


J A N S T O R M S

DESTRUCTIEVE
RELATIES OP
DE SCHOP

A hand holding a red-handled shovel digging into sand. The background is a vibrant, abstract mix of yellow, orange, and red, suggesting a sunset or a warm, intense atmosphere. The shovel is positioned diagonally, with the hand at the top right and the blade digging into the sand at the bottom left.

PSYCHOPATHIE
HERKENNEN EN HANTEREN

Jan Storms

Destructieve relaties op de schop

Psychopathie herkennen en hanteren

Veertiende druk



AnkhHermes

Inhoud

Voorwoord 15

Inleiding 17

Dank en verantwoording 21

1 Kader en begrippen 23

Bewustzijn 23

Gelaagdheid 24

Werkelijkheid 25

Ontwikkeling van bewustzijn 26

Dharma 27

Geweten 28

Goed en kwaad 28

Morele aard van de inhoud 29

Alsof je het met een pincet kunt pakken 30

2 Psychopathie 31

Een ondoorgrondelijke ziekte 31

Ziel en gezondheid 36

De ogen van de ziel 38

Kernkenmerken van psychopathie 39

Wederkerigheid 42

Angst 43

Zoektocht naar een diagnose 44

Heb ik te maken met een psychopaat? – een drielagige beschouwing van psychopathie 45

1 De kern: de stoornis van de ziel	46
2 Persoonlijkheidskenmerken	48
3 Gedrag	49
Onderscheid tussen psychopathie en gezondheid	56
Een kloof in het begrijpen	57
Onderscheid tussen de kern van psychopathie en de verschijningsvormen	59
Oorzaken van psychopathie	59
Oorzaken grijpen aan op zielsniveau	59
Overzicht van oorzaken van psychopathie	61
Toelichting van oorzaken	62
Verantwoordelijkheid	65
Comorbiditeit	66
Aanduidingen van of verbonden met psychopaten en psychopathie	70
Aantallen	73
Culturele verschillen	74
Gek of niet-gek	74

3 Psychopaten 77

Erg of minder erg	77
Aspecten van de persoonlijkheid en het gedrag	79
Gevoelsschaal	79
Ontwikkeling	81
Innerlijke leeftijd	83
De kloof met de anderen	86
Het masker	87
Soorten afweer – het ontlopen van de innerlijke leegte	88
Afweer	89
Narcisme	89
Psychisch kannibalisme	91
Jaloezie	101
Destructiviteit	102
Perversiteit	104
Ongevoelig of overgevoelig	104
Controledrift, machtsdrift	104
Onbetrouwbaar en wantrouwig	105
Ontwikkeling van het ethisch besef	107

Verantwoordelijkheidszin en zorg	110
Manipulatie	111
Zaken laten ontsporen - intrigeren	111
Seksualiteit	112
Lichaamskenmerken	113
Maskers	114
Functies van de maskers	114
De verschillende soorten maskers	115
I. Geestelijk gezond of geestesziek	115
II. Aantrekkelijk	116
III. Superieur	117
IV. Zwak	119
V. Sterk	124
VI. Altruïstisch	126
VII. Onopvallend	129
Algemene conclusie	130
Vrouwen en mannen	131
Jonge psychopaten	134
Oude psychopaten	135
Kunnen psychopaten veranderen?	136
Professionele psychopaten	137

4 Prooien 139

De groupie	139
De vette buit	140
De hulpgever	141
De empaat	142
Kinderen	144
De psychopaat als prooi	146
Profiel van de interessante prooi	147
Tekenen van kwetsbaarheid	149
Factoren van kwetsbaarheid	150
Prooien zijn geen masochisten	152

5 De psychopaat in actie 153

Geestelijke invloed	153
Spreken	156

De schijn van communicatie	157
Aspecten van de spraak	158
Hoe begrip je bindt	159
Rommelen met taal	160
Niemand thuis	162
De communicatie van schijn	165
Misbruik van cognitieve illusies	167
In de ban van een psychopaat	167
Gedrag	168
Niet thuis, niet verantwoordelijk	170
De destructieve cyclus in de omgang met een prooi	172
De verleiding	174
Het binden van de prooi	176
De ondergraving	179
De vernietiging	185
De hernieuwde verleiding	186
De scheiding	187
Collectief antibewustzijn	188
Het leven als slagveld	188
De psychopaat in de organisatie	188
De psychopaat in de buurt	192
De omgeving	192
De psychopaat in het gezin	195
Kinderen	197
Het kind in de rol van ouder	197
Taken van de kinderen	199
Grensoverschrijdende erotiek of seksualiteit	199
Verdwalen in een waanwereld	200
Destructieve binding	201
Fysieke en psychische schade	202
Imitator of prooi	203
Stress-responsen in een relatie met een psychopaat	203
Hoe kinderen zich gedragen wanneer ze aan een psychopaat zijn overgeleverd	203
Neerwaartse ontwikkeling	205

Mededogen 215

6 Zelfbescherming 217

- De belangrijkste raad 218
- Het afscheid 218
 - Innerlijke voorbereiding 218
 - Belangrijke tips voor een stille voorbereiding op het afscheid 219
 - Gemeenschappelijke kinderen 220
 - De banden doorsnijden 222
 - Het rouwproces 222
 - Eindelijk vrij, en nu ... 223
- Als contact onvermijdelijk is 224
 - Zo veel mogelijk via derden 224
 - Tips voor omgang met de psychopaat 224
- Kijk naar de werkelijkheid 224
 - Ga van de automatische piloot af – wees alert 224
 - Realiseer je de nietigheid van de psychopaat 225
 - Realiseer je zijn schadelijke aard 225
 - Houd vast aan je innerlijke overtuiging 225
- Ga om met wat er werkelijk is 226
 - Speel de onverschillige 226
 - Ken, herken, en benoem 227
 - Communiceer met niets 227
 - Geloof geen woord van wat een psychopaat zegt 228
 - Oppervlakkig communiceren 229
 - Voorbeelden 229
 - Een beetje humor 231
- Vermijd conflicten, maar laat niet over je lopen 232
 - Wanneer je wordt aangevallen 232
 - Bij confrontaties 234
 - Breng hen van hun stuk 235
 - Psychopaten uitlokken 236
 - Neem je vrijheid 237
 - Als je toch iets gedaan wilt krijgen 237
- Voorkomen is beter 238
 - Luister naar je intuïtie 238
 - Licht de doopceel 239
 - Neem de waarschuwingen serieus 239
 - Wied in je opvattingen 240

Wees scherpzinnig	241
Schakel kwetsbaarheden uit	241
Beperk contacten met giftige personen	242
Nuttige vaardigheden	242
Ontwikkeling van ontbrekende vaardigheden	242
Psychische bescherming	243
Versterk je zelfbetrokkenheid	244
Meer humor	245
Omgaan met negatieve emoties	246
Hulp aan kinderen	247
De erfenis van onopgeloste zaken	248
Volkomen ouderschap	249
Loyaliteit	250
Een duivels dilemma	254
Factoren van weerbaarheid	254
Laat strategieën voor zelfbescherming intact	255

7 Herstel 257

De schade opnemen	257
Tips	258
Liefhebbende, begrijpende mensen om je heen	259
Herstel van het lichaam	259
Ontwikkel geestelijke kracht	260
Trauma's helen	261
Hooggevoeligheid en stabiliteit	263
Kinderen	264
Vertrouwen in anderen	265
De winst	266

8 Misstanden en aanbevelingen 269

Een speeltuin voor psychopaten	269
De situatie nu	270
Stemmen uit de samenleving	271
De huidige wijze van 'jeugdbeschermen' speelt psychopaten in de kaart	272
De psychopathische omkering	275
De 'vechtscheiding' en het met dwang onderdrukken van conflicten	276

Stijlen van interveniëren die afbreuk doen aan de opdracht van de jeugdbescherming	280
Functionele psychopathie in de praktijk van de jeugdbescherming	282
Conclusie	287
Aanbevelingen	288
Gezondheidszorg	291
Preventie van psychopathie	292
Verantwoordelijkheid naar morele draagkracht	293

Nawoord 295

Informatie 296

Voorbeelden

Emma	34
Adinda	54
Joost	79
Lucas	100
Charnell	101
Annebel	106
Lotte	120
Ruben	121
Bram	122
Leopold	129
Anna	143
Iris	153
Max	182
Tom	189
Gijs	191
Irna	207
Eva	226
Stijn	234
Xanthippe	244
Tina	274
Emmeken	279
Sara	281

Voorwoord

Dit is een boek voor moedige mensen. Het gaat niet zozeer over de criminele psychopaten die iedereen kent uit spectaculaire films en strafprocessen. Het gaat over de psychopaat bij jou in de straat – op de werkvloer – de huis-tuin-en-keukenpsychopaat die zich weet voor te doen als normaal of aardig en daarom ook zo gemakkelijk bij je binnenkomt. Het gaat over mensen die je van nabij kent of denkt te kennen, mensen met een diepe, ongeneeslijke stoornis van het geweten die zij meestal goed weten te verbergen.

Psychopathie komt bij pakweg een op de twintig mensen voor. Het is ongelooflijk dat dit vrijwel niet bekend is. Psychopathie roept, wanneer zij aan het licht komt, heftige reacties op, emoties die verstorend en schokkend kunnen zijn. Om deze reden kijken we er, meestal zonder het goed te beseffen, liefst van weg en houden de illusie van ‘niets aan de hand’ in stand. Van deze illusie blijft, wanneer je het boek zult hebben uitgelezen, niets over.

We geven psychopaten vrij spel zolang we de kop in het zand houden. Als we hun destructieve invloed aan banden willen leggen, dan moeten we psychopathie leren herkennen en hanteren. Hiermee ruimen we wellicht de grootste hindernis op voor een harmonieuze ontwikkeling van de samenleving. De gedachte is aantrekkelijk. De uitvoering vergt moed.

Ik heb getracht de inhoud in aanvaardbare en verteerbare termen te presenteren. Toch is het mogelijk dat herkenning sterke emoties losmaakt. Wanneer je merkt dat de impact sterk is of dat je tijd nodig hebt om de inhoud te verwerken, haal dan de voet van het gaspedaal. Onderneem prettige, onbezorgde activiteiten. Leg het boek weg en begin opnieuw te lezen wanneer het weer aan je trekt. Ook kan het voor de verwerking nuttig zijn om je gedachten omtrent de inhoud met anderen te delen. Wanneer je zou merken dat het boek zoveel losmaakt dat het te veel voor je is om te verwerken, forceer je dan niet. Het is mogelijk dat herstel-

len van de schade die je hebt opgelopen voorrang moet krijgen. Je kunt daartoe gebruikmaken van de raadgevingen uit hoofdstuk 7 en misschien vind je het in jouw omstandigheden wenselijk om professionele hulp in te schakelen (zie ‘Informatie’ op bladzijde 296).

Als je een relatie hebt met iemand die aan psychopathie lijdt, lees dan eerst ‘Tips voor stille voorbereiding van het afscheid’ op bladzijde 219.

Jan Storms

Inleiding

Er is waarschijnlijk geen geestelijke afwijking zo vernietigend voor het web van menselijke relaties als psychopathie. Met zekerheid is het voor hen die met een psychopaat in aanraking komen de gevaarlijkste vorm van krankzinnigheid. De geestesziekte van de psychopaat heeft ogenschijnlijk alle kenmerken van gezondheid. Het is het bedrieglijk gewone dat ons geruststelt, vleit, inhaalt als een vriend of een geliefde, met als enig doel ons leeg te halen en te vernietigen. Psychopathie is parasitisme dat vermomd kan gaan als menslievendheid, onschuld, redelijkheid, goedheid, superioriteit, hulp en hulpbehoevendheid.

Geen andere stoornis is zo ver verwijderd van de normale menselijke beleving als deze. Het is voor een gezonde, voelende en met een geweten en verantwoordelijkheidszin begiftigde mens vrijwel onmogelijk om zich een voorstelling te vormen van het innerlijk van de psychopaat, van de kaalslag die schuilgaat achter zijn mooie masker.

Wanneer iemand in de ware aard van een psychopaat schouwt, iemand die misschien al jaren met deze mens samenleeft, wanneer het masker valt, dan kan dit een schokkende realisatie zijn, een ervaring die ons hele beeld van de mensheid omverhaalt. Zo geperfectioneerd kan het masker van de psychopaat zijn, dat wie de psychopathische misleiding ontdekt, gaat twijfelen aan zijn verstand of zelfs in een crisis terechtkomt die hem verlamt, ontreddert en – wellicht tijdelijk – nog meer verstrikt in de destructieve relatie.

De prooiën van psychopaten raken vaak alles kwijt: hun relaties en bezittingen, hun gezondheid en hun baan, hun vertrouwen in anderen, hun bereidheid om relaties aan te gaan, en hun goede naam.

Niettegenstaande de verschrikkingen die zij meemaken, staan zij vaak vrijwel alleen. Wat zij moeten doorstaan is zo bizar en zo in tegenstelling met het gelikte masker dat de psychopaat aan de buitenwereld toont, dat zij niet geloofd worden wanneer zij erover vertellen. In een groot aantal

gevallen slaagt hun kwelduivel erin hun intieme relaties of collega's tegen hen op te zetten.

In de volksmond wordt de term 'psychopaat' geassocieerd met een 'kille seriemoordenaar'. Deze gevallen spreken tot de verbeelding, maar zijn ook buitengewoon zeldzaam. Psychopathie is echter een geestelijke stoornis die veel vaker voorkomt en meestal niet als zodanig herkend wordt. Deskundigen geven schattingen aan die gaan van 1 tot 6% van de bevolking. De kans is dus groot dat je meerdere psychopaten kent, ook al beseft je dat misschien (nog) niet. Een psychopaat pleegt zelden een fysieke moord, maar menig psychopaat heeft wel degelijk de bedoeling je psychisch net zo dood te maken als hij vanbinnen is. Wanneer de prooi van de psychopaat een kind is – meestal zijn eigen kind – slaagt de psychische moord in vele gevallen. Deze slachtoffers worden daders, de psychopaten van de volgende generatie. Het komt ook voor dat mensen zo ontredderd raken door toedoen van een psychopaat, dat zij de hand aan zichzelf slaan.

Psychopaten zijn niet in staat een echte relatie aan te gaan. In de meeste gevallen kunnen ze die wel naspelen, maar de inhoud ontbreekt. Zij voelen geen verbondenheid met anderen, de behoeften van anderen kennen ze niet. Zij voelen zich niet verantwoordelijk voor het welzijn van hun medemens. De stem van het geweten die gezonde mensen ervan weerhoudt anderen leed te berokkenen, is dood in hen. De regels van de samenleving kennen ze meestal wel, maar ze gelden alleen voor anderen, niet voor hen. Hun leven is een onafgebroken en vruchteloos pogen zich datgene toe te eigenen wat in het leven van hun prooien warm en licht en waardevol is – door het te vernietigen.

Dit boek is geschreven om je in staat te stellen psychopathisch gedrag te herkennen, zodat je jezelf ertegen kunt beschermen en de mensen in je omgeving die prooi zijn geworden van een psychopaat steun kunt bieden. Het biedt strategieën die nuttig zijn in de omgang met psychopaten, wanneer contacten onvermijdelijk zijn. Het biedt ook inzichten aan hen die in een relatie met een psychopaat beschadigd zijn, om hun gezondheid en levensgeluk te herstellen.

Verschillende relaties en ontmoetingen met psychopaten hebben mij ontzettend veel hartebloed gekost. Maar ze hebben mij ook in contact gebracht met een grotere reikwijdte van de menselijke ervaring en mij ertoe aangezet mij meer diepgaand te ontwikkelen. Dit boek is niet bedoeld om psychopaten te verketteren of om het woord 'psychopaat' als scheldwoord te propageren, maar om inzicht te geven in deze grotendeels onbekende

stoornis, en leed te voorkomen. Als dit boek je prikkelt tot inzicht en zo-
doende bijdraagt aan je geluk, dan is het doel ervan vervuld.

Voorafgaand aan het eigenlijke boek is er een hoofdstuk met enkele
beknpte beschouwingen die nuttig zijn voor het begrijpen van de rest
van het boek. Het gaat om enkele begrippen uit de vedische psychologie
en een toelichting van de morele aard van de inhoud. De inhoud van dit
gedeelte is vrij abstract, maar het loont de moeite om het door te nemen.
Het plaatst de rest van het boek in een breed kader, waardoor de zwaarte
van het gegeven goeddeels wordt weggenomen.

Het tweede hoofdstuk van dit boek bevat een algemene beschouwing
van het verschijnsel psychopathie. Bij ons onderzoek van psychopathie
dringen we – voor zover dat mogelijk is – door tot de kern hiervan.

Het derde hoofdstuk geeft een overzicht van verschillende soorten
psychopaten en de maskers waarvan zij zich bedienen. Ook wordt inge-
gaan op het ontstaan van psychopathie bij kinderen.

Hoofdstuk 4 gaat over de mensen die een verhoogd risico lopen om
het doelwit te worden van psychopaten. Meestal zijn het mensen die heel
wat te bieden hebben, maar die te goed van vertrouwen zijn, met een sterk
ontwikkelde zin voor verantwoordelijkheid en rechtvaardigheid, mensen
die van nature intelligentie aan grote gevoeligheid paren, die buitenge-
woon gewetensvol zijn of te weinig assertief, of die door eerder misbruik
psychische schade hebben geleden. Dit maakt hen kwetsbaar voor mani-
pulatie. Grote aantallen kinderen worden slachtoffer van een psychopaat.
Aan de uitermate beschadigende invloed van een psychopathische relatie
in het leven van kinderen besteden we bijzondere aandacht.

Daarmee zijn het fenomeen psychopathie en ook de actoren – de psy-
chopaat en zijn prooi – bekend. In het vijfde hoofdstuk onderzoeken we
de wijze waarop de psychopaat te werk gaat. We besteden aandacht aan de
geestelijke invloed van psychopaten op andere mensen, de manipulatie-
en aanvalstactieken die zij hanteren en de destructieve omgang met de
prooi, de impact van een psychopaat in gezinnen en organisaties, waar-
om het vaak voorkomt dat de omgeving niet thuis geeft of zelfs de zijde
van de psychopaat kiest, en hoe psychopaten reageren op scheiding.

In hoofdstuk 6 behandelen we de strategieën die je kunt hanteren om
jezelf te beschermen tegen de ondergraving van je eigenwaarde en tegen
de vernietigende invloed en acties van psychopaten. De manipulator die
geen greep krijgt, geeft het op en gaat op zoek naar een ander slachtof-
fer. We besteden ook aandacht aan de ondersteunende rol van vertrouwde

mensen in je omgeving. Hoofdstuk 7 is gewijd aan herstel. Samenleven of samenwerken met een psychopaat kan intens traumatiserend zijn. Herstel kan een zaak van lange adem zijn, met name wanneer de relatie lang heeft geduurd en de vitale reserves van de prooi zijn uitgeput. Ook wanneer er tijd mee is gemoeid, zijn er evenwel goede mogelijkheden voor herstel.

In het laatste hoofdstuk geven we tips en aanbevelingen aan mensen die in hun beroep te maken krijgen met psychopaten of hun slachtoffers. Het is buitengewoon belangrijk dat hulpverleners in de gezondheidszorg, kindbeschermers, rechters, personeelsfunctionarissen enzovoort goed op de hoogte zijn van deze wijdverbreide geestesziekte, zodat ze zich niet laten manipuleren en onverhoopt daarmee het lijden van onschuldigen nog erger maken. Ook belichten we de noodzaak voor de samenleving om psychopathie zo veel mogelijk te voorkomen en de invloed van psychopaten in te perken.

Dank en verantwoording

Ik ben voor het schrijven van dit boek aan veel mensen dank verschuldigd. Aan mensen die hebben bijgedragen aan het begrip van de menselijke psyche in meer recente en in lang vervlogen tijden. Aan de vele mensen die ik heb ontmoet, die met het verwoorden van hun waarnemingen mijn begrip hebben verdiept. Zonder iemand tekort te willen doen, wil ik in het bijzonder Gerrit Jan Schmidt danken, de geduldige en begripvolle vriend die me waardevolle raad en steun gaf en mijn laatste twijfels wegnam rond het schrijven van dit boek.

Dit boek is vooral bedoeld om de geïnteresseerde leek inzicht te verschaffen en om mensen in staat te stellen zichzelf en anderen te beschermen tegen het destructieve gedrag van psychopaten. Het boek bevat nieuwe inzichten die (nog) geen gemeengoed zijn in het wetenschappelijke denken over psychopathie en daarom voor mensen uit het vakgebied interessant kunnen zijn. Maar het is, in tegenstelling tot de gebruikelijke wetenschappelijke traktaten, niet doorspekt met referenties. Die zouden de lezer hinderen.

De ervaringen met psychopaten die in dit boek zijn weergegeven zijn uit het echte leven gegrepen. Alle namen zijn echter verzonnen. Ook andere kenmerken van de personen die erin voorkomen – geslacht, leeftijd, beroep, relaties, land van herkomst – zijn gefingeerd. Gedragselementen – psychopatisch of anders – afkomstig uit meerdere bronnen kunnen in één figuur zijn samengevoegd en concrete elementen van gedragingen zijn veranderd. De weergave van gedragingen is er niet om naar reële personen te verwijzen, maar om de in het boek weergegeven aspecten van psychopathie en zelfbescherming te illustreren. Overeenkomsten met mensen die je kent berusten op toeval.

Mensen die op onplezierige wijze met een psychopaat in aanraking zijn gekomen noem ik liever ‘prooi’ dan ‘slachtoffer’. Prooi zijn ze van-

uit het perspectief van de psychopaat. Dat kan, zeker na het lezen van dit boek, een misrekening blijken. Een prooi hoeft geen slachtoffer te zijn.

Omwille van de leesbaarheid verwijs ik naar de psychopaat als 'hij' en naar de prooi als 'zij'. De overeenkomst is louter taalkundig. Het zou dus verkeerd zijn om hieruit te concluderen dat psychopaten van het mannelijke en prooien van het vrouwelijke geslacht zijn. Ook het zelfstandig naamwoord 'ouder' is taalkundig gezien een 'hij'. Tenzij uitdrukkelijk anders is aangegeven begrijpen we 'psychopaat', 'prooi' en 'ouder' dus steeds als 'van beiderlei kunne'.

1 — Kader en begrippen

Bewustzijn

Er zijn drie bewustzijnstoestanden waarmee iedereen vertrouwd is: wakker bezig zijn, dromen, en de droomloze slaap. In het gewone waken zijn er twee soorten gedrag: observeerbaar gedrag als praten en de ledematen bewegen, en innerlijk gedrag in de vorm van gedachten, gevoelens en inzichten. Min of meer constante kenmerken van dit innerlijk gedrag noemt men persoonlijkheids- of karaktertrekken. Moderne psychologen bestuderen vooral het gewone waken terwijl ze zelf gewoon wakker zijn.

Abraham Maslow verrichtte onderzoek naar de 'piekervaring', een ingrijpende ervaring die de grenzen van het individu oprekt, het innerlijk bijzonder verrijkt en het leven diepere zin geeft. Piekervaringen gaan gepaard met vernieuwende inzichten, bruisende creativiteit, vreugde, een toevloed van energie en authentiek geïnspireerde bevoegdheid.

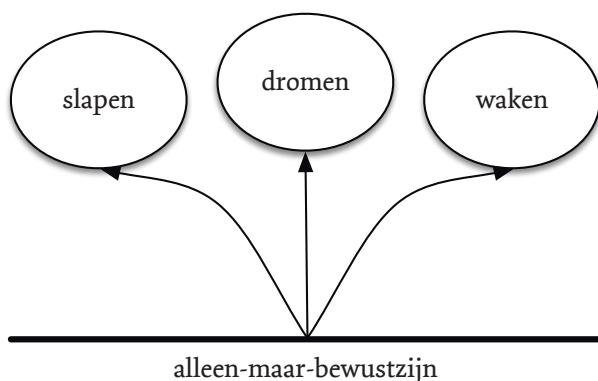
De vedische psychologie, afkomstig uit de wetenschappelijke traditie van het oude India, houdt zich ook bezig met de 'gewone' bewustzijnstoestanden – slapen, dromen en waken – maar haar meest wezenlijke bijdrage ligt in de kennis van 'hogere' bewustzijnstoestanden. Een hogere bewustzijnstoestand is een piekervaring die voortduurt. Het is een plateau van hoger functioneren.

Niet de gedachten, gevoelens, inzichten of gedragingen waar ons bewustzijn op gericht is, maar het *bewustzijn* zelf staat centraal in de vedische psychologie.

In de moderne, materialistische visie is bewustzijn een onbegrijpelijk bijverschijnsel van het functioneren van onze hersenstof. In de vedische visie is de materiële wereld én alles wat tot het innerlijk behoort in wezen *alleen maar bewustzijn*, zoals golven in wezen alleen maar water zijn.

Dit 'alleen-maar-bewustzijn' ligt buiten het bereik van het gewone waken, en valt daarmee buiten het bereik van de moderne psychologie.

vier bewustzijnstoestanden



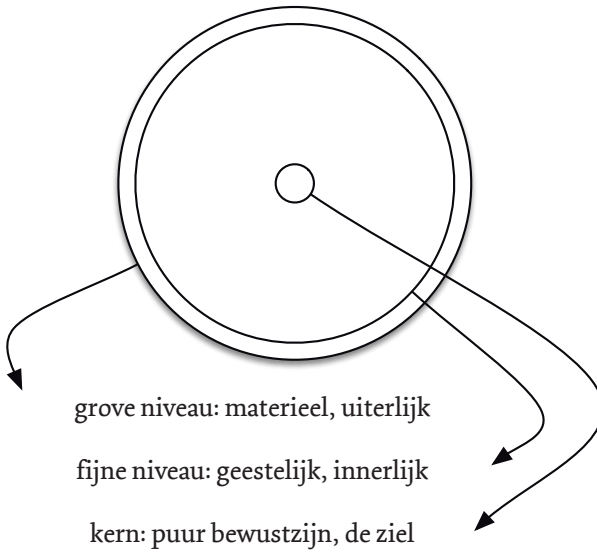
In het gewone waken is ons bewustzijn – datgene waarmee we kennen – gericht op allerlei zaken in de buiten- en binnenwereld, maar niet op zichzelf. *Kennis van bewustzijn* is alleen maar stil wakker zijn dat zichzelf kent en niets meer dan dat. Hans Andreus vergeleek het met ‘bodeloos transparant water’. Dit stil-wakker-zijn alleen verenigt in zichzelf de kenner, het kennen en het gekende. Het is allesomvattend.

Gelaagdheid

Een belangrijk begrip uit de vedische wetenschap is de ‘gelaagdheid van de werkelijkheid’. Ook in de moderne natuurkunde en biologie maken we gebruik van het begrip ‘gelaagdheid’. In de biologie gaat die ordening bijvoorbeeld van grof naar fijn: individu → orgaansystemen → organen → weefsels → cellen → celorganen → moleculen. De natuurkunde gaat nog verder: moleculen → atomen → subatomaire deeltjes → en nog fijnere deeltjes, golven, snaren of geometrieën, waarover men speculeert. In de vedische psychologie tref je vele concepten van gelaagdheid aan. Bijvoorbeeld: van grof naar fijn (of van concreet naar abstract en van ‘buiten’ naar ‘binnen’): de stoffelijke voorwerpen, de zintuigen, de denkende geest, het verstand, het handelende ik, het bewustzijn dat getuige is (fijner dan het fijnste of volledig abstract).

Belangrijk voor ons verdere betoog is dat het meer en meer verfijnde opereren van onze ‘kenapparatuur’ op steeds fijnere lagen van de werkelijkheid aangrijpt en ons zo dicht en dicht brengt bij de ervaring van bewustzijn-op-zich, het ‘bodeloos transparante water’, dat de wezenlij-

gelaagdheid



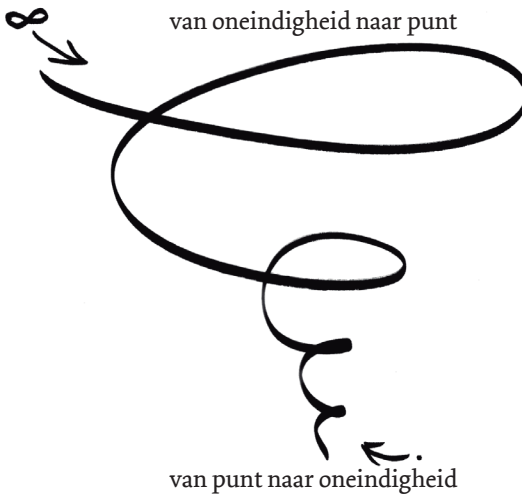
ke aard van alle dingen is – en natuurlijk ook van onszelf. Een ander woord voor ‘verfijnen’ is ‘cultiveren’. Cultuur is in wezen een benadering van de ‘werkelijkheid’. In de voorgrond van het bewustzijn staat bijvoorbeeld het geluk dat we ervaren op het ogenblik dat we een vriend begroeten, en stiller, subtiel in de achtergrond, staat een meer algemeen gevoel van veiligheid. Het bewustzijn zelf, fijner dan het fijnste, onbegrensd, is de achtergrond van de achtergrond, het primaire canvas waarop al onze ervaringen worden geprojecteerd.

Op diepere, fijnere lagen van de werkelijkheid treffen we een grotere energie aan. Dit geldt zowel voor fijnere tijdruimteschalen van de materie, ons bekend uit de natuurkunde – denk aan de krachten die liggen opgeslagen in het atoom – als voor fijnere aspecten van de innerlijke werkelijkheid. De allerfijnste gedachten, de meest abstracte niveaus van begrip zijn het krachtigst, de fijnzinnigste emoties komen van diep en beroeren de diepte in anderen; bewustzijn zelf is allesdoordringend.

Werkelijkheid

Wat het meest opvalt aan de werkelijkheid is dat ze ‘werkt’. Het hele universum is gevuld met een geweldige, onmetelijke, een buiten-

de innerlijke dynamiek van bewustzijn



adem-niet-groot-genoege-woordenachtige dynamiek. Er gaat nogal wat om, in zo'n heelal, en nog veel meer in de 'binnenheelal' van al die levende wezens. De vedische wetenschapsmensen onderkenden dat al die activiteit zich afspeelt tussen oneindig groot en oneindig klein. Verder stelden zij vast dat – op een kosmische schaal – de verbinding tussen die twee uitersten – oneindigheid en punt – de stroom van bewustzijn is.

Een soort almachtige maalstroom in dat oneindige bewustzijn, samenkomend in een punt, oneindig snel en helemaal en overal. En omgekeerd wordt elk punt aangezogen door en gaat op in de oneindigheid. Ook dat is het stromen van bewustzijn: van zijn talloze punten naar de oneindigheid. Elk punt is dus geladen met de totaliteit en de totaliteit ontvangt de prikkel van elk punt. Deze dynamische, oneindige onderlinge verbondenheid is de oergrond voor alle vormen van schepping en verandering, van kennis, ervaring en relaties. Het wezen van dit alles: alleen maar bewustzijn.

Ontwikkeling van bewustzijn

Tegen de achtergrond van de kosmische werkelijkheid – de dynamische aard van zuiver bewustzijn – zien de vedische wetenschapsmensen de evolutie van levensvormen als een geleidelijk toenemend vermogen om de volledige werkelijkheid te ervaren. In deze ontwikkeling zit een dubbele beweging: enerzijds een steeds fijnere differentiatie van de kenver-

mogens en anderzijds het vermogen om verschillen te integreren. Een zich steeds verder uitbreidende verscheidenheid in een steeds hechter wordende eenheid. Het individuele bewustzijn ontwikkelt zich tot het samenvalt met de kosmische werkelijkheid.

Er is een wezenlijk verschil tussen de eerdere beschrijving van de werkelijkheid en de beschrijving van de ontwikkeling van de ziel. De almachtige innerlijke dynamiek van bewustzijn ontstijgt en omvat tijd en ruimte, de ontwikkeling van de ziel speelt zich af binnen tijd en ruimte.

Je zou kunnen zeggen dat de mens zich in het grote schema van natuurlijke ontwikkeling ongeveer halverwege bevindt: niet oneindig wijs, maar ook niet helemaal stom. De ontwikkeling van het bewustzijn verloopt geleidelijk, in ontelbare stappen, is in elke generatie weer afhankelijk van een aanzienlijke overdracht van cultuur van de vorige generatie en is ook van een gunstig samenspel van talloze omgevingsfactoren afhankelijk. Soms gaat dat mis.

Dharma

Een centraal begrip in de vedische psychologie is *dharma*. Dharma is afgeleid van de wortel *dhri*, die onder meer ‘dragen’, ‘ondersteunen’, ‘in stand houden’, ‘vasthouden’, ‘intomen’ en ‘richten of leiden naar’ betekent. In afgeleide zin betekent dharma ook ‘plicht’ of ‘wet’.

Dharma is de intelligente kracht die ontwikkeling ondersteunt. Je kunt ontelbaar vele soorten dharma onderscheiden. Bijvoorbeeld de dharma van een ouder, van een kind, van een arts, van een landbouwer ... Bij elke dharma hoort een wijze van zich gedragen die het leven ondersteunt. De ouder zorgt voor de kinderen en beschermt hen, het kind vergaart kennis, de arts verzorgt zieken en de landbouwer zorgt voor voedsel.

Ook het absolute heeft een dharma: ‘zijn’. De dharma van bewustzijn is ‘bewust zijn’. In alle gevallen komt de dharma overeen met zijn en zich gedragen in overeenstemming met de eigen natuur. Dharma, de kracht die ontwikkeling ondersteunt, is ingebouwd in de aard van het leven. Alle levende wezens worden onweerstaanbaar voortgetrokken in de natuurlijke stroom van evolutie, als blaadjes die meegevoerd worden in een rivier.

Er is ook een algemene dharma van het mens-zijn, die wezenlijk is voor de ontwikkeling van het bewustzijn van een mens. Deze dharma of natuurlijke levensplicht onderhoudt de verbinding van de ziel met haar bestemming. Je ziel is de interface tussen je leven van alledag en de god-

delijke realiteit. Met het ontwikkelen van je bewustzijn licht je ziel steeds meer op. De verbinding tussen de eeuwige, goddelijke werkelijkheid en je dagelijks leven wordt daardoor steeds hechter en meer betekenisvol. De dharma van de totale werkelijkheid en de dharma van je individuele leven gaan hand in hand, zijn zo innig verweven dat het onderscheid niet meer te maken valt.

Geweten

‘Geweten’ is vasthouden aan dharma, is vasthouden aan je natuurlijke levensplicht die je ontwikkeling ondersteunt. De weg van natuurlijke ontwikkeling is te vergelijken met een snelweg: smal en recht, met vangrails aan de zijkant. Je kunt snel reizen en je verspilt geen tijd.

De ontwikkeling van geweten is hetzelfde als de ontwikkeling van bewustzijn. De woorden ‘geweten’ en ‘bewustzijn’ zijn aan elkaar verwant en in het Latijn en het Grieks worden ze zelfs aangeduid met hetzelfde woord: *conscientia* en *syneidesis*. De letterlijke betekenis is ‘samen weten’; in overdrachtelijke zin: ‘heel goed weten’. Dit is ook de betekenis van ‘bewustzijn’, waarvan de wortel ‘weten’ versterkt is met ‘be’. De bedenkers van de taal waren wijs.

Datgene wat ‘heel goed’ weet is de ziel. Zij is de stille getuige van alles wat je doet. Psychopathie is een ernstig gebrek van het geweten.

Goed en kwaad

Er zijn mensen die ervan overtuigd zijn dat het kwaad niet bestaat en dat iedereen in wezen goed is. Als je ziet welk lijden het ongeordende gedrag van psychopaten teweegbrengt, lijken deze opvattingen echter weinig praktisch en zelfs gevaarlijk.

Het lijkt me redelijk om te stellen dat geluk goed is en ongeluk niet goed. Meer geluk is beter en minder geluk slechter. Het hoogste goed is louter vreugde, zonder enig spoor van lijden. Een natuurlijke indeling van gedrag in goed en kwaad moet dan gebaseerd zijn op de gevolgen die het heeft: als het gedrag vreugde teweegbrengt is het goed, als het lijden teweegbrengt is het kwaad, en als het beide teweegbrengt is het zowel goed als kwaad.

Het ligt voor de hand dat kennis de voorwaarde is voor gedrag dat vreugde teweegbrengt. Gedrag dat gebaseerd is op onwetendheid leidt tot

mislukking, teleurstelling en lijden en is dus als kwaad aan te merken.

Socrates zei: 'Er [is] maar één goed: kennis, en maar één kwaad: onwetendheid.' Socrates noemt onwetendheid *amathia*. Het woord *amathes* betekent niet alleen 'onwetend' maar ook 'zonder aandacht' of 'geestloos'.

Ontwikkeling van het bewustzijn is ontwikkeling van het geweten. Ontwikkeling van het bewustzijn vormt de basis voor gedrag dat in toenemende mate wijs en goed is. Het zorgt voor vooruitgang op alle gebied en brengt vreugde in het leven. Dit houdt je op de goede weg.

Morele aard van de inhoud

Als mens bewegen we mee met de stroom van natuurlijke ontwikkeling door gewetensvol gedrag. De ontwikkeling van de ziel vormt de grondslag voor een natuurlijke ethiek, voor het beoordelen van goed en kwaad gedrag. Gewetensvol gedrag is afhankelijk van wijsheid en bevordert de ontwikkeling van wijsheid in een deugdzame cirkel.

Bij psychopathie is er sprake van een ernstige stoornis van het geweten. Dit uit zich in allerlei vormen van gedrag die destructief zijn of die zich op een willekeurige wijze verhouden tot de natuurlijke ethiek. Een spontane reactie op dit gedrag is afkeer. Die afkeer kan zich uiten als een negatieve emotie, maar ook als een (onbewust) 'niet willen weten'. Reflexen als deze brengen meestal complicaties teweeg. We oordelen bijvoorbeeld zonder begrip, of reageren, wanneer we de stoornis ontkennen, niet alert en worden slachtoffer of medeplichtige.

Gewoonlijk benoemen we onethisch gedrag met woorden die een morele lading hebben. Dat heeft een zeker voordeel: je schept duidelijkheid ten aanzien van het destructieve karakter voor de omgeving. Er zijn echter ook nadelen. Door een moreel oordeel uit te spreken kun je het zicht verliezen op het feit dat het gedrag voortkomt uit een ziekte of een niveau van ontwikkeling dat lager is dan 'normaal'. Als een kleurenblinde er niet in slaagt een taak uit te voeren die afhankelijk is van kleuronderscheid, dan is het onterecht hem te beschuldigen van kwaadwilligheid. Het kan juist zijn een psychopaat die zich destructief gedraagt kwaadwillig te noemen. Maar is die kwaadwilligheid ook 'schuldig'? Moreel onderscheid ligt immers goeddeels buiten zijn mogelijkheden. De psychopaat kent de morele concepten misschien wel, maar kent hun inhoud niet, zoals een blinde de namen van de kleuren wel kent, maar de kleuren zelf niet kan ervaren.

Stel dat je niet weet dat iemand moreel blind is en je bent door zijn gedrag gekwetst en verontwaardigd. Wanneer je veroordeelt, ben je blind

voor de morele blindheid. Dat is hoogst nadelig, want juist als je de handicap van de psychopaat niet doorhebt, kan verstrengeling optreden. De opzet van dit boek is juist eraan bij te dragen helderheid te scheppen en die verstrengeling, wanneer zij aanwezig is, te ontmengen en bevrijdend te ontknopen. Ik heb, met dit doel voor ogen, moreel gekleurde taal bewust niet geheel weggelaten, maar heb het gebruik ervan ook niet overdreven.

Het is goed om bij het lezen van dit boek alert te zijn op spontane gevoelens van verontwaardiging en afkeer, gevoelens van compassie, of ‘ik wil het niet weten’. Het is normaal dat je dergelijke gevoelens ervaart. Maar je helpt noch jezelf, noch de zieke mens of de samenleving als je je door deze gevoelens laat leiden. Wanneer je in het dagelijks leven reflexen als deze herkent, kan het een teken zijn dat je met psychopathie in aanraking komt. Herkenning stelt je echter ook in staat om de regie te behouden en verstrengeling te voorkomen.

*Zij die kwaad doen bereiken Mij niet – het
zijn dwazen, laagontwikkelde mensen, door
begoocheling beroofd van echte kennis, of mensen die
een demonische aard aannemen.*

– VEDA VYASA, BHAGAVAD GITA 7.15

Alsof je het met een pincet kunt pakken

De omgang met mensen die aan psychopathie lijden kan erg problematisch zijn, een hindernis en uitdaging die zelfs onoverkomelijk lijkt.

Ik heb vaak meegemaakt dat mensen die van nabij geconfronteerd werden met een psychopaat, deze ernstig traumatiserende ervaring aangrepen om de eigen ontwikkeling sterk ter hand te nemen. De confrontatie met de zeer ernstige geestesziekte van een psychopaat beantwoordden zij met de bevestiging van een veel dieper fundament van geestelijke gezondheid in zichzelf. Wanneer je individuele beleving zich op deze wijze verruimt, moet het probleem in vergelijking daarmee veel van zijn onmogelijkheden inleveren. Alsof je het met een pincet kunt pakken.

‘If it does not kill you, it makes you stronger’ is in deze context niet vanzelfsprekend en daarom te goedkoop, maar met inzicht, goede wil en inzet – en enige tips uit dit boek – zou dit de belangrijke positieve uitkomst kunnen zijn.