

'Een man die slaapt' van Georges Perec: over literatuur en depressie, over lezen en psychotherapie¹

Rudy Meurs

Literatuur heeft een meerwaarde voor psychologen. Dat bleek al uit eerdere bijdragen in deze rubriek, en elders: ter illustratie van psychopathologie aan de hand van een personage (Lezy, 2011), als hulpmiddel in een opleidings- of therapeutische context (Verbruggen, 2012), als casus in een wetenschappelijk onderzoek (Rober & Rosenblatt, 2013). In deze bijdrage belicht ik het belang van literatuur door in te gaan op wat literatuur met de lezer doet. Door haar specifieke aard brengt literatuur iets anders teweeg dan een theoretisch werk. Verder duid ik een verwantschap aan tussen het lezen van literatuur en het voeren van een therapie. De roman *Een man die slaapt* van Georges Perec dient als vertrekpunt.

Een bijzondere leeservaring: *Een man die slaapt* van Georges Perec

“Je hoeft je huis niet te verlaten. Blijf aan je tafel zitten en luister. Luister niet eens, wacht. Wacht niet eens, wees volkomen stil en alleen. De wereld zal voor je verschijnen om door jou te worden ontmaskerd, zij kan niet anders, in extase zal zij voor je kronkelen. Franz Kafka” (Perec, 1967/1996, p. 1)

Deze handvol zinnen – waar een verontrustende kracht van uitgaat – maakt deel uit van ruim honderd aforismen die Kafka (1917/1975) ooit heeft opgetekend onder de titel *Meditaties over de zonden, het lijden, de hoop en de ware weg*. Ze zijn het motto van Perecs roman en ze zetten de toon voor wat volgt. Zo houdt Perec de ‘tweede persoon enkelvoud’ aan tot de laatste regel van zijn roman (uitgezonderd één alinea). Dat heeft een grote invloed op hoe je dit boek als lezer ervaart. De vertelstem spreekt je onophoudelijk op een dwingende wijze toe. Je weet dat de zinnen verwijzen naar het personage, maar naarmate je verder leest, verzwakt dat besef en vervagen de grenzen tussen jezelf en de ‘jij’ in het boek. Het is alsof de vertelstem samenvalt met een stem in jezelf. Alsof je wordt toegesproken vanuit een plek in jezelf.

“Je bent alleen maar een oog. Een ontzaglijk, starend oog dat alles ziet, zowel je slap neerliggende lichaam als jouzelf die kijkt en bekeken wordt, alsof het oog zich volledig in zijn kas had omgedraaid en je woordeloos gadesloeg, jou, jouw binnenste, jouw zwarte, lege, lugubere, geschrokken, onmachtige binnenste. Het kijkt naar je en nagelt je vast. Je zult altijd jezelf blijven

zien. Je kunt niets doen, je kunt jezelf niet ontvluchten, je kunt niet ontvluchten aan je blik, nooit zul je dat kunnen: zelfs als het lukte om zó diep in te slapen dat geen enkele schok, geen enkele kreet, geen enkel brandijzer je nog kon wekken, dan was er nog dat oog, jouw oog, dat nooit dicht zal gaan, dat nooit in zal slapen. Je ziet jezelf, je ziet je jezelf zien, je kijkt naar je kijken naar jou. Zelfs als je wakker werd zou wat je ziet onveranderlijk hetzelfde zijn. Zelfs als het je lukte om er duizenden, miljarden oogleden bij te krijgen, dan nog was er daarachter dat oog dat je bleef aankijken.” (Perec, 1967/1996, p. 72)

De hel van een depressie wordt hier bijna tastbaar. Depressieve patiënten spreken – wanneer ze daar nog toe in staat zijn – over de onrust en spanning die ze ervaren, en hoe die hen uitput. Dat staat in schrill contrast met de stilstand die aan de buitenkant vaak zichtbaar is, en die als symptoom te boek staat (PDM Task Force, 2006). De geciteerde regels doen mij die discrepantie gewaarworden en begrijpen onder welke innerlijke druk ze dreigen te zwichten. Je kunt je terugtrekken uit het actieve, sociale leven in de hoop rust te vinden – en dat lijkt de betrachtning van de jongeman uit de roman – maar aan deze innerlijke hel valt zo niet te ontsnappen. Integendeel, voorbij een bepaald punt komt men terecht in een neerwaartse spiraal waar het in zichzelf opgeslokt worden en de vervreemding elkaar nog versterken. Dat is misschien de val van een depressie, die kan leiden tot een wanhoopsdaad.

Literatuur en vakliteratuur

Een man die slaapt is te onderscheiden van (auto)biografische verslagen van een depressieve episode, zoals *Het duister zichtbaar* (Styron, 1990/2003), *Ver heen* (Kuiper, 1988) en *Kikker gaat fietsen* (Van Buuren, 2008).

Een (auto)biografie vertelt een (stuk van een) leven. Taal wordt gebruikt om op de lezer – zo expliciet mogelijk – over te brengen wat men over dat leven wil delen. Dat kan meeslepend zijn of saai, maar de lezer wordt in de eerste plaats geïnformeerd. Ook in een wetenschappelijke tekst – bijvoorbeeld over depressie – wil men de lezer informeren, op basis van onderzoek, klinische ervaring en argumenten.

Literatuur is raadselachtiger. In een roman wordt de rijkdom van de taal benut om ‘iets’ – dat wezenlijk is voor de schrijver – te ensceneren. Het is mogelijk dat de schrijver zelf ten dele ontgaat wat dat ‘iets’ precies is. David Grossman, hedendaags schrijver, alludeert hierop:

“Wat een wonder en geluk, wat een zoete beloning bieden deze momenten, als, simpelweg door het schrijven van een bepaald personage de schrijver daardoor ook geschreven wordt, of als een onbewuste keuzemogelijkheid van zijn karakter, een mogelijkheid die stilzwijgend, latent, onderdrukt was, plotseling geformuleerd wordt, bevrijd wordt door een van zijn personages, aan het licht komt, in de meest eenvoudige zin van deze woorden.” (2007, p. 23-24)

Om therapeutisch werk te toetsen en te verbeteren, is weldoordacht kwalitatief effectiviteitsonderzoek nodig, en dat kan slechts gebeuren in wisselwerking met een verfijnd, conceptueel kader (bijvoorbeeld Luyten, Vanmechelen & Hebbrecht, 2011). Vakliteratuur biedt richtingaanwijzers waarmee we ons kunnen oriënteren in het therapeutische veld.

Literatuur maakt echter op een andere manier aanspraak op onze ervaring van de werkelijkheid. Theorie benoemt en objectiveert. Literatuur maakt ons deelachtig.

Terug naar Perec: fascinatie versus onverschilligheid

Een man die slaapt verscheen in 1967, twee jaar na Perecs debuutroman *De dingen*. Waar Perec in *De dingen* het thema fascinatie op literaire wijze verkent, doet hij dat in *Een man die slaapt* met onverschilligheid (Perec, 1990).

In *De dingen* voert hij Jérôme en Sylvie op, een jong koppel dat zijn vrije uren spendeert aan het zorgvuldig vergaren van dingen die getuigen van smaak: meubilair, boeken, gebruiksvoorwerpen, ... Hun levensstijl is herkenbaar voor velen van ons. Doordat Perec hun wederbaren mild ironisch beschrijft, slaat deze herkenning om in een onbehaaglijk besef dat zij/wij eigenlijk wanhopig een imago najagen – een imago dat voortdurend leeg dreigt te lopen als een ballon.

In *Een man die slaapt* is het hoofdpersonage een naamloze student die zich afsluit voor de wereld rondom hem. Op een dag besluit hij niet deel te nemen aan zijn examen sociologie. Zijn vrienden proberen hem te bereiken, kloppen aan, steken briefjes onder zijn deur, maar hij antwoordt niet. Hij wijst de anderen radicaal af.

Hoe verschillend beide romans ook mogen zijn, als lezer kijk je in dezelfde afgrond. *Een man die slaapt* toont die gapende leegte op zijn donkerst. Het lezen van beide werken scherpte mijn besef dat depressie een mogelijke toestand is die ook tot ‘mijn’ wezen behoort. Vroeg of laat kan ik ook door de bodem vallen, die mijn levensgevoel zo onopvallend stut:

“Er ging iets stuk, er is iets stukgegaan. Je voelt je niet langer – hoe zeg je dat – ondersteund: iets begint je te ontvallen, iets waarvan je meende, waarvan je meent dat het je tot dan toe heeft getroost, dat het je hart heeft verwarmd, het gevoel dat je bestaat, dat je belangrijk bent haast, de indruk dat je hecht aan de wereld, dat je erin bent ondergedompeld.” (Perec, 1967/1996, p. 16)

“Ik denk dat als we een boek lezen dat zo is geschreven, een boek waarin de schrijver inderdaad de verlangde plek heeft bereikt waar hij de ander van binnenuit heeft leren kennen en toch ook zichzelf is gebleven, dat dan bij ons, de lezers, een speciaal gevoel van geestelijke verheffing wordt opgeroepen, dat we een zeldzaam moment meemaken waarin we raken aan een kostbaar menselijk geheim, aan een essentiële ervaring. En dit gevoel gaat, zoals bekend, gepaard met een ander, niet minder kostbaar en opwindend gevoel van werkelijk intieme nabijheid tot degene over wie het boek dat we lezen vertelt. [...] Zo komt het, ook als er sprake is van een figuur die tegenstand oproept, of zelfs weerzin en walging, dat die weerzin en walging toch geen volkomen vervreemding creëren in relatie tot hem, ze brengen geen scheiding aan tussen hem en ons.” (Grossman, 2007, p. 17-18)

Lezen en psychotherapie

Dat literatuur ons deelachtig maakt, brengt met zich mee dat er bij het lezen veel in ons wakker wordt gemaakt, net als bij het voeren van een therapeutische sessie.

Antonino Ferro, een belangrijke vernieuwer in de hedendaagse psychoanalyse, besteedt ruim aandacht aan wat er in de analyticus (therapeut) beweegt, en hoe dat aangewend kan worden om het doel van de therapie te bereiken (Hebbrecht, 2011). Waar vroeger de nadruk lag op het vertalen en decoderen, ligt die nu vooral op het construeren van nieuwe betekenissen. “Het komt er op aan de capaciteit tot dromen, denken en voelen te ontwikkelen in plaats van zich

te richten op het analyseren van psychische inhoud” (Hebbrecht, 2011, p. 26). Dat doet de therapeut door de patiënt te vergezellen in zijn verhaal, door gebruik te maken van zijn creatieve capaciteiten en hem beelden aan te reiken (Hebbrecht, 2011, p. 23). Ferro noemt dat de artistieke kant van het analytische beroep (Hebbrecht, 2011, p. 24).

Opdat de therapeut iemand kan zijn die zich laat meevoeren in de verkenning van de innerlijke wereld van de ander, heeft de therapeut een eigen ruimte nodig waar hij kan rondzwerven in zijn binnenwereld, een ruimte waarin hij kan spelen met ideeën en ervaringen (Vliegen, 2007). De eigen analyse is volgens Vliegen de plek bij uitstek waar de (kinder)therapeut – in aanwezigheid van de speelse en creatieve geest van een ander – op verkenning kan gaan in zichzelf:

“de aangename en warme oorden, de beklemmende en beangstigende plekken, de plaatsen die te vies zijn om alleen te betreden, die waarvoor hij zich doodschaamt, de ruimtes die hij om goede redenen ooit hermetisch afsloot...” (2007, p. 177)

Dat komt overeen met de uitdaging van de schrijver:

“Voor mij is schrijven, het schrijven van literatuur, onder meer een daad van protest en verzet en zelfs van opstand tegen deze angst [voor wat er werkelijk gebeurt binnen in de ander]. Tegen de verleiding om me te verschansen in mezelf, een bijna niet voelbare, vriendelijke en beleefde, maar wonderbaarlijk efficiënte scheidingswand op te trekken tussen mij en de anderen, en uiteindelijk tussen mij en mijzelf.” (Grossman, 2007, p. 15)

Het lezen van literatuur vervangt niet een eigen analyse of therapie. Literatuur kan ons mijns inziens wel voeden en in contact brengen met zones in onszelf waar we misschien weg willen blijven. Een interessant concept dat Ferro heeft geïntroduceerd, is ‘casting’: het zoeken en vinden van personages en filmsets die uitdrukking kunnen geven aan stomme zones van de psyche, primitieve emoties (Hebbrecht, 2011, p. 21). Literatuur kan ons personages en sets aanreiken en zo onze innerlijke wereld uitdagen en verrijken. In wat we lezen, zouden we uitdrukkingen kunnen vinden voor ervaringen, conflicten, belevingen waarvoor we zelf geen woorden vinden. Onze binnenwereld zou zo bevolkt kunnen worden door personages, beelden en metaforen die, wanneer ze in ons worden opgeroepen door wat de patiënt zegt of doet, deel kunnen gaan uitmaken van het creatieve proces van de therapie. De schrijfster Herta Müller:

“Als ik moet uitleggen waarom voor mij het ene boek onverbiddelijk is en het andere oppervlakkig, kan ik alleen maar wijzen op de dichtheid van de passages die in je hoofd het dwalen teweegbrengen, passages die mijn gedachten onmiddellijk naar de gebieden trekken waar zich geen woorden kunnen ophouden. [...] Het criterium voor de kwaliteit van een tekst is voor mij altijd dit ene geweest: ontstaat er een zwijgend dwalen in mijn hoofd of niet. Elke goede zin mondt in je hoofd daar uit waar dat wat hij veroorzaakt anders met zichzelf spreekt dan in woorden. En als ik zeg dat boeken mij hebben veranderd, dan is dat om deze reden gebeurd.” (2010, p. 32)

Tot slot

Therapie is een kwestie van kunde én kunst. Theorie fundeert onze therapeutische techniek. Literatuur (en bij uitbreiding: film, theater, beeldende kunst, dans, ...) kan onze creatieve mogelijkheden verrijken.

Noot

1. Ik draag deze tekst op aan Guy Verbruggen. Hij was een inspirerende collega, die vorig jaar – veel te vroeg – overleed.

Literatuur

- Grossman, D. (2007). *De ander van binnenuit kennen. Over de ziel van het schrijven*. Amsterdam: Cossee.
- Hebbrecht, M. (2011). Droomverhalen in het tweepersonenveld. Een kennismaking met het werk van Antonino Ferro. *Tijdschrift voor Psychoanalyse*, 17, 17-29.
- Kafka, F. (1917/1975). *Huwelijksvoorbereidingen op het land*. Amsterdam: Querido.
- Kuiper, P.C. (1988). *Ver heen. Verslag van een depressie*. 's-Gravenhage: SDU Uitgeverij.
- Lezy, J. (2011). Reflecties over een psychotisch romanpersonage. *Tijdschrift Klinische Psychologie*, 41, 91-93.
- Luyten, P., Vanmechelen, W., & Hebbrecht, M. (Red.) (2011). *Depressie: actuele psychoanalytische benaderingen*. Antwerpen/Apeldoorn: Garant.
- Müller, H. (2010). *De koning buigt, de koning moordt. Essays*. Breda: De Geus.
- PDM Task Force (2006). *Psychodynamic Diagnostic Manual*. Silver Spring, MD: Alliance of Psychoanalytic Organisations.
- Perec, G. (1965/1990). *De dingen*. Amsterdam/Antwerpen: Uitgeverij De Arbeiderspers.
- Perec, G. (1967/1996). *Een man die slaapt*. Amsterdam/Antwerpen: Uitgeverij De Arbeiderspers.
- Perec, G. (1990). Perec à Warwick. In M. Ribière (Ed.), *Parcours Perec: colloque de Londres (mars 1988)* (pp. 25-40). Lyon: Presses Universitaire de Lyon.
- Rober, P., & Rosenblatt, P. (2013). Selective disclosure in a first conversation about a family death in James Agee's novel 'A Death in the Family'. *Death Studies*, 37, 172-194.
- Styron, W. (1990/2003). *Het duister zichtbaar. Verslag van een voorbijgaande ziekte*. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds.
- Van Buuren, M. (2008). *Kikker gaat fietsen of over het leed dat leven heet*. Rotterdam: Lemniscaat.
- Verbruggen, G. (2012). Voer voor psychologen: over de grote kracht van een kleine roman. *Tijdschrift Klinische Psychologie*, 42, 86-89.
- Vliegen, N. (2007). De divan voor de kindertherapeut. Denken over spelen, spelend denken en spelen met gedachten. *Tijdschrift voor Psychoanalyse*, 13, 175-186.

Personalia

Rudy Meurs is werkzaam als klinisch psycholoog en psychoanalytisch psychotherapeut in het Dagcentrum Angst en Depressie Koraal, Psychiatrisch Centrum Bethanië, Zoersel.
E-mail: rudy.meurs@emmaus.be.