

‘Voltooid leven vind ik een dubieus begrip’

Hij overleefde de Holocaust, werkte als psychiater in New York en Jeruzalem en werd in eigen land een gelauwerd en verguisd hoogleraar. **Herman van Praag** (95) beschrijft het in zijn autobiografie. ‘Genocide in Gaza? Ach, geklets.’

tekst Maurice Timmermans foto's Patrick Post



Als

Joodse tiener zat hij gevangen in concentratiekamp Theresienstadt en ontsnapte hij aan de gaskamers. Later in zijn leven werd hij uitgemakt voor 'nazi-arts'. Herman van

Praag was als psychiater en hoogleraar bepaald niet onomstreden. In de jaren zeventig werd zijn biologisch onderzoek naar geestesziekten vergeleken met de medische experimenten van de nazi's.

Hoe hoog de richtingsstrijd in de psychiatrie destijds opliep, bleek in 1977. Honderden demonstranten liepen te hoop tegen een internationaal symposium dat Van Praag op touw had gezet. Ze sloegen met stokken op de ramen. Van Praag werd bedreigd, zijn kinderen moesten een tijd onder politiebegeleiding naar school.

Het valt te lezen in de autobiografie *Gemoedsbewegingen, terugblikken op een veelbewogen leven*. Het zelfportret, zoals Van Praag het noemt, verschijnt twee jaar na de kloeke biografie die filosoof Henk Haenen over hem schreef. "Daarin ligt het accent op mijn denken. In de autobiografie draait het om mijn gevoelswereld", zegt Van Praag.

Gemoedsbewegingen is alweer zijn negende boek, allemaal geschreven na zijn emeritaat als hoogleraar psychiatrie. "Ik schrijf omdat me dat bevrediging geeft, omdat ik iets van het leven wil maken. Ik maak er mijn leven voller mee." Al zit er ook iets van dwang in, erkent hij. "Ik schreef altijd, ook op vakanties, elke ochtend en avond. Als ik het niet deed, voelde ik me minder tevreden, had ik de dag niet goed besteed."

Hij doet zijn verhaal vanuit een leren fauteuil in zijn werkkamer, waar de boekenkasten reiken tot aan het plafond. De kamer in zijn royale appartement in Bilthoven is tevens het territorium van bronzen dieren waaronder giraffen, een olifant en een luipaard. "Mam, hoe heet die kunstenares ook alweer", roept Van Praag door een open deur naar zijn vrouw Nelleke in de woonkamer.

"Sherry Sander!"

"Ja, zo heet ze. Zij kan dieren heel mooi in hun beweging treffen."

In *Gemoedsbewegingen* blikt de illustere psychiater terug op zijn leven waarin er 'nogal wat branding is ge-



weest', schrijft hij. Op zijn dertiende werd hij samen met zijn zus en ouders opgepakt door de nazi's. Via Westerbork belandden zij in een zogeheten doorvoerkamp in Theresienstadt. Daar bad hij voor het eerst tot God. 'Wie u ook bent, help ons in Godsnaam uit deze misère. Laat ons leven. Vernietig onze belagers.'

Zijn gebed leek deels verhoord. Kort daarna werd hij van de ontsmettingsafdeling afgehaald, waar hij bezittingen van overledenen desinfecteerde. En waar hij voortdurend in angst leefde dat hij zelf besmet zou raken met tyfus of dysenterie. Van Praag werd overge-



‘Zonder doel is het leven wat mij betreft niet de moeite waard’

HERMAN VAN PRAAG

Herman Meïr van Praag (Schiedam, 1929) werkte tot 1997 als **hoogleraar psychiatrie** in Groningen, Utrecht, Jeruzalem, New York en Maas-tricht. Hij legde zich toe op hersen-onderzoek en geldt als een van de grondleggers van de biologische psychiatrie.

Na zijn emeritaat heeft hij veel gepubliceerd over **religie en zingeving**. Voor *Trouw* schreef hij met regelmaat opiniestukken over het grensgebied tussen psychiatrie en religie. Onlangs verscheen bij uitgeverij Damon zijn autobiografie *Gemoedsbewegingen. Terugblikken op een veelbewogen leven*.

plaatst naar de dierenstallen van het kamp. De paarden die hij daar verzorgde, werden zijn vrienden, schrijft hij. Na ruim een jaar werd hij met zijn gezin bevrijd door de Russen, ontsnapt aan de dood.

Na de bevrijding trok Van Praag, vanwege zijn liefde voor paarden, nog drie maanden met paardencircus Strassburger door het land. Maar uiteindelijk koos hij voor een studie geneeskunde. Daarin spitste hij zich toe op de neurologie. Eind jaren vijftig, toen de eerste antidepressiva op de markt kwamen, switchte hij naar de psychiatrie. Met zijn hersenonderzoek maakte hij al snel faam als het boegbeeld van de biologische psychiatrie, die zocht naar biologische oorzaken van geestes-ziekten.

Dat leverde hem zware kritiek op. Biologisch onderzoek vloekte met de toenmalige linkse ideologie dat mensen niet ziek werden geboren, maar ziek werden gemaakt, en wel door de maatschappij, door ongelijke kansen, door armoede. Wie de oorzaak in de patiënt zelf zocht, was verdacht, rechts, fout.

Behalve demonstraties en bedreigingen kwamen er in de binnenstad van Utrecht ook affiches te hangen met: ‘Van Praag is een fascist’. Helemaal omdat hij heil zag in elektroshocktherapie, die zijn tegenstanders van de zogeheten anti-psychiatrie beschouwden als een vorm van marteling.

Feitelijk is *Mr. Biological Psychiatry*, zoals hij werd genoemd, altijd een pleitbezorger geweest van een psychiatrie van pillen én praten, zegt hij nu. “Aandacht voor de hersenen is essentieel, maar dat geldt ook voor iemands verleden, de jeugdervaringen, het temperament, het gezin, de maatschappij.”

Ook voor de levensomstandigheden van patiënten dienen psychiaters oog te hebben, vindt hij. In New York, waar Van Praag elf jaar als hoogleraar en bestuurder heeft gewerkt, zette hij een lesprogramma op waar patiënten een vak leerden als houtbewerker of >>

>> boekbinder, maar ook hoe ze prettiger met mensen om konden gaan, met hun partner en kinderen, als die er nog waren. Patiënten gingen dus niet alleen naar therapie, maar ook naar school.

Zou dat in Nederland ook zin hebben?

“Ja, dat denk ik wel. Het is hier niet zo erg als destijds in The Bronx, de wijk in New York, maar ook in Nederland wonen veel patiënten in armelijke omstandigheden, en die kun je met scholing meer perspectief bieden. Alleen al door de aandacht en de dagstructuur kan menigene de draad van het leven weer oppakken. Ik heb in de jaren negentig geprobeerd om deze programma's in Nederland op landelijke schaal in te voeren, maar dat is niet gelukt. Vooral omdat de toenmalige ggz-instellingen, de Riaggs, allemaal hun eigen beleid uitstippelden.”

U vindt ook dat zingeving in de behandeling thuishoort. Waarom?

“Je leeft toch om iets van het leven te maken, om iets na te streven. Zonder doel is het leven wat mij betreft niet de moeite waard. Zingeving is iets dat je als psychiater moet bespreken. Waar leeft de patiënt van op? Wat vindt die belangrijk in het leven? Werk, gezin, tuinieren, je kunt overal zin aan ontleen. Het leven is niet snel voltooid. Ik vind ‘voltooid leven’ maar een dubieus begrip.”

Hoe bedoelt u dat?

“Als mensen hun leven als voltooid ervaren, dan heeft dat meestal een duidelijke reden, die vaak voortvloeit uit eenzaamheid. Als je geen werk, partner en aanloop meer hebt, kan het leven aan zin en betekenis verliezen. Richt je dan niet op de voltooid verleden tijd, zeg ik dan, maar op de onvoltooid toekomstige tijd. De toekomst is niet snel voltooid, daarin kun je altijd opnieuw zin vinden. Ik wijs het begrip voltooid leven niet af, maar ik vind wel dat we voorzichtig moeten zijn om op grond daarvan definitieve conclusies te trekken, om euthanasie toe te kennen.”

Wat vindt u van de ophef rond de euthanasie van het 17-jarige meisje Milou?

“Dat vind ik een nare zaak. Ik ken psychiater Menno Oosterhoff en neem aan dat hij de euthanasie met veel zorg, aandacht en begrip heeft uitgevoerd. Dat collega's



het er niet mee eens zijn, oké, maar ga dan praten in plaats van het Openbaar Ministerie inschakelen.”

Moet de leeftijdsgrens voor euthanasie wat u betreft omhoog?

“Dat een meisje van 17 zodanig is vastgelopen dat ze niet meer vooruit kan, is ongelooflijk triest. Maar of je vervolgens een leeftijdsgrens moet stellen, ik weet het niet... Je moet uitermate goed nagaan wat de redenen zijn waarom iemand dood wil. Of die wens onomkeerbaar is. Denk niet te snel dat er niets meer aan te doen valt, probeer euthanasie tot de laatste snik te voorkomen. Maar als het lijden echt uitzichtloos blijkt, wat kan op je 17de, dan lijkt euthanasie me gepast.”

Over zingeving maar ook over religie heeft u na uw academische carrière veel geschreven. U houdt er in uw eigen woorden een privé-religie op na. Wat houdt die in?

“Ik geloof in een bovennatuurlijke, morele instantie die invloed heeft op de geschiedenis, maar ik weet ook dat die instantie een product is van mijn verbeeldingskracht. Het is een zelf geschapen God die mij steun geeft. Ik zie het als een mentor, een soort vader- of moederfiguur, die je kunt aanspreken. Ik geloof ook in de Messiaanse hoop, het idee dat het leven morgen beter is dan vandaag. Dat hield me als tiener overeind in de kampen.”

Het gezin waarin u bent opgegroeid was niet



‘Wat je ook doet,
vraag je altijd af:
kan ik het aan
of is het te
hoog gegrepen?’

religieus, wel uitgesproken zionistisch. Hoe kijkt u naar het optreden van Israël in Gaza vóór het staakt-het-vuren?

“Niet met plezier, het verontrustte me. Maar wat in de berichtgeving steeds werd verzwegen, was dat de verhouding tussen gesneuvelde terroristen en burgerdoden in Gaza gunstig is in vergelijking met andere oorlogen, in Irak of Afghanistan bijvoorbeeld. Al klinkt het naar om zo over mensenlevens te praten. Wat ik ongehoord vind, is dat een land als Iran lid is van de Verenigde Naties, terwijl het de vernietiging van Israël in de grondvesten heeft staan.”

Israël heeft zich schuldig gemaakt aan genocide, zegt Amnesty.

“Ach, geklets. De bevolking van Gaza is in 2024 met 2 procent gegroeid, las ik in *The World Factbook* van de Amerikaanse inlichtingendienst CIA. Het was in ieder geval niet de bedoeling van Israël om Gazanen om te brengen, de bombardementen waren gericht op de leden van Hamas. Dat diens terreurtroepen zich mengen onder de burgerbevolking, wat een misdaad is tegen de menselijkheid, heeft helaas onschuldige doden gekost.”

Uw eigen leven heeft ondanks de ophef over uw visie in de jaren zeventig geen grote teleurstellingen gekend, schrijft u. Hoe verklaart u dat?

“Wat je ook doet, vraag je altijd af: kan ik het aan of

is het te hoog gegrepen? De kunst is om dat goed in te schatten.”

Toch blijkt uit uw boek dat u uw beslissing eind jaren zeventig om het hoogleraarschap in Jeruzalem na anderhalf jaar af te breken, zeer betreurt.

“Daar heeft u gelijk in. Dat was een grote teleurstelling. Als psychiater moet je de taal, het Hebreeuws in dit geval, door en door kennen, en dat is me niet gelukt.”

Met een brede lach: “In de volgende druk ga ik dat aanpassen, zal ik mijn vertrek uit Jeruzalem als een grote teleurstelling bestempelen”.

U bent inmiddels 95 jaar, heeft een openhartoperatie gehad en meerdere dubbele longontstekingen. Bent u bang voor de dood?

“Nee, maar ik vind de dood wel een vervreemdend idee. Dat ineens het doek valt, en dat dan alles weg is. Hier in het appartementencomplex is net iemand overleden en opgebaard als een mooi aangeklede pop, terwijl die man een paar uur daarvoor hier nog gewoon rondliep. Ik geloof niet in een leven na de dood, hoogstens dat er een sprankje van me overblijft in de herinneringen van kinderen en kleinkinderen. Het enige waar ik bang voor ben, als kind al maar nu nog steeds, is dat ik in de kist word gelegd en niet echt dood blijkt te zijn. Het is een gedachte die me niet heeft gekweld, maar die ik wel al mijn leven lang heb. En waar die vandaan komt, ik weet het niet.” <<



Herman van Praag
**Gemoeds-
bewegingen**

Terugblikken op een
veelbewogen leven
Damon;
336 blz. €29,90