Filosofie van Autisme

# FILOSOFIE VAN AUTISME

*Fundering voor een trage psychoanalyse*

Erik Nagtegaal

brave new books

Voor mam en pap

*"Traag is goed."*

Ann Weiser Cornell

**Filosofie van Autisme**

© 2026 Erik Nagtegaal
Auteur: Erik Nagtegaal

Druk en bindwerk: Brave New Books, Rotterdam
Coverontwerp: Erik Nagtegaal
Vormgeving binnenwerk: Brave New Books, Rotterdam

Filosofie algemeen
ISBN: 9789465383682
NUR: 730

*Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.*

# INHOUD


**INLEIDING** **9**
AUTISME EN TRAAGHEID

**HOOFDSTUK 1** **19**
TRAAGHEID

**HOOFDSTUK 2** **29**
EEN HUMANISTISCHE LEVENSFILOSOFIE

**HOOFDSTUK 3** **45**
TRAGE PSYCHOANALYSE BIJ AUTISME

**HOOFDSTUK 4** **63**
HET VERTRAGINGSPROCES IN VIER STAPPEN

**HOOFDSTUK 5** **73**
VERANTWOORDELIJKHEID NEMEN

**HOOFDSTUK 6** **85**
TWIJFEL?

**HOOFDSTUK 7** **99**
HET VRAGEND, OPEN BEWUSTZIJN

**HOOFDSTUK 8** **107**
VAN HET *IK DENK* NAAR HET *IK LEEF*

**HOOFDSTUK 9** **123**
SPELEN IN TRAAGHEID

**UITLEIDING** **129**
EEN OPEN OMGANG MET AUTISME

**APPENDIX** **135**
ADEMRUIMTE MET TRAAGHEID

**BIBLIOGRAFIE** **141**

**WOORD VAN DANK** **149**

# Filosofie van Autisme

# INLEIDING

## AUTISME EN TRAAGHEID



'Autisme' en 'traagheid'. In het eerste opzicht misschien twee heel bijzondere en verschillende fenomenen. Het eerste fenomeen behoeft en benodigt echter het tweede. Autisten hebben vaak 'puzzeltijd' nodig om de informatie van de buitenwereld, die ze verwerken, een plek te geven. Zo ook bij mij. Sinds september 2021 ben ik gediagnosticeerd met 'autismespectrumstoornis' (ASS). Ik merk dat ik veel tijd nodig heb om de informatie, die ik opdoe in de buitenwereld, een plek te geven en dat ik vaak moe ben.

Op de dag dat ik dit opschrijf nog bijvoorbeeld: ik kom een man tegen in de Albert Heijn, waar ik bij de groenteafdeling aan het kijken ben naar verspakketten. "Zijn er toevallig nog nieuwe varianten bij gekomen?", vraag ik me af, terwijl ik naar ze kijk. Op dat moment komt de man op mij af en vraagt: "Mag ik er langs?". Ik denk in eerste instantie: "Er is voldoende ruimte om langs mij te lopen; waarom vraagt u mij dit?", maar de man kijkt mij indringend aan en ik twijfel vervolgens en zeg niets. Ik ervaar dat ik de situatie niet kan en mag onderzoeken. Te weinig tijd. Ik moet nu iets doen. Of aan de kant gaan of om mij heen kijken en zien of hij er langs kan met als mogelijk gevolg dat de man kwaad wordt, omdat het hem te lang duurt.

Omdat ik te weinig tijd lijk te hebben, denk ik dat ik er beter aan doe om meteen aan de kant te gaan en mijn excuses aan te bieden. Ik ga aan de kant en de man moppert nog. Ik hoor hem mij nog naroepen: "Ja, vriend, dat is niet handig…" of iets dergelijks. Hierna vervloek ik mijzelf dat ik niet op tijd voor mijzelf ben opgekomen door te zeggen: "Natuurlijk mag u er langs, er is genoeg ruimte om om mij heen te lopen". Daarna besef ik dat dit een fout antwoord had kunnen zijn, omdat ik een tas op de grond had staan en een boodschappenmandje, waardoor hij er misschien echt niet langs

kon. Het lukte mij helaas niet om op tijd te checken of deze in de weg stonden voor deze man. Allemaal alarmbellen rinkelen in mijn hoofd. Ik ben overprikkeld en zit te veel in mijn hoofd. Ik ervaar dat mijn grenzen al te ver zijn gepasseerd door wat mij overkomt.

Wat mij daaropvolgend bezig blijft houden is: zat ik nu in de fout en had de man gelijk of kon hij er gewoon langs en wilde hij om de een of andere reden bij mij een punt maken en zich dan vervolgens beter voelen? Ik had sterk het idee dat dit laatste het geval was. Ik kon niet op tijd de situatie onderzoeken en voor mijzelf opkomen, want ik had te weinig puzzeltijd. Het gevolg was kortsluiting in mijn hoofd. Er werd tussen mijn routinehandelingen van boodschappen doen gekomen. Ik raakte van mijn pad af. Te veel vragen, te weinig antwoorden in zeer korte tijd om adequaat te kunnen handelen naar de man en mijzelf. Ik kon mijzelf wel voor mijn hoofd slaan. Aardig wat zelfkritiek - of kritiek van mijn metaforische 'dikke-ik' - in mijzelf blijkbaar. Deze situatie hield mij zowat de hele middag bezig. En dit soort situaties met vergelijkbare prikkels en effecten treedt steeds weer op in mijn leven. Wat ik ook doe. Ik kom er niet los van.

Dit is autisme. Dit is ook een gebrek aan traagheid, een gebrek aan stil gaan staan en aanwezig zijn in het moment bij wat er werkelijk toe doet met een compassievol 'vragend, open bewustzijn'. Dit is wat Nederlands (praktisch) filosoof Harm van der Gaag in zijn boek *Wie het* niet *weet mag het zeggen* noemt "een vragende denkhouding" (Van der Gaag: 63) van het eigen lichaam van het autistisch 'subject'. Dit wil zeggen: van het autistisch 'zelf' of 'individu'. "De filosofische denkhouding is precies daarin zo wezenlijk anders dan de praktische, alledaagse, dat het niet verder komen dan een vraag niet als een mislukking geldt, maar als *goed werk*." (Ibidem: 39) Het niet verder komen dan een vraag wil zeggen dat je met je aandacht bij een vraag *blijft hangen*, dat het stellen van een passende filosofische vraag centraal staat in plaats van het komen tot een antwoord. Antwoorden zijn dan van minder belang, maar doen er wel toe. Ze veranderen je leven.

Dit blijven hangen bij het stellen van een vraag dient met deze door Van der Gaag beschreven houding qua *goed werk* uiteindelijk een tweeledig doel: deze houding is goed (het kan je geluk en ge-

moedsrust bijvoorbeeld bevorderen, doordat je levensproblemen oplossen), maar doet ook goed (het kan je moreel gedrag bijvoorbeeld bevorderen, doordat je jouw beschouwing op het leven, jouw 'levensfilosofie' deugdzaam aanpakt). Het gaat dus om iets praktisch. Zo stelt de negentiende-eeuwse Amerikaanse filosoof Henry David Thoreau in zijn hoofdwerk *Walden* heel mooi wat het betekent om filosoof te zijn:

> "Wijsgeer zijn betekent niet alleen subtiele gedachten te hebben, zelfs niet een school te stichten, maar de wijsheid zo lief te hebben dat men leeft in overeenstemming met wat die vereist, een leven van eenvoud, onafhankelijkheid, grootmoedigheid en vertrouwen. Het komt neer op het oplossen van sommige levensproblemen, niet alleen theoretisch, maar in de praktijk." (Thoreau: 19)

De hedendaagse Amerikaanse praktische filosoof Lou Marinoff schrijft in zijn *Geen pillen maar Plato!* dat iedereen een levensfilosofie heeft, maar dat slechts weinig mensen de gelegenheid hebben gehad om de details daarvan uit te werken. (Marinoff: 17) "Het begrijpen van uw eigen filosofie kan helpen bij het oplossen of beheersen van veel van uw problemen. Filosofische denkbeelden kunnen ook de oorzaak zijn van onze problemen. Daarom moeten we de ideeën die we hebben kritisch onder de loep nemen en een zienswijze ontwikkelen die voor ons werkt, niet tegen ons." (Ibidem)

Hiervoor, voor het oplossen van onze belangrijke levensproblemen en het aanpakken van onze levensfilosofie, kunnen we gelukkig te rade gaan bij onze vragende denkhouding. Hiermee ontwikkelen we een zienswijze, die voor ons werkt. Een denkhouding, die zich afsluit voor (bepaalde) levensproblematiek of, even erg, zich enkel en alleen laat leiden door woorden en gedachten, werkt echter niet. De Amerikaanse psycholoog en filosoof William James schrijft dan ook in een belangwekkend werk van hem, genaamd *Vormen van religieuze ervaring*: "Filosofie leeft van woorden, maar waarheid […] [welt] op in onze levens op een wijze die formulering in woorden te boven gaat. In de levende waarneming is er altijd iets

dat flikkert en schittert en zich niet laat vangen en waarvoor nadenken te laat komt. Niemand weet dat beter dan de filosoof." (James, 2005b: 339) 'Waarheid' kunnen we hier opvatten als iets onuitputtelijks of opens, aangezien dit in de praktijk altijd standhoudt en in onze ervaring werkt. Verderop komen we deze notie weer tegen. De vragende denkhouding kunnen we in mijn optiek zodoende maar beter verruimen naar een *bewustzijn*, waarin elementen als fysieke sensaties, gedachten en emoties in een "stroom van bewustzijn" (James, 1950: 239) elkaar opvolgen, en zo invullen met een zekere *openheid*.

Openheid is de louter tegenwoordigheid van geest, die 'prealabel' voorafgaat aan, en meegaat in, alle gespecialiseerde vormen van bewustzijn, zoals spreken en denken, kijken en luisteren, gevoel en imaginatie. Het maakt een *oerverstandhouding* mogelijk tussen mensen onderling, ook als zij elkaars taal (nog) niet verstaan en elkaars gebruiken (nog) niet begrijpen. Open ruimte voor wederzijdse erkenning en dialoog tussen culturen. Vanuit die voorafgaande oorsprongsdimensie wordt elke cultuur zowel bevestigd als gerelativeerd. (Duintjer, 2002: 12) Zo stelt Otto Duintjer, hedendaags Nederlands filosoof met centrale belangstelling voor meditatief bewustzijn, in zijn boek *Onuitputtelijk is de waarheid*. We zullen onze open twijfel nog later tegenkomen en verderop vormgeven in dit essay.

Ik ga ervan uit dat de autist in zijn of haar identiteit 'volkomen' autistisch is, omdat het autisme een 'manier van zijn' is voor deze. In termen van het gedachtegoed van de hedendaagse Franse filosoof Paul Ricoeur in zijn *Oneself as Another* (in het Nederlands: *Zichzelf als een Ander*) houdt autisme, als manier van zijn bezien, in mijn ogen iets tweeledigs in. Als autist heb je een 'stabiele identiteit' (*idem-identiteit*), waarbij je echt au-tist *bent* en *blijft* als eigenschap van wie jij bent. Maar als autist heb je ook een 'dynamische identiteit' (*ipse-identiteit*), waarbij je door de tijd heen met inbegrip van veranderende omstandigheden en nieuwe ervaringen weliswaar anders wordt, maar toch jezelf kunt zijn en blijven met behulp van het je houden aan jouw woord ten opzichte van jezelf, anderen en de wereld. Je neemt dan fundamenteel verantwoordelijkheid om trouw te zijn aan jezelf, anderen en de wereld, (qua levenskunst)

'autist' te zijn in dit opzicht, met alles wat dit inhoudt, de ups en downs van het autistische veranderlijke leven, en hierin nieuwe leerprocessen aan te gaan. (Ricoeur: 116-125) Om mijns inziens zo de beste versie van jezelf te zijn, of anders te worden. Vragen zijn hier onmisbaar voor.

De hedendaagse Canadese filosoof Charles Taylor sluit in mijn ogen aan bij deze stelling en helpt ons vervolgens ons tweeledige autistische identiteitskader te 'verruimen', aangezien hij de notie van identiteit koppelt aan die van oriëntatie in zijn *Bronnen van het zelf*. "Weten wie je bent, betekent dat je je in de morele ruimte kunt orienteren, een ruimte waarin zich vragen voordoen over goed en kwaad, over wat het doen waard is en wat niet, over wat van betekenis en gewicht voor je is, en wat onbeduidend en van ondergeschikt belang." (Taylor: 70) Je kunt de autist dus niet los zien van diens autistische vragen en ervaringen. Het autisme kleurt en doordringt geheel diens leven, zoals Jim Sinclair, een invloedrijke Amerikaanse denker en activist op het gebied van autisme, dat beschrijft:

> "Autisme is niet iets wat iemand *heeft* of een 'schulp,' waarin iemand gevangenzit.[…] Autisme is een manier van zijn. Het is *aldoordringend*: het kleurt elke ervaring, elke sensatie, waarneming, gedachte, emotie, en ontmoeting, elk aspect van het bestaan. Het is niet mogelijk om het autisme van de persoon te scheiden – en als het al mogelijk was, dan zou degene, die je overhield, niet meer dezelfde persoon zijn." (Sinclair, 1993)

Het is goed, vind ik, autisme (in dit opzicht) niet te willen genezen of definitief op te willen lossen. Of op een belangrijke vraag met betrekking tot autisme een (sluitend) antwoord te willen zoeken of vinden. Om deze reden gebruik ik ook het woord 'autist' of 'autistisch subject' in plaats van 'persoon met autisme' of 'ASS'er' of iets dergelijks. Je *hebt* geen autisme, je *bent* een autist. Niet negatief, maar wel realistisch bedoeld. Je hebt immers een specifieke kwetsbaarheid en bent genoodzaakt hierdoor zo nu en dan te herstellen. De situatie van herstel in Nederland verdient het in dit kader om belicht te worden. In Nederland is om herstel namelijk veel te doen.

Zoals hedendaagse Nederlandse filosofen Dienke Boertien en Wouter Kusters schrijven in hun mooie boek *Filosofie bij Herstelondersteuning*:

> "Het gonst in de geestelijke gezondheidszorg van de vernieuwing en de verandering. Er wordt gesproken over een 'transitie' naar een nieuw model, naar een nieuwe organisatie van de zorg en een nieuwe positie van de ggz in de samenleving. Ook aan de kant van de patiënten zelf - dat wil zeggen, bij de min of meer georganiseerde patiëntenbeweging - zijn de laatste decennia veel nieuwe opvattingen, werkwijzen en begrippen ontstaan. Deze volgen deels de eerdere emancipatiebewegingen in de zorg - zoals die van de beweging van de anti-psychiatrie - maar deels is ook een nieuwe beweging ontstaan, te weten, de *herstelbeweging*. Bij het zoeken naar nieuwe manieren om om te gaan met de complexiteiten van het bestaan - de hoogtes en dieptes, het lijden en de verwarring - bleken ervaringen van welbevinden nogal eens uit onverwachte hoek te komen, lang niet altijd dankzij de georganiseerde zorg maar veelal via een geheel eigen, authentiek en onvoorspelbaar proces waarin iemand balans en ruimte vond. Dit proces en deze uitkomst werden vanaf de jaren '90 samengevat met het begrip herstel - in navolging van het Engels begrip *recovery*. Het begrip 'herstel' brengt een vernieuwende kijk op psychisch leed en de zorg daarbij met zich mee. Ervaringskennis en eigen regie worden hierbij als centrale begrippen beschouwd. Binnen de zorg heeft dit geleid tot de inzet van ervaringsdeskundigen in zowel het primaire (individuele) proces als bij (maatschappelijke) beleidsontwikkelingen. Zo is er steeds meer ruimte gekomen voor zelfhulp en voor zogeheten herstelacademies. Maar er zijn nog vele vragen over hoe de geestelijke gezondheidszorg, de psychiatrie, en in het bijzonder de herstelondersteuning, zich verder zouden kunnen ontwikkelen." (Boertien & Kusters: 5-6)

Bij herstel van psychische kwetsbaarheid, en mijns inziens dus ook bij autisme, is "zoeken, twijfelen, verdwaald raken en opnieuw beginnen van wezenlijk belang. De benaming van 'trage vragen' die

[hedendaags Nederlands] filosoof Harry Kunneman oppert is [...] zeer toepasselijk." (Ibidem: 6) Zijn notie van trage vragen stellen wordt verderop in dit essay voorts uitgewerkt met betrekking tot autisme.

Verder schrijven Boertien en Kusters dat het stellen van de juiste vragen een kunst is: "De filosofie als de wetenschap die het geheel van het menselijk leven en de ervaring bevraagt biedt handvatten om deze vragen te stellen, van mogelijke antwoorden te voorzien en vervolgens weer nieuwe vragen op te werpen." (Ibidem: 7) Deze kunst en wetenschap van het vragen stellen kan "*helpen* bij het verwoorden en verkennen van vragen waar iemand zich door een eigen ervaring mee geconfronteerd ziet." (Ibidem: 8-9) Ik wens je dan ook te laten zien wat voor open kader mij helpt om vragenderwijs met mijn eigen ervaringen om te (leren) gaan, opdat jij hier inspiratie van op kan doen en wat Boertien en Kusters noemen "gestokte, klemzittende of zelfdestructieve ervaringen te laten ontwikkelen naar dat wat [...] [jij] als herstel ervaart." (Ibidem: 8) Maar ook in het algemeen is het stellen van passende vragen in een zekere openheid relevant, zo lijkt mij.

Het gaat er zodoende om een vragend, open bewustzijn of open twijfel te ontwikkelen. Maar daarvoor is het nodig dat de autist een zinvolle en *echte* vraag stelt. Wie zo'n vraag stelt, doet volgens Van der Gaag een klein aantal dingen tegelijk:

1. De persoon laat blijken dat hij of zij iets niet weet;
2. De persoon laat blijken dat hij of zij weet dat hij of zij het niet weet;
3. De persoon geeft te kennen dat hij of zij hetgeen hij of zij niet weet misschien wel zou willen weten. (Van der Gaag: 16)

Per punt is, denk ik, de volgende aanvulling te geven:

1. De autist laat blijken dat hij of zij iets niet weet: hij of zij laat blijken dat hij of zij niet weet om te gaan met het geheel aan drift-stimuli met *jouissance*, dat na de scherpe scheiding van het onbewuste en het bewuste uit het bewustzijn verbannen wordt;
2. De autist laat blijken dat hij of zij weet dat hij of zij het niet weet: hij of zij is zich ergens bewust van diens mechanisme