die Henry geeft aan al het denken dat uitgaat van de vooronderstelling dat er niets meer is dan het intentionele.⁸⁸ Het probleem is dat het Zelf hier niet gevonden wordt. In dit denken bevindt zich aan de subject-zijde een leegte, een holle ontvangstruimte zonder gastheer, het Sartrianse bewustzijn. Tegelijkertijd kan het Zelf ook niet gevonden worden aan de objectzijde. Want als het Zelf een object is, wat is dan het subject? De objectivering van het

⁸⁴ Ibid., p. 76.

⁸⁵ Ibid., p. 81.

⁸⁶ Henry, 2003b, p.12.

⁸⁷ Henry, 1963, p. 28.

⁸⁸ Ibid., p. 97.

Zelf opent de afgrond van een oneindige regressie. Het bewustzijn staart dan in een leegte, een ervaring die we eerder al hebben beschreven. De Zijnsvervreemding in de fenomenaliteit van de wereld is een vervreemding van het Zelf. In de fenomenaliteit van de wereld zijn we altijd een vreemde van onszelf. Op het moment dat het bewustzijn ‘in zicht’ is, is het uit beeld verdwenen, is het een afbeelding van het Zelf, niet meer het Zelf zoals het is. Hoewel het Zelf hier is gedacht als een ontvankelijkheid, is het niet ontvankelijkheid voor het Zelf. Er ontbreekt dus nog iets.

Dat wat ontbreekt is de *grond* van de ontvankelijkheid voor de wereld. Deze grond is de ontvankelijkheid voor het Zelf. Dat de mens ontvankelijkheid is, staat niet ter twijfel. De analyse van de ervaring van depressie en hoe het Zelf daarin verschijnt, noodzaakt ons de aard van deze ontvankelijkheid die het Zelf is verder te onderzoeken. Henry opent met zijn radicale fenomenologie de vraag naar het Zijn van het Zelf. Waarom is de mens ontvankelijk voor het Zijn? Wat gaat aan het in-de-wereld-zijn vooraf? Als ontvankelijkheid voor het Zijn, kan de mens inderdaad ontvangen. Maar waar is de mens zelf in dit verhaal? Waar ontvangt de mens zichzelf? Wat is het Zijn van de mens? Die wordt niet gevonden in de ontologische structuur van de wereld: “De realisatie van waarheid buiten de mens betekent niets minder dan zijn niet-behoren tot het ontologische milieu van het Zijn.”⁸⁹ De mens is als ontvanger van het Zijn niet een van de zijnden. Vreemd aan het ‘ontologisch milieu van het Zijn’, waar is dan de plaats van het Zelf? Er is een ander zijnsbegrip nodig om het Zelf te bevatten: “Zijn verlicht de mens niet zoals het een boom of een bloem verlicht.”⁹⁰

De bijzondere plaats die de mens inneemt is altijd al onderkend. De mens is *imago dei*, *animal rationale*, *Dasein*. Dit onderscheid is een ontologisch onderscheid. Dat het Zelf een eigen ontologische structuur kent, betekent dat het een eigen fenomenaliteit kent, en dus ook op geheel eigen wijze ontvangen wordt. Henry’s naam voor deze ontologische structuur is Leven. In dit Leven is het Zelf geen hypothetische entiteit ‘x’ (of het nu het onbewuste, het brein, of het ‘bewustzijn’ is). In het Leven is het Zelf een pre-intentionele ontvankelijkheid, zuivere ontvankelijkheid. Die ontvankelijkheid is niet zichtbaar en is niet te objectiveren. Dat maakt haar niet minder werkelijk, integendeel. Het vereist enkel een andere ontologische structuur

⁸⁹ Henry, 1963, p. 251. Met waarheid doelt Henry op het Heideggeriaanse waarheidsbegrip: waarheid als *aletheia*, onverborgenheid.

⁹⁰ Ibid., p. 251.

met een andere fenomenaliteit waarbinnen ze werkelijkheid wordt, een werkelijkheid van vlees en bloed.

Leven is onzichtbaar en daarom binnen de kaders van het ontologisch monisme problematisch. Op ontologisch monistische vooronderstellingen kan het levende Zelf niet anders gedacht worden dan als duister en obscuur. Die obscuriteit is echter geen zwakte, maar maakt juist dat hier, in het niet-objectiveerbare, het Zelf als een ontvankelijkheid kan zijn: “De obscuriteit die door het existentiële en religieuze thema van de eindigheid wordt toegeschreven aan de mens is in feite die van de macht die in hem het ontvangen van de waarheid waarborgt.”⁹¹ Leven is het geheim achter de “obscuriteit van de menselijke ziel.”⁹² Het levende Zelf is immanent, waarmee het contrasteert met de transcendentie van de wereld. Er is in het Leven geen differentie. Dit betekent dat zuivere ontvankelijkheid niet is: ontvankelijkheid voor het andere, maar ontvankelijkheid voor zichzelf, zelfontvankelijkheid. De ontologische kern van het Zelf is zelfontvankelijkheid. Daarom is het een Zelf. Ontvankelijkheid is geen toevallige eigenschap, maar dat wat het Zelf tot Zelf maakt: “Voor zover het de zelfontvankelijkheid van de essentie en, als gevolg daarvan, de manifestatie van de horizon fundeert, is ontvankelijkheid het meest wezenlijke dat er is in de zuivere essentie van de manifestatie; is ontvankelijkheid ontologisch.”⁹³ Omdat het Zelf ontvankelijkheid is, omdat ontvankelijkheid de ontologische structuur van de subjectiviteit kenmerkt, kan het Zelf in een intentionele beweging het andere ontvangen. Leven is: ontvankelijk zijn, geraakt zijn in het Leven zelf. In het Leven is geen sprake meer van een ‘gericht-zijn-op...’, van een ‘openen-naar...’. Leven is altijd bij zichzelf, immanent. Leven is het intieme kennen waar de mysticus naar verlangt, een kennen dat verder gaat dan het zien en het weten, een kennen dat tot in de diepste vezels doordringt; zuivere fenomenaliteit die geheel bij zichzelf is, een ontologische eenheid die niet doorbroken wordt.

De zoektocht naar de subjectiviteit van het Zelf is dus geen ‘bewijzen van het bestaan van die ziel’, een onderneming die vooraf gedoemd is te mislukken. Hier is sprake van fenomenologische verwarring: bewijzen is de activiteit van het intentionele bewustzijn dat aantoonbaar dat een concept correspondeert met een verschijnend fenomeen, waarbij zowel het concept als de verschijning de status van ‘object’ hebben. De ziel is nu juist datgene wat niet tot object kan worden, en wat dus bij fenomenologische noodzaak niet bewezen kan worden.

⁹¹ Ibid., p. 255.

⁹² Ibid., p. 208.

⁹³ Ibid., p. 208.

De ziel kan niet aan het licht komen zodat we met onze vinger kunnen wijzen: daar! De ziel is op haar beurt ook geen wijzend ‘daar!’, maar een ‘altijd-al-hier’ van het Leven. De ‘ontdekking’ van het Leven als een fenomenologische structuur kan alleen maar plaatsvinden in een radicaal fenomenologische analyse zoals Henry die heeft gedaan.

De obscuriteit van het Leven leidt niet tot een impasse, alsof we er niets over zouden weten. Integendeel, we kennen het Leven beter dan wat dan ook: we *zijn* Leven, we vallen er volledig mee samen. In de fenomenaliteit van de wereld wordt het Leven inderdaad alleen gekend door de leegte die het achterlaat, het ‘gat’ in alle verklaringen van de menselijke psyche – maar daarmee is niet alles gezegd. Ieder denken dat stoelt op de vooronderstellingen van het ontologische monisme (en dit is volgens Henry het overgrote deel van het Westerse denken) kan niet anders dan een ‘x’ voor te stellen, die naar believen ingevuld kan worden. Dit is het manco van de gehele bewustzijnsfilosofie: “We zien dat de bewustzijnsfilosofie genoodzaakt is het onbewust-zijn van het absolute bewustzijn te poneren waardoor het probeert het wezen van de fenomenaliteit te denken.”⁹⁴ Hoe het Leven als ‘onbewuste’ kan interveniëren hebben we gezien bij Freud. Wanneer dan de vraag naar het Zijn van het onbewuste (dat het fundament is van het bewustzijn, en dus van de bewustzijnsfilosofie) wordt gesteld, blijft de bewustzijnsfilosofie het antwoord schuldig: “Zijn is weggehaald uit het fundament juist dan wanneer het probleem van het Zijn van dit fundament wordt gesteld.”⁹⁵

De grond van het bewustzijn – het levende Zelf – kan alleen gedacht worden in een subjectieve ontologie met een geheel eigen fenomenaliteit. Er is geen tegenstelling tussen subject en object, maar een immanente, non-intentionele zelfontvankelijkheid. Er is geen sprake van een ‘verhouding tot...’, ook niet tot zichzelf. Iedere verhouding veronderstelt immers afstand. Hier openbaart het Leven zich aan zichzelf, in het levende Zelf: “de ontologische bepaling van de oorspronkelijke essentie van openbaring doet het verschijnen als immanentie.”⁹⁶ Vanuit dit samenvallen, waarin het Leven volledig over zichzelf beschikt, doet zich pas de mogelijkheid voor open te zijn voor de wereld (een *Dasein* te zijn): de wereld resoneert niet in een holle ruimte, maar raakt aan een immanente, levende ontvankelijkheid.

⁹⁴ Ibid., p. 145.

⁹⁵ Ibid., p. 263.

⁹⁶ Ibid., p. 278.

De fenomenaliteit van het Leven is immanent. Er is geen onderscheid tussen dat wat ervaart en dat wat ervaren wordt (noesis-noema). Evenzo is er geen onderscheid tussen de fenomenaliteit en het fenomeen (zoals de horizon wel degelijk anders is dan de objecten). Zelfontvankelijkheid ontvangt niets anders dan zichzelf. Leven beproeft het Leven, is een zelfopenbaring: “De essentie van de immanentie is niet te scheiden van zijn inhoud.”⁹⁷ De levende zelfontvankelijkheid is volheid. Er is geen leegte in het hart van het Zelf, maar overstromend Leven. Wat is de essentie, waar stroomt het van over? Dit is het affectieve: *pathos*, *passio*, geraaktheid, affect, kwetsbaarheid.⁹⁸ Dit is fundamenteel niet een geraakt worden van buitenaf, maar van een immanente geraaktheid: zelfaffectie. Die geraaktheid maakt het Zelf tot een ontvankelijkheid: “De mogelijkheid tot zelfaffectie die de essentie heeft, is identiek aan de mogelijkheid tot zelfontvankelijkheid.”⁹⁹ Vanuit die affectieve zelfontvankelijkheid is pas de opening naar de wereld mogelijk: “Immanentie is de oorspronkelijke ontologische mogelijkheid van transcendentie.”¹⁰⁰

Depressie is een ervaring die haar grond vindt in de zelfaffectie, in het Zelf als ontvankelijkheid. In depressie ervaart het Zelf dat het immanent aan zichzelf gegeven is, juist in de mislukte poging die immanentie te breken en om te zetten in een transcendente verhouding tot zichzelf. De ervaring van depressie openbaart dus niets anders dan een subjectieve ontologie, namelijk immanente affectiviteit die gekenmerkt wordt door een fundamentele onmacht waarin het Zelf zichzelf allereerst ondergaat (*passio*) voordat het beschikt over zichzelf (het ‘ik kan’ van het levende lichaam). Omdat zelfontvankelijkheid voorafgaat aan ontvankelijkheid voor de wereld (immanentie is de grond van transcendentie), is de verstoorde zelfontvankelijkheid de grond van een verstoorde ontvankelijkheid voor de wereld zoals die in depressie ervaren wordt. In depressie lijkt de wereld grijzer, grauwer, ontdaan van mogelijkheden. Ervaring is ontdaan van reliëf, hoogte-en dieptepunten zijn afgevlakt. De toekomst is gesloten, het bestaan is een verstikkende deken. De wereld is een wereld waarin “de schaduwen van het vallen van de avond donkerder leken”, zoals William Styron het treffend beschrijft in zijn depressie-memoires.¹⁰¹ Een fenomenologische duiding van deze ervaring kan zeer verhelderend zijn. Zo kan nagedacht worden over hopeloosheid als een gebrek aan mogelijkheden of openingen in de tijd. Toch

⁹⁷ Ibid., p. 287.

⁹⁸ Vergelijk Welten, 2016, p. 87: kwetsbaarheid is “de mogelijkheid verwond te worden”, in onze terminologie: ontvankelijkheid.

⁹⁹ Henry, 1963, p. 291-292.

¹⁰⁰ Ibid., p. 308.

¹⁰¹ Styron, 2004, p. 41.

moeten we concluderen dat deze analyse niet doordringt tot de grond van de ervaring van depressie, die immers niet ligt in de transcendente ontvankelijkheid voor de wereld, maar in de immanente zelfontvankelijkheid. Hierin volgen we nog steeds Kierkegaards dictum dat vertwijfeling – hoewel het soms anders kan lijken – ten diepste vertwijfeling is aangaande het Zelf. De verstoorde ontvankelijkheid voor de wereld komt voort uit een verstoorde zelfontvankelijkheid. Alleen een radicale terugkeer naar de bron van het Zelf kan echt doordringen tot de grond van de ervaring. De ervaring van depressie problematiseert niet alleen de vele manieren waarop het Zelf zich op een verstoorde manier kan openen naar de wereld (angstig, hopeloos, etc.) maar problematiseert in de eerste plaats de neiging ons Zelf te verliezen in die opening naar de wereld. Depressie bepaalt het Zelf bij de band waarmee het aan zichzelf gebonden is, bij het ontologische wezen van het Zelf. Daarmee dwingt depressie tot een mystieke terugkeer naar het Zelf en het Leven: “Het bevrijden van het wezenlijke wordt nagestreefd als een retraite.”¹⁰² De verstikkende deken is immanent, is het zich voortdurend aandienende Leven dat niet meer gedragen kan worden.

Degene die depressie ervaart voelt vaak de neiging zich af te keren van de wereld, zich op te sluiten in een donkere kamer en er nooit meer uit te komen. Hoewel deze houding destructief kan zijn, is het evengoed destructief die houding zonder meer te veroordelen. In het verlangen zich af te sluiten voor de wereld schuilt een dieper gevoel voor de noodzaak van de ‘retraite’ als een bevrijding van het wezenlijke. Maar al te vaak wordt de behandeling van depressie gelijkgesteld aan het zo snel mogelijk weer in de wereld opnemen van iemand die aan depressie lijdt. Maar werkt dit niet averechts, wanneer depressie vertwijfeling is, en wanneer vertwijfeling is: weg willen lopen van het Zelf? Versterkt de al te snelle terugkeer naar de wereld niet dat wat aan de ervaring van depressie ten grondslag ligt, namelijk de angst voor het Zelf? De bevrijding vindt niet plaats door opnieuw weg te lopen voor het Leven, maar door ons over te geven aan het Leven.

Hoe vindt die bevrijding dan plaats? Waar het weglopen voor het Zelf alleen maar leidt tot een eeuwige kwelling, de ‘ziekte tot de dood’, is het aanvaarden van het Zelf – paradoxaal genoeg – de enige weg om die kwelling om te zetten in haar tegenovergestelde. Kierkegaard noemt dit ‘geloof’: “Dat het zelf in het zichzelf zijn en in het zichzelf willen zijn doorzichtig zijn grond

¹⁰² Henry, 1963, p. 351.

vindt in God.”¹⁰³ God is de absolute grond van het Zelf, die Henry Leven noemt.¹⁰⁴ Met de introductie van het absolute in de formule van de vertwijfeling en haar tegenovergestelde, geloof, introduceert Kierkegaard ook het absolute van de vertwijfeling. De eeuwigheid van de vertwijfeling bestaat er juist in dat het absolute erbij betrokken is. Wanneer het tegenovergestelde van vertwijfeling geloof is, dan is vertwijfeling ten diepste zonde, de verstoring van de relatie tussen de mens en God. Daarom zegt Kierkegaard: “Vertwijfeling is de zonde.”¹⁰⁵ Als zodanig is vertwijfeling, het niet-willen van het Zelf, ten diepste onverklaarbaar. De zonde is immers onverklaarbaar.¹⁰⁶

Ook Henry denkt na over de Kierkegaardiaanse omslag van vertwijfeling naar geloof wanneer hij vertwijfeling duidt als “de ziekte, het intense lijden dat eindigt in zijn tegenovergestelde, in de zaligheid die Kierkegaard het geloof noemt.”¹⁰⁷ De zaligheid is fenomenologisch, het is een ervaring. Hoe kan die omslag plaatsvinden in de immanentie van het Leven? Hoe kan de dynamiek tussen vertwijfeling en lijden enerzijds, en geloof en vreugde anderzijds, gesitueerd zijn in het Leven? Om deze vraag te beantwoorden keren we terug naar Henry’s lezing van Nietzsche. Zijn afkeer van alle vormen van ontkenning van het Leven (zwakheid) komt voort uit een volmondig ‘ja!’ tegen het Leven, met zijn schitterende, maar ook gruwelijke kanten. *Amor fati*, omarm de eeuwige terugkeer van hetzelfde, omarm het Leven. Er is een voortdurend verlangen naar meer Leven. Waar de weigering van het Leven voortkomt uit een afkeer voor het lijden, veroordeelt Nietzsche het lijden juist niet: “De discipline van het lijden, het grote lijden, weten jullie niet dat alleen deze discipline de oorzaak is van alle vooruitgang van de mens?”¹⁰⁸ Nietzsche kiest voor het Leven omdat het nastrevenswaardig is. Dit omdat het de maatstaf is van alle waarde: “Het weet dat het waardigheid toekent aan dingen, dat het waardenscheppend is.”¹⁰⁹ Het weet dit omdat het gevoeld wordt: “De edele mensheid [en wij weten dat dit niets anders is dan het beeld voor het leven, MH] voelt dat het waarden bepaalt.”¹¹⁰ Het Leven voelt zichzelf (affectief) en voelt dat het waarde geeft: “Het eert alles dat het in zich

¹⁰³ Kierkegaard, 2010, p. 99.

¹⁰⁴ Waarmee niet gezegd is dat de godsbeelden van Henry en Kierkegaard precies hetzelfde zijn, maar wel dat beiden in God de grond van het Zelf herkennen.

¹⁰⁵ Kierkegaard, 2010, p. 93.

¹⁰⁶ Vgl. Kierkegaard, 2009.

¹⁰⁷ Henry, 1963, p. 857-858.

¹⁰⁸ Nietzsche, Voorbij Goed en Kwaad, als geciteerd in Henry, 1985, p. 282.

¹⁰⁹ Nietzsche, VGK, als geciteerd in Ibid., p. 301.

¹¹⁰ Nietzsche, VGK, Ibid., p. 301.

vindt: een dergelijke moraal is zelfverheerlijking.”¹¹¹ Het gevoel van die waarde is het gevoel van vreugde. Het waardeoordeel van het Leven is te vertrouwen omdat het vreugde geeft.

Tot hier toe is Leven vooral affectief getekend als *passio*, lijdend ondergaan. Tegelijkertijd is Leven echter diepe vreugde. Anders dan Schopenhauer is Nietzsche geen pessimistisch denker. Hij ervaart en doordenkt “de eeuwige vreugde van het bestaan.”¹¹² Henry citeert Nietzsche: “Fundamenteel is het leven (...) vreugde in zijn onverwoestbare kracht.”¹¹³ Te begrijpen hoe het Leven tegelijk lijden en vreugde kan zijn, hoe lijden vreugde voortbrengt, is volgens Henry “het beslissende en nog steeds onbegrepen project van Nietzsche.”¹¹⁴ Hoe slaat vertwijfeling om in geloof? Waar vindt iemand die depressief is vreugde terug, in en door die ervaring van depressie? Hoe vindt het Zelf in retraite zijn bevrijding?

De passiviteit van het Zelf in zijn zelfontvankelijkheid is niet alleen ondergaan. Het is ook iets ontvangen zonder het verdiend te hebben of zonder er recht op te hebben. Niets wat het Zelf doet, kan dit ongedaan maken. Met een klassiek woord heet dit *genade*. Dit is wat vreugde geeft. De niet te breken band waarmee het Zelf aan zichzelf gebonden is in het Leven, kan zowel lijden als vreugde betekenen. Op die manier slaat lijden om in vreugde. Zo schrijft Henry: “Het lijden is de totstandkoming van de vreugde, niet theoretisch, maar fenomenologisch. Op dezelfde manier is vreugde inherent aan het lijden als wat het onvermijdelijk voortbrengt, omdat ‘zichzelf lijden’ is ‘aankomen in zijn eigenlijke zijn en in vreugde’ [*parvenir en son être propre et en jouir*].”¹¹⁵ In de *passio* komt het Zelf tot stand om niet, en dit ervaart het als vreugde.

Dit beeld van het Leven veronderstelt een dynamische ontologie, waarin het absolute (Leven) niet statisch is, maar een geschiedenis doormaakt, hoe anders die dan ook moge zijn dan het verloop van de dingen in de wereld: “Zijn is niet. Het is een komen, het eeuwige in zichzelf komen van het Leven.”¹¹⁶ Deze dynamiek is de dynamiek van lijden en vreugde, de fundamentele levensaffecten. Vreugde bestaat door het lijdend ondergaan van het Zelf: “Een dergelijk komen gebeurt niet vanuit de toekomst, gaat niet naar het verleden. Het is het komen

¹¹¹ Nietzsche, VGK, Ibid., p. 301.

¹¹² Ibid., p. 251.

¹¹³ Nietzsche, Geboorte van de Tragedie, als geciteerd in Ibid., p. 252.

¹¹⁴ Ibid., p. 290.

¹¹⁵ Ibid., p. 292.

¹¹⁶ Ibid., p. 292

van de vreugde vanuit het lijden, zodat deze, vanuit de fenomenologische totstandkoming van zijn zelf-lijden, de vreugde voorziet van dat waar het vreugde in vindt.”¹¹⁷

Lijden en vreugde gaan niet ten koste van elkaar, zodat vreugde toeneemt wanneer lijden afneemt. Nee, volgens Henry versterken lijden en vreugde elkaar, omdat beiden gebaseerd zijn op een intensivering van de zelfontvankelijkheid, de levenservaring waarbinnen het Zelf ontstaat: “Hoe sterker het Leven zich beproeft in de intensivering van zijn lijden en uiteindelijk op het hoogtepunt van het lijden, hoe sterker en dieper het zichzelf bemachtigt, hoe intenser de vreugde.”¹¹⁸ Leven is een ‘oscillatie’ tussen lijden en vreugde, een slingering tussen twee uitersten waarbij de amplitude zowel de ene als de andere kant versterkt. In vertwijfeling, de intensivering van het lijdend Zelf-ondergaan, vindt de mens meer en meer zijn grond in het absolute. Geloof, het einde van de vertwijfeling, is berustend onze grond vinden in deze dynamiek. Het leven voluit ontvangend, vindt het Zelf rust in zijn essentie: een levende zelfontvankelijkheid. De omslag naar vreugde vindt plaats in de aanvaarding van de ontologische structuur van de subjectiviteit. Daar maakt vertwijfeling plaats voor geloof, depressie voor vreugde.

¹¹⁷ Ibid., p. 292.

¹¹⁸ Ibid., p. 292.

Leven: de hand die ons weefde

Nu we de ervaring van depressie hebben teruggevoerd tot de meest fundamentele ervaring van Leven is het tijd om het bovenstaande in een ander register te hernemen. Tot nu toe is het een bij tijd en wijle vrij technische analyse geweest, waarin bovendien het persoonlijke bijna geheel is weggelaten. Het kan de fenomenoloog aanspreken, maar spreekt het ook de mens aan? De mens aanspreken – in zijn of haar concrete bestaan – dat is wat iedere filosofie moet doen, maar een filosofie in het voetspoor van Michel Henry bij uitstek. De in de inleiding aangehaalde kracht van Henry's filosofie – dat het een denken van vlees en bloed is – zal ook hier naar voren moeten komen. Daarom kan een Henriaanse perspectief op depressie nooit blijven steken in een technisch verhaal, maar zal het op enig moment ook tot de mens moeten spreken, tot de *levende* mens. Dat kan alleen als er ook gesproken wordt vanuit de eigen ervaring die, in het Leven, ook altijd gedeeld is. Kierkegaard beschouwde zijn filosofische werken als een opmaat naar de opbouwende toespraken, voor de enkeling en dus voor ieder in zijn of haar subjectiviteit. Daarom eindigt dit onderzoek niet met een conclusie waarin het voorgaande wordt samengevat, maar met een herneming, een herhaling. Ik heb hiervoor de vorm van een meditatie gekozen, waarin de drie motto's die boven dit onderzoek staan, centraal staan. Ik hoop dat deze vorm inderdaad de enkeling zal aanspreken, de enkeling in zijn of haar eenzame worsteling.

Te beginnen met Augie March: *“My real fault was that I couldn't stay with my purest feelings. This was what tore the greatest hole in me.”* Bellow's *The Adventures of Augie March* laat zich lezen als een zoektocht met een onbekend doel. Het einde van het boek is geen behouden thuiskomst, ook geen gedesillustioneerde opgave, maar een woord van hoop: dat de mislukking niet de afwezigheid van het gezochte doel bewijst. “Columbus dacht waarschijnlijk ook dat hij een mislukking was, toen ze hem geketend terug stuurden. Dat bewees niet dat er geen Amerika was.”¹¹⁹ Dit laat zich natuurlijk gemakkelijk lezen als een bevestiging van de *American Dream*. Alsof de moraal van dit boek is dat, wat er ook gebeurt, je moet blijven streven naar je doel. Maar is er niet ook een heel andere lezing mogelijk? De zin uit het motto vormt dan het hart van het boek. De avonturen van Augie zijn geen zoektocht, maar een vlucht. Augie is niet ‘op weg naar...’, maar ‘loopt weg van...’.

¹¹⁹ Bellow, 2001, p. 536.

Het interessante aan Augie is zijn rusteloosheid. Hij gaat op reis, beproeft zijn kansen in de misdaad, wordt opgenomen in een rijk gezin, stort zich in een liefdesrelatie die hem tot in Mexico brengt (voor het temmen van een adelaar), gaat op weg naar Europa om te vechten in de oorlog – maar nergens vindt hij rust. Waar anderen hun rust vinden in een ideaal, in geld, in een relatie die niet perfect is, maar toch goed genoeg, vind Augie nergens rust. Altijd is er het gevoel dat het ware leven ergens anders te vinden is. (Hierdoor maakt hij in de ogen van anderen onbegrijpelijke keuzes.) Is de kern van het boek niet dat zijn zoektocht altijd door zal gaan, omdat wat hij zoekt niet te vinden is?

Ik herken mijzelf in Augie. Ook ik voel me vaak opgejaagd, altijd op zoek naar ‘iets’. Maar ik ben ook gaan inzien dat dit ‘zoeken’ veeleer ‘vluchten’ is, dat ik wegloop voor iets, dat ik mijzelf probeer te verliezen in ‘de wereld’, dat ik mijn Zelf probeer te verliezen. Ik ben ervan overtuigd dat dit niet alleen mij overkomt, maar dat deze onrust de levens van velen kenmerkt. Is het almaar streven naar meer niet het fundament van onze samenleving? We willen meer spullen, een betere baan, een perfecte relatie, de ultieme vakantie; we houden onszelf voor dat als we dat hebben, dat we dan het ware leven gevonden hebben. Om er vervolgens achter te komen dat dit het toch niet helemaal was – waarop het streven zich simpelweg naar iets anders verplaatst.

Deze rusteloosheid is pathologisch te noemen. Bovendien is het eerder een ontwijking van het probleem, dan een echte oplossing, wat blijkt uit het feit dat het nooit genoeg is. Daarom is de kernzin van *The Adventures* ook de in ons motto geciteerde zin: de grootste fout van Augie is dat hij niet bij zijn gevoelens kan *blijven*, de conclusie van wat een openbaring genoemd mag worden. Even daarvoor overdenkt Augie de vele manieren waarop de mensen ‘doen alsof’, geen kracht voelen in zichzelf maar toch geloven dat anderen die wel bezitten: “Al die tijd mag er niets oprechts verschijnen en niemand weet wat echt is. En dat is de misvormde, ontaarde, duistere mensheid – louter menselijkheid.”¹²⁰ Augie voelt de druk om, ondanks dat je ziet dat hier een spel wordt gespeeld, mee te gaan in deze voorstelling: “Maar kun je dan, terwijl iedereen zo bekwaam en doelgericht bezig is met zijn sterke, fraaie aangelegenheden, kun je dan kwetsbaar en arm aan komen hinken, een of ander dwaas schepsel, lachend en ongevaarlijk? Nee, je moet je hart zo vormgeven dat het er anders uitkomt. (...) Je produceert iemand die kan bestaan voor [het externe leven]. Je bedenkt een man die voor de verschrikkelijke

¹²⁰ Ibid., p. 401.

verschijningen kan staan.” En de rest moet je zo gek krijgen om je te geloven: “dat is de worsteling van de mensheid, om anderen te winnen voor jouw versie van de werkelijkheid.”¹²¹

Even verderop spreekt hij over “de verschrikking die jouw bestaan niet verwelkomt.”¹²² “Vertel me, hoeveel Jakobs bestaan er (...) die de mat op gaan met engelen en vechten met grote angst om hun bestaansrecht te winnen? Deze dapperen zijn met zo weinig dat ze de vader van een heel volk worden gemaakt. En ik, naar ieder die me kon beschermen tegen deze machtige, vrij rondgaande verschrikking en wilde kou van chaos ging ik toe, en dus naar tijdelijke omarmingen. Het was niet zo dapper.”¹²³ Hier beseft Augie dat hij verwickeld is in een onmogelijke zoektocht, dat hij eerder iets uit de weg gaat, dan iets tegemoet. Hij beseft bovendien dat bijna iedereen hiermee bezig is, maar dat die zich kunnen schikken in een rol, een ideaal, een schijnoplossing, terwijl hij altijd maar opgejaagd is.

Ik denk dat de ervaring van depressie niet veel verschilt van de ervaring van Augie: moe van het vluchten, moe van het weglopen, niet kunnen begrijpen dat anderen tevreden kunnen zijn met wat toch duidelijk illusoire, goedkope lapmiddelen zijn. Depressie is het besef dat vluchten geen zin heeft. Waarom? Omdat het een vlucht is voor het Zelf, voor dat wat nooit afgeschud kan worden. Ook Kierkegaard zag dat iedereen op de vlucht is: “Zoals de arts wel moet zeggen dat er misschien geen enkele mens leeft die helemaal gezond is, zo zou je, als je de mens echt zou kennen, moeten zeggen dat er geen enkele mens leeft zonder hij toch een beetje vertwijfeld is zonder dat er toch diep in hem een onrust huist, een onvrede, een disharmonie, een angst voor een onbekend iets of voor iets waar hij niet eens kennis van durft te nemen, een angst voor een mogelijkheid van het bestaan of een angst voor zichzelf.”¹²⁴

Augie leert ons dat depressie een terechte bestaanservaring is; een grenservaring waarin het Leven zeer indringend wordt ervaren. Want depressie komt pas met het besef dat de zoektocht zinloos is, dat niets wat wij ooit kunnen bereiken rust zal geven. In die zin is depressie met recht een openbaring te noemen: de sluier van de illusie wordt weggenomen: dat de mens het niet met zichzelf uit kan houden, dat hij altijd maar bezig is weg te lopen van zijn Zelf, en dat hij

¹²¹ Ibid., p. 401-402.

¹²² Ibid., p. 403.

¹²³ Ibid., p. 403.

¹²⁴ Kierkegaard, 2010, p. 35.

daarmee ziek is, ziek tot de dood, zoals Kierkegaard het zegt; ziek tot de dood omdat hij ‘het eeuwige’ in brand heeft gestoken: “Het Zelf zet iets onverwoestbaars in brand.”¹²⁵

Maar wat dan? Is dit het laatste dat we kunnen zeggen? Als alle illusies weg zijn genomen, rest ons dan het grote Niets? Is ons verlangen een verlangen naar een mythe, en is het enige wat ons rest te leven met die wetenschap, als Sisyphus die iedere dag weer een rots omhoog duwt in de wetenschap dat die weer naar beneden zal komen? Of is er een einde aan de rusteloosheid, zoals Augustinus schrijft: “Ongerust is ons hart, totdat het zijn rust vindt in U.”¹²⁶ Het antwoord hierop is: ja, en nee. Ja, er is een einde aan de rusteloosheid, maar nee, dit rechtvaardigt niet de zoektocht. Het zoeken, dat is onderdeel van het probleem. De overtuiging dat er ‘iets’ daarbuiten is dat onze honger stilt, dat is de illusie waarvan we genezen moeten worden. De onrust is echter terecht, want we zijn vertwijfeld. Maar niet aangaande iets dat buiten ons ligt en dat we willen bereiken, maar aangaande ons Zelf, aangaande ons Leven. Het grote verschil tussen Henry en iemand als Lacan is dat Henry gelooft dat ons verlangen gebaseerd is op een aanwezigheid, terwijl Lacan uiteindelijk niets anders ziet dan afwezigheid – waar beiden het eens zijn dat onze onuitroeibare overtuiging dat we tevreden zullen zijn als we dát of dát hebben, een illusie is.

Welk alternatief biedt Henry dan? Waar verlangen wij dan naar, en hoe komen wij daar? Om dat te begrijpen gaan we naar het tweede motto, uit Eliots *Four Quartets*:

*Descend lower,
descend only
Into the world of perpetual solitude,
World not world, but that which is not world,
Internal darkness, deprivation
And destitution of all property.*¹²⁷

De weg naar vervulling is een weg van opgave: “Het bevrijden van het wezenlijke wordt nagestreefd als een retraite.”¹²⁸ Als depressie wordt ervaren als de bevrijding van alle illusies – en kan dat in het begin iets anders zijn dan een diepe, zwarte, leegte? – dan maakt het de weg

¹²⁵ Henry, 1963, p. 857.

¹²⁶ Augustinus, 1997, p. 29.

¹²⁷ Eliot, 1945, Burnt Norton.

¹²⁸ Henry, 1963, p. 351

vrij voor een ander zoeken, een ander vinden. In tegenstelling tot onze eerdere zoektocht, een zoektocht naar een object dat ons eindelijk zou vervullen (transcendentie), betekent dit zoeken tegelijkertijd een opgave van zoeken; dit vinden is de ontdekking dat we het al gevonden hebben – nee, dat we al gevonden zijn:

With the drawing of this Love and the voice of this

Calling

We shall not cease from exploration

And the end of all our exploring

Will be to arrive where we started

And know the place for the first time.¹²⁹

De zoektocht is een terugkeer naar ons begin. In het eerste van de vier *quartets* spreekt Eliot van deze plaats: “op het stille punt, daar is de dans.” Eliots erkenning van een mystieke innerlijkheid gaat gepaard met een scherpe kritiek op de alledaagse werkelijkheid.

Neither plenitude nor vacancy. Only a flicker

Over the strained time-ridden faces

Distracted from distraction by distraction

Filled with fancies and empty of meaning

Tumid apathy with no concentration

Men and bits of paper, whirled by the cold wind

That blows before and after time¹³⁰

En, even verderop: “Niet hier, niet hier de duisternis, in deze kwetterende wereld.” Dan volgt het gedeelte dan in ons motto geciteerd is. Herkennen we niet veel van deze afkerende beweging in de ervaring van depressie? In depressie wordt de wereld als grauw ervaren. De wereld die eerst een oneindige bron van afleiding en vermaak leek, is nu plotseling leeg. Dat wat eerst de aandacht vast kon houden, is nu plotseling inhoudsloos, zonder aantrekkingskracht. Het lijkt alsof depressie de ogen niet gesloten heeft. Integendeel, depressie heeft de ogen geopend. (De nu breed gedeelde opvatting, ook in de psychologie, dat depressie niet meer dan een verstoring

¹²⁹ Eliot, 1945, Little Gidding.

¹³⁰ Eliot, 1945, Burnt Norton.

is, niet meer dan een ziekte die blind maakt voor de wereld, die de wereld niet langer opent maar sluit, een sluier tussen mens en wereld, moet dan ook verworpen worden). Voor het eerst worden de dingen gezien zoals ze – in zichzelf, zonder Leven – voor ons zijn: leeg, levenloos. De ervaring is leeg als die niet wordt gedragen door een volheid die aan de opening van de wereld voorafgaat. Alleen het Leven maakt de wereld een plaats van licht en leven voor ons. Hoe vaak denken wij niet anders? Hoe vaak geloven wij niet dat het de wereld is die ons maakt en breekt, dat het de omstandigheden zijn die ons doen vertwijfelen, die ons het zicht op de zin van ons leven ontnemen? Kierkegaard had gelijk: wij denken doorgaans dat wij vertwijfeld zijn aangaande iets dat buiten ons ligt – tegenslag, ziekte, etc. – maar in werkelijkheid vertwijfelen wij aangaande ons innerlijk, ‘het stille punt waar de dans is’.

Depressie is een gedwongen retraite. We kunnen niet anders dan ‘afdalen in de wereld van voortdurende eenzaamheid’. Er wordt een ‘innerlijke duisternis’ ervaren, en alles wat wij dachten te hebben wordt ons afgenomen. We kunnen niet meer genieten van de dingen buiten ons, we kunnen ons niet meer verliezen in de drukte van het leven, in alle afleiding die de wereld biedt. We worden gedwongen teruggeworpen op ons Zelf. En, na zo lang voor dat Zelf gevlucht te zijn, vervult die ervaring ons met schrik en angst. We kunnen ons Zelf niet verdragen. De volheid van het Leven is ons te veel. Toch is het hier dat we onze enige hoop vinden:

The only hope, or else despair

Lies in the choice of pyre or pyre –

To be redeemed from fire by fire.¹³¹

Waarom is hier onze enige hoop? Omdat we hier ons Zelf ontvangen, in een afhankelijkheid die angstaanjagend is, maar die tegelijkertijd een onvoorwaardelijke gave is. Dat wat zich onafgebroken aan ons opdringt, is niets anders dan Leven dat wij om niet ontvangen. Eliot weet van die macht, die mensenhanden niet kunnen weerstaan, die zich onophoudelijk aan ons geeft, zich uitstort in ons hart:

Who then devised the torment? Love.

Love is the unfamiliar Name

Behind the hands that wove

¹³¹ Ibid., Little Gidding.

The intolerable shirt of flame
Which human power cannot remove.
We only live, only suspire
*Consumed by either fire or fire.*¹³²

Dat, waar Augie voor wegliep, waar wij allemaal op zo vele manieren voor weglopen, en dat in depressie als onvermijdelijk wordt ervaren, is het Leven dat in ons bruist. Liefde, “de onbekende naam” waarvan wij ons Zelf ontvangen. Dat “onverdraaglijke hemd van vuur, dat menselijke kracht niet kan verwijderen.” Dat vuur zuivert ons. En, als we die zuivering doorstaan, als wij onze afhankelijkheid aanvaarden en ons Zelf ontvangen, dan bereiken wij “een toestand van volkomen eenvoud (die niets minder dan alles kost).”

And all shall be well and
All manner of thing shall be well
When the tongues of flame are in-folded
Into the crowned knot of fire
*And the fire and the rose are one.*¹³³

De gekroonde knop van vuur: dat is het Leven, waarin wij gegeven zijn als ontvankelijkheid, van waaruit wij leven en van waaruit de knop zich opent naar de wereld, en “alles zal goed zijn” wanneer “het vuur en de roos een zijn”, wanneer het Zelf zijn onmacht omarmt, zich overgeeft, in zijn machteloosheid, aan het Leven.

Depressie vraagt ons niet ons met nog meer overtuiging in de maalstroom van de wereld te storten, maar terug te keren naar de bron, naar het Leven. Pas dan leren wij onszelf te aanvaarden, te ontvangen. Dan breekt ons verzet. Want verzetten, dat doen wij – wij geven ons over aan alle mogelijke afleidingen en oplossingen die de wereld biedt (carrière, relatie, geld, macht, alcohol; zo kunnen we nog wel even doorgaan), maar ons overgeven aan het Leven, dat komt pas in de diepste vertwijfeling, als al het andere gefaald heeft. De reden hiervoor geeft de psalmdichter in psalm 139.¹³⁴ Onze ervaring van het Leven is er een van radicale dubbelheid.¹³⁵

¹³² Ibid., Little Gidding.

¹³³ Ibid., Little Gidding.

¹³⁴ Nieuwe Bijbelvertaling, 2004.

¹³⁵ De dubbelheid van Psalm 139 wordt scherp gezien door Paul Tillich in een preek getiteld *The Escape from God*, in Tillich, 1962, p. 46-58.

De psalm begint met een getuigenis (vv. 1-2): de dichter weet zich volledig gekend:

Heer, u kent mij, u doorgrondt mij,

U weet het als ik zit of sta

Het vervolg van de psalm gaat over onze reactie hierop. Ervaren wij het als bevrijdend, of als verstikkend? Velen zullen het als een verstikking ervaren, verlangen naar een moment van rust, een moment van onafhankelijkheid. Dit is echter onmogelijk (vv. 7-8):

Hoe zou ik aan uw aandacht ontsnappen,

Hoe aan uw blikken ontkomen?

Klom ik op naar de hemel – u tref ik daar aan,

Lag ik neer in het dodenrijk – u bent daar.

Zelfs in de dood is geen ontsnapping. Het verlangen naar onafhankelijkheid is een onmogelijk verlangen. En dit verlangen leeft in ons, wist ook Tillich: “Ik ben ervan overtuigd dat er niemand onder ons is die niet op enig moment verlangde bevrijd te zijn van de last van zijn bestaan door eruit te stappen.”¹³⁶ Dit is onmogelijk: vertwijfeling is een eeuwige kwelling. Wat wij ook doen: “De moderne manier te vluchten van God is alsmaar voort te snellen (...) altijd bezig te zijn, altijd plannend, altijd voorbereidend.”¹³⁷ Het Leven is verstikkend, de volheid is ons te veel. In paniek vluchten wij voor die alomtegenwoordigheid in ons – tevergeefs. Dit is de kwelling die depressie ondraaglijk maakt. Wij kunnen het Leven niet verdragen: “De vrome man in het Oude Testament, de middeleeuwse mystieke heilige, de hervormer van de kerk [Luther] en de profeet van het atheïsme [Nietzsche] zijn verenigd door die ontzagwekkende menselijke ervaring: de mens kan de God die echt God is niet uithouden.”¹³⁸

Tegelijkertijd ontdekt de psalmdichter de keerzijde van deze waarheid. Het Leven is niet alleen een ondergaan, maar ook een ontvangen van een volheid, voor niets. Niet alleen een wurging, maar ook een omarming. Er komt een ommekeer. De dichter realiseert: hier is zelfs het duister licht (vv. 11-12):

¹³⁶ Ibid., p. 48.

¹³⁷ Ibid., p. 48.

¹³⁸ Ibid., p. 52

*Al zei ik: 'laat het duister mij opslokken,
Het licht om mij heen veranderen in nacht,'
Ook dan zou het duister voor u niet donker zijn –
De nacht zou oplichten als de dag
Het duister helder zijn als het licht*

In het Leven zijn wij aanvaard. Wij hoeven niet te streven naar erkenning, ons te mengen in een strijd om waardering. Ons Zijn betekent dat wij aanvaard zijn, ons bestaan is een teken van liefde, van geborgen zijn (vv. 13-14):

*U was het die mijn nieren vormde,
Die mij weefde in de buik van mijn moeder
Ik loof u voor het ontzaglijk wonder van mijn bestaan
Wonderbaarlijk is wat u gemaakt hebt.
Ik weet het, tot in het diepst van mijn ziel.*

Het weten dat wij gekend zijn, is intiem. Het bevindt zich “in het diepst van mijn ziel”, daar waar ik mijn Zelf ontvang. Omdat wij ontvangen zijn in het Leven, weten wij dat wij ‘wonderbaarlijk’ zijn. Er spreekt een tederheid uit deze verzen: wij zijn geweven in de buik van onze moeder. Dat wat ons de meeste schrik aanjaagt, de duisternis die wij vrezen – dat waar wij voor weglopen – is de hand die ons gemaakt heeft, die ons vasthoudt. De onbreekbare band waarmee wij in het Leven gebonden zijn: wij ervaren die band – ons bestaan – in depressie als een vloek, maar het is een zegen. Pas wanneer wij ontdekken dat de vloek een zegen is, dat wij niet opgesloten zitten, maar geborgen zijn, dan slaat de vertwijfeling om in geloof.

Dit gaat met vallen en opstaan. Ook dat zien we terug in de psalm, wanneer de toon plotseling omslaat. Vanuit een beschrijving van het ‘gekend’ zijn en de intieme rust die dat geeft, klinkt plotseling de oproep (vv. 19,22): “God, breng de zondaars om... ik haat hen, zo fel als ik haten kan.” De intimiteit wordt plotseling beklemmend en dan kan de psalmist niets anders dan gewelddadig om zich heen slaan, uit alle macht proberen te ontkomen aan dat wat niet ontkomen kan worden in een uitbarsting naar hen die om hem heen staan. Ook dit is herkenbaar. Depressie brengt ons er vaak toe uit te vallen naar degenen die het dichtst om ons heen staan, een vuist op te heffen naar een wereld die ons vijandig gezind is en die ons niet lijkt te geven

waar we naar verlangen. De ware oorzaak van die hevige uitvallen is echter de oorzaak die in onszelf ligt: het Leven dat te veel wordt. Wanhopig zoeken we een vijand buiten ons om daar maar aan te ontsnappen. Plots komt dan echter het besef dat we vertwijfeld waren over ons Zelf, dat dát ons lijden is en niet de mensen die dicht om ons heen staan. Zolang we vertwijfeld zijn, kan de wereld ons niet geven waar we naar zoeken. Dan komt het berouw (v. 24): “Zie of ik geen verkeerde weg ga, en leidt mij op de weg die eeuwig is.” Geef mij geloof zodat ik het Leven kan aanvaarden.

Wij denken dat depressie een verspilling van tijd is. Behandeling betekent: iemand zo snel mogelijk weer in zijn oude leven brengen, iemand weer ‘productief’ laten zijn. Vanuit het perspectief van de psalmdichter, Kierkegaard, Nietzsche of Henry is dit een dwaze opvatting. Je leven verspillen, dat doe je als je nooit je Zelf aanvaardt in het Leven. In de woorden van Kierkegaard: “Er wordt zoveel gepraat over je leven verspillen. Maar het leven van een mens zou alleen dan verspild zijn als hij een leven zou leiden waarbij hij zich, bedrogen door de vreugden van het leven of door de zorgen ervan, nooit eeuwig beslissend van zichzelf bewust zou worden als geest, als zelf, of – wat eigenlijk hetzelfde is – er nooit opmerkzaam op zou worden in de diepste zin de indruk zou krijgen dat er een God bestaat en dat ‘hij’, hij Zelf, zijn Zelf voor die God bestaat – een gewin van de oneindigheid dat nooit wordt verkregen tenzij doorheen vertwijfeling.”¹³⁹ Zo bezien is depressie geen verspilling, maar juist, voor diegene die depressie ervaart, een mogelijk noodzakelijke retraite die hem brengt waar hij altijd al was en hij ‘die plaats voor het eerst zou kennen’ (Eliot): “Om van deze overvloed van de geest, deze overvloed die lieflijkheid en vreugde is, te spreken, schieten woorden tekort.”¹⁴⁰

Deze woorden bevatten de aanzet tot een cultuurkritiek, die Henry zelf uitvoert in *Barbarism*.¹⁴¹ Weten wij nog dat woorden tekort kunnen schieten, of praten wij eindeloos door, ‘afgeleid van afleiding door afleiding’ (Eliot)? Is er in onze jachtige cultuur nog ruimte om de stilte te cultiveren, een stilte waarin de fluistering van het Leven gehoord kan worden? Het antwoord op deze vragen is, alles overziend, ‘nee’. Alles wat er mis is met onze maatschappij openbaart zich in de manier waarop we doorgaans over depressie spreken. Het is gereduceerd tot een afwijking in ons brein, een paar stofjes te veel of te weinig, een verstoring die verder niets te betekenen heeft. In een dergelijk discours is er geen ruimte of tijd om na te denken over wat

¹³⁹ Kierkegaard, 2010, p. 40.

¹⁴⁰ Henry, 1963, p. 860.

¹⁴¹ Henry, 2012.

depressie ons te zeggen zou kunnen hebben. Een materialistisch en hedonistisch wereldbeeld is allesoverheersend geworden, de vervlakking is voltooid.

Het meest kwalijke hieraan is nog dat dit wereldbeeld alle eventuele tegenstemmen in de kiem weet te smoren. Opnieuw wordt dit perfect gedemonstreerd in ons omgaan met depressie. Waar ik in dit essay heb uitgelegd dat in depressie iets wezenlijks wordt ervaren, namelijk het levende Zelf, heeft de opvatting ‘wij zijn ons brein’ inmiddels die openbaring de kop in weten te drukken. Depressie heeft ons niets te vertellen, zo wordt ons gezegd, omdat er niets te vertellen is: alles is materie, alles is brein. De mens is gereduceerd tot een leeg mechanisme: “De mens is niet meer dan een ding.”¹⁴² Die opvatting bevestigt zichzelf: omdat wij de mens reduceren tot een ding, is de eventuele tegenstem (in ons geval, depressie) omgevormd tot een instemming: “Er is niet langer ruimte het alomtegenwoordige objectivisme van de moderniteit uit te dagen.”¹⁴³

Vanuit het oogpunt van dit discours lijkt het een gelopen zaak: het wetenschappelijke wereldbeeld heeft definitief gewonnen, de mens is onder de hoede van de wetenschap op weg naar een ‘lang en gelukkig’. Nog enkele rimpelingen uit de weg te ruimen, waaronder depressie. De filosofie van het Leven zegt iets heel anders. Die ziet de wetenschap aan voor wat het werkelijk is: “De extreme ontwikkeling van de moderne wetenschap moet beschouwd worden als een van de belangrijkste pogingen waardoor de mensheid zijn vertwijfelingen heeft proberen te ontvluchten.”¹⁴⁴ De mens probeert uit alle macht het Leven te ontvluchten. De moderne wetenschap kan veel zeggen over dode objecten, maar over het levende Zelf, de subjectiviteit, kan het, door de fenomenologische vooronderstellingen waarop het is gebaseerd, niets zeggen.¹⁴⁵

Degene die depressie ervaart, is geen patiënt die zo snel mogelijk weer ‘gezond’ moet worden, maar een profetische stem die gehoord moet worden. Hij of zij ervaart het Leven op een intense manier, en ervaart ook de mislukking van de poging hiervoor weg te lopen. Het toenemende aantal depressies in onze tijd, geeft reden tot nadenken. Hoe kunnen wij weer ruimte maken voor een retraite? Hoe kunnen wij onze vertwijfeling overwinnen? Dit vraagt moed; moed om de waarheid over onszelf onder ogen te komen, moed om ons Zelf te voelen in alle intensiteit:

¹⁴² Ibid., p. xviii.

¹⁴³ Ibid., p. xvii.

¹⁴⁴ Ibid., p. 71.

¹⁴⁵ Voor Henry is Galileo Galilei het archetype van deze kennis, zie bijvoorbeeld *ibid.*, p. 3.

lijden en vreugde. Wij staan, individueel en collectief, voor de keuze: proberen wij, tevergeefs, te ontsnappen aan ‘de hand die ons weefde’, of ontvangen wij ons Zelf uit die hand? De keuze voor de ontsnapping is niet zonder gevolgen: voor ieder van ons een keuze voor een eeuwige vlucht – waarvan sommigen voelen dat die tevergeefs is. De gevolgen zijn daar: het Leven blijft spreken, blijft zich woelen, komt soms naar boven als een trauma.¹⁴⁶ Trauma’s in ons leven, maar ook in onze maatschappij: de mensen met een depressie zijn een trauma voor een maatschappij die denkt dat het geluk nu voor iedereen te vinden is in ‘alsmaar meer...’. Toch is het niet te laat: het Leven blijft, laat ons niet gaan. De volheid van het Leven is er, onafhankelijk van ons streven, als de bron en vervulling van ons verlangen. Dat is de last, dat is genade.

¹⁴⁶ Over Leven en trauma, zie Welten, 2016.

Literatuur

- Augustinus, A. (1997). *Belijdenissen (vertaald door Gerard Wijdeveld)*. Amsterdam: Ambo.
- Bellow, S. (2001). *The Adventures of Augie March*. London: Penguin Books.
- Eliot, T. S. (1945). *Four Quartets*.
- Heidegger, M. (2006). *Sein und Zeit*. Tübingen: Max Niemeyer Verlag.
- Henry, M. (1963). *L'Essence de la Manifestation*. Parijs: Presses Universitaires de France .
- Henry, M. (1975). *Philosophy and Phenomenology of the Body (vertaald door Girard Etzkorn)*. Den Haag: Martinus Nijhoff.
- Henry, M. (1985). *Généalogie de la Psychanalyse*. Parijs: Presses Universitaires de France.
- Henry, M. (2003a). *Phénoménologie de la Vie I: De la Phénoménologie*. Parijs: Presses Universitaires de France.
- Henry, M. (2003b). *Phénoménologie de la Vie II: De la Subjectivité*. Parijs: Presses Universitaires de France.
- Henry, M. (2012). *Barbarism (vertaald door Scott Davidson)*. London: Continuum.
- Henry, M. (2015). *Incarnation: A Philosophy of Flesh (vertaald door Karl Hefty)*. Evanston, Illinois: Northwestern University Press.
- Kierkegaard, S. (2009). *Het Begrip Angst*. Budel: Damon.
- Kierkegaard, S. (2010). *De Ziekte tot de Dood*. Budel: Damon.
- Nieuwe Bijbelvertaling (NBV)*. (2004).
- Styron, W. (2004). *Darkness Visible*. London: Vintage Classics.
- Tillich, P. (1962). *The Shaking of the Foundations*. Harmondsworth, Middlesex: Penguin Books.
- Welten, R. (2016). *Als de Graankorrel niet Sterft: Een Filosofische Archeologie van Openbaring*. Zoetermeer: Klement.