

ouders lid waren geweest van de Nederlandse Protestantenvbond. Ik heb zelf op zondagschool gezeten, ook bij de Nederlandse Protestantenvbond. Ik heb daar vooral de oudtestamentische verhalen leren kennen. We gingen niet naar de kerk en gaandeweg werd vooral mijn vader atheïstisch.

Toen ik ging studeren ben ik zelf de Bijbel gaan lezen, ook het Nieuwe Testament. Ik ging me in van alles verdiepen. Ik deed aan zenmeditatie. Ik ging naar weekenden over antroposofie. Ik was heel nieuwsgierig naar alles wat er is op dit terrein. Want ik had zingevingsvragen, maar ook vragen als: wat is de dood?, wat is mijn plek in het leven? Vragen over het mysterie. Die zoektocht is uiteindelijk uitgemondd in het vinden van mijn Advaita Vedantaleermeester. Daar vond ik herkenning en misschien ook erkenning. Dat is zo gebleven tot op vandaag. Het is niet iets wat voor mij helemaal vastligt of zo. Ik kan me best voorstellen dat ik op een gegeven moment weer naar de kerk zou gaan.

Ik vind het belangrijk om stil te staan bij de dingen die er echt toe doen in het leven. Uiteindelijk gaat het om hoe je met je naaste omgaat. Hoe kunnen we een maatschappij creëren waarin mensen op een enigszins vreedzame manier met elkaar leven? In die zin baart de huidige tijd mij zorgen, want het non-dualisme in de wereld is ver te zoeken. Tegelijkertijd voel ik ook een bepaalde verantwoordelijkheid. Dat is wat mijn leermeester altijd zei: 'Met kennis en bewust-zijn komt verantwoordelijkheid.' Hij zei altijd: 'Houd het hoofd koel, het hart mild en laat je handjes wapperen.' Als opdracht aan de mens om dat iedere dag weer vorm te geven.

Ik stel me elke keer weer de vraag: is dit nuttig? Kan ik hier iets bijdragen of niet? Dan neem ik op een gegeven moment een beslissing: ik doe dit wel of niet. Achteraf denk ik soms: Ik had het niet moeten doen, maar ik kies altijd heel bewust. En ieder mens maakt fouten. Hoewel 'fouten maken' ook weer een kwalificatie is. In Advaita is het idee van de werkelijkheid 'leela': het spel van god. Wij zijn daar getuigen en tegelijkertijd ook onderdeel van. Het streven is om het goede te doen, maar tegelijkertijd moeten we soms vuile handen maken. De chirurg moet ook snijden om het abces te verwijderen. Niemand krijgt het leven cadeau, het is een opdracht. Dat is het non-dualisme: weten dat je verkeert in yin en yang. Soms ben je verdrietig en soms ben je gelukkig. Het gaat erom dat jij daarvan getuige bent en niet continu meegaat in die maalstroom. Iets wat nu, met alle maatschappelijke spanningen en de economische onzekerheid, vaak wél gebeurt.

Ik probeer vanuit integriteit te leven. Integer betekent 'uit één stuk zijn'. Géén dubbele agenda hebben. Als dat mensen raakt of aanspreekt, wat soms gebeurt, dan ben ik daar blij om. Dan ben ik dankbaar. Er zijn ook mensen die me haten om wat voor reden dan ook, en dat vind ik jammer. Dat voelt onprettig. Maar ik moet in de spiegel kunnen kijken en dan kom ik weer terug op die verantwoordelijkheid. Mensen zeggen bijvoorbeeld: 'Die moeder heeft haar kind vermoord en moet levenslang opgesloten worden.' Dan vind ik het mijn plicht om daar nuance in aan te brengen. Om erop te wijzen dat de meeste moeders die hun kinderen doden of heel depressief of psychotisch zijn, en dus ziek. Op die manier verplicht kennis soms tot het innemen van een bepaald standpunt en daar kunnen mensen heel grote bezwaren tegen hebben. Ik hoop altijd dat mensen achter mijn woorden kijken, naar de betekenis die ze hebben. Zoals in het spreekwoord 'Je kunt een paard naar het water brengen, maar je kunt niet maken dat hij gaat drinken.' Dat moet zo'n paard zelf doen. Ik kan mensen naar het water brengen, maar uiteindelijk zullen zij moeten drinken. Dat heb ik niet in de hand en dat kan ik ook loslaten.

Ethische dilemma's

Mijn vak beweegt zich op de grens tussen psychiatrie en recht. Daarbij gaat het om zaken als vrijheidsbeneming. Vind je het als psycholoog verantwoord dat mensen met ernstige psychische stoornissen, zoals schizofrenie, in de gevangenis zitten en niet in een kliniek? Het is een feit dat in Nederland die mensen soms gewoon in de gevangenis zitten. Als het heel slecht met ze gaat komen ze wel op een speciale afdeling, maar daar is de zorg niet hetzelfde als in een psychiatrische kliniek. Ik vind dat moeilijk. Dan zie ik meer de persoon en zijn ziekte, terwijl het strafrecht meer kijkt naar de daad. Het strafrecht zegt dat die vrouw haar kind heeft vermoord dus gestraft moet worden. Ik probeer om zo'n vrouw te onderzoeken en met haar in gesprek te gaan, en duidelijk te maken aan de rechter wat ik denk dat er met haar aan de hand is. Maar ik vind het pijnlijk om te zien wat er met sommige mensen gebeurt en dat ik daar dus niet zoveel aan kan doen. Ik probeer met objectieve feiten een bijdrage te leveren aan een veiliger maatschappij. En te bevorderen dat slachtoffers zich beter gekend voelen door een betere aanpak van de daders. Op die manier kunnen we tot een samenleving komen die iets vreedzamer is dan nu. Mijn ambities daarin zijn niet zo groot, maar dat is wel mijn ideële doel.

Er zijn collega's die zich meer identificeren met die straffende, repressieve aanpak. Voor mij als wetenschapper is crimineel en gewelddadig ge-

drag ook gedrag. In het begin van mijn loopbaan heb ik onderzoek gedaan naar paniekstoornis en agorafobie. Mensen die dat hebben durven vaak niet meer de straat op, zijn ze bang in de lift en dergelijke. Toen bestudeerde ik dat type gedrag, en nu bestudeer ik de andere kant van het spectrum: mensen die heel agressief worden tegenover andere mensen. Voor mij is dat in feite hetzelfde. Ik was net zo betrokken bij die eerdere problematiek als ik nu ben bij gewelddadig gedrag. Ik heb niet een moreel oordeel dat mensen die iets gewelddadigs doen heel anders zijn dan mensen met een depressie en angsten. Dat is iets wat niet iedereen begrijpt, maar ik denk dat het wel een voorwaarde is om in dit gebied wetenschappelijk onderzoek te kunnen doen. Want als je op voorhand al je oordeel hebt gevormd ben je geen wetenschapper.

Toevallig staan criminaliteit en geweld hoog op de maatschappelijke agenda en wordt er in de media veel aandacht aan besteed. Maar de manier waarop ik in dit veld ben terechtgekomen is echt toeval. Op een gegeven moment werd ik gevraagd om in de Van der Hoevenkliniek te komen werken, een tbs-kliniek. Ik had er zelfs nog nooit over nagedacht. Toen zag ik dat er nog heel veel te doen is in dit veld. Er is heel weinig kennis over de behandeling en diagnostiek van deze groep patiënten in vergelijking tot angststoornissen en depressies. Ik denk dat het leven voor een belangrijk deel uit een toevallige samenloop van omstandigheden bestaat.

Brein

Het feit dat we nu steeds meer over de werking van ons brein te weten komen zorgt ervoor dat we in een interessante tijd leven. Binnen de neurowetenschappen zijn twee kampen te onderscheiden. Het ene kamp zegt dat alles geheel of grotendeels door onze hersens wordt bepaald. Het andere kamp vindt dat we niet alleen het brein de schuld kunnen geven, maar dat de mens zelf ook verantwoordelijk is. Er is veel debat en er komen telkens nieuwe bevindingen naar voren. We weten ook steeds meer over het kindbrein en het puberbrein, en wat daarin allemaal gebeurt in termen van agressie en agressieregulatie. Het is een heel interessante tijd om met dit vak bezig te zijn. Al die tegenstellingen horen er gewoon bij, dat is hoe ik de wereld zie. Soms is het goed om daar even afstand van te nemen. Ik hecht dus ook niet zo aan 'mijn waarheid'. Als iemand op een gegeven moment een effectieve pil vindt tegen alle criminaliteit, dan ruil ik al mijn ideeën over de rol van opvoeding en dergelijke in. Als mensen met die pillen geholpen zijn en ze willen ze innemen, vind ik dat prima.

Ik heb geen belang bij de uitkomst van mijn onderzoek en ik vind het heel belangrijk dat ik echt onafhankelijk ben.

Drijfveer

Mijn belangrijkste drijfveer is écht willen weten, willen onderzoeken, willen begrijpen. Op dit moment ben ik druk met het bestuderen van de relatie tussen psychotische symptomen en gewelddadig gedrag. Zoals waandenkbeelden, waarbij iemand het idee heeft dat hij bespioneerd of afgeluisterd wordt, of dat mensen een aanslag tegen hem beramen. Een ander psychotisch symptoom is het horen van stemmen, die bijvoorbeeld opdracht geven om iemand anders iets aan te doen, of om zichzelf iets aan te doen. We weten heel globaal dat paranoïde psychose correleert met een verhoogd risico op geweld. Wanneer je de hele groep mensen met die stoornis bestudeert dan lijkt daar bewijs voor te vinden zijn. Maar binnen die groep doen de meeste mensen niks. Die zijn ongevaarlijk. Hoe komt het nou dat er een bepaalde subgroep is die uiteindelijk wel overgaat tot geweld? Hoe komt het dat iemand als Tristan van der V. een aanslag in Alphen pleegt? Hij is extreem ver gegaan en heeft zes mensen en zichzelf gedood. Wat mij intrigeert en waar ik ook onderzoek naar ga doen, is de vraag waarom deze mensen uiteindelijk die drempel overgaan? Waarom voegen mensen op een dag inderdaad de daad bij het woord? Onze kennis daarover is nu nog erg globaal. We hebben nog nooit echt goed met die mensen gepraat. We hebben niet gekeken naar wat er naast die symptomen nog meer aan de hand is. Ik vind het heel belangrijk om daar diepgaander onderzoek naar te doen.

God

Bij het woord 'god' denk ik aan het mysterie dat ons allemaal verbindt. Ik heb niet een beeld van god als een man in de hemel die mijn gebeden verhoort. Ik ben veel meer beïnvloed door het non-dualisme. God is het alomvattende. God zit in alle mensen. Als je naar de ander kijkt, dan kijk je naar god. Het mysterie dat zich openbaart in die andere mens. Als je dat iedere dag, elk moment kunt voelen, ben je een gelukkig mens.

De zin van het leven

Mijn leermeester zei altijd: 'De zin van het leven is dat je er zin in hebt.' Er is in principe geen hoger doel. Jij bent het doel! Tegelijkertijd ben je

helemaal niet het doel. Want jij als persoon doet er niet toe. Het gaat om heel andere, veel diepere dingen. Dat vind ik bevrijdend, te weten dat uiteindelijk je eigen ikje niet belangrijk is.

Ik geloof niet dat God in zeven dagen de hemel en aarde geschapen heeft. Dat lijkt me evident. Ik denk dat er allerlei processen binnen dat uitdijende heelal plaatsvinden. Ik vind het nog steeds verbijsterend dat ieder voorjaar al die planten in mijn tuin weer wakker worden. Dat kun je wel proberen te verklaren met allerlei fysiologische processen in die planten die reageren op licht en temperatuur en dergelijke, maar dat blijft voor mij een beperkte verklaring. Mijn religieuze ziel zegt: het leeft! En dat wil ik eigenlijk graag zo houden. Ik vind het heel troostrijk dat we ook dingen niet weten. Het maakt bescheiden dat er dingen zijn die we waarschijnlijk nooit zullen begrijpen. Nu in 2011 weten we over heel veel dingen heel veel meer dan in 1900, maar terwijl we steeds meer weten, weten we ook steeds meer wat we nog niet weten. Ik heb veel bewondering voor mensen die echt nieuwe ontdekkingen doen. Tegelijkertijd zijn dat vaak de mensen die het meest bescheiden zijn over die ontdekkingen. Zij weten dat wij als individu zo'n nietig iets zijn in de ontstaansgeschiedenis van het heelal, en in de tijd en de ruimte. Als je je ogen dicht doet dan is er binnen jou een oneindige ruimte en die is net zo oneindig als de ruimte buiten. Als je dat door hebt, dan is alles eigenlijk wel oké.

De dood

Ik heb een aantal keren meegemaakt dat dierbaren van mij doodgingen, en ik vind het stervensproces zelf prachtig. Ik vind de dood helemaal niet eng. Voor de mensen die achterblijven, die heel erg gehecht zijn aan de overledene, is het moeilijk. Die moeten door die fysieke onthechting en die periode van rouw heen. Maar als je bij een dode mag waken kun je dat mysterie echt ervaren. Dat heb ik een aantal keren van dichtbij meegemaakt, en dat vond ik van zo'n schoonheid. Die bevrijding kun je zelf ook beleven. Ik denk dat wij als bewustzijn op een bepaalde manier vastzitten in ons lijf en dat dat lijf bepaalde beperkingen met zich meedraagt en dat die dan opgeheven worden. Dat zijn momenten die ik koester, net als een geboorte trouwens. Die momenten dat je even getuige bent van het mysterie en als je daarvoor openstaat ben je een gezegend mens.