

# OVER DE MOGELIJKHEID VAN EEN AUTHENTIEK BESTAAN



Bachelorscriptie Wijsbegeerte  
Faculteit der Geesteswetenschappen  
Universiteit van Amsterdam

docent: dr. J.J.W.D. de Vries

Joris van Gerven, 9718532  
augustus 2007

## **voorwoord**

De afgelopen periode laat zich voor mijn gezin typeren in: één zomer, twee kinderen, drie scripties. We maakten het onszelf niet gemakkelijk, en de rek en de motivatie was tanende. Maar met deze scriptie loopt het op zijn einde, en ontstaat ruimte voor nieuwe mogelijkheden.

Na het schrijven van een eerdere scriptie over existentiële psychotherapie en counseling bleek het nog een hele onderneming om de fundamentele daarvan in de grondtekst van Heideggers *Sein und Zeit* helder en binnen beperkte omvang over het voetlicht te krijgen. Deze bachelorscriptie was minstens drie keer zo lang geworden en mogelijk nooit voltooid zonder de hulp van Hans de Vries, die ik voor zijn inspanningen meer dan hartelijk dank.

Ook Tomas en Eva blijven niet onvermeld, nu zij een lange zomer telkens hun vader moesten missen omdat die aan het 'studeren' was, een begrip waarvan ik vrees dat Tomas het vanaf nu nog slechts associeert met niets-doen en wazig voor je uit staren. Barbara wist mij, na de zware bevalling van haar eigen scriptie, toch weer te ontlasten en aan te sporen. Ze was er, ook in mijn mismoedige momenten.

Illustratie voorzijde: erzijn werpt z'n licht op de klare duisternis van het zijn. René Magritte, 1954, *Empire of Light*, New York: Guggenheim-collectie.

## inhoudsopgave

voorwoord	2
inhoudsopgave	3
§1 inleidende bemerkingen	4
§2 voorlopige analyse van het begrip bestaan	7
§3 bestaan en verstaan: existentie	8
§4 voorlopige analyse van het begrip mogelijkheid	11
§5 existentie als mogelijkheid: kunnen-zijn	12
§6 voorlopige analyse van het begrip authenticiteit	14
§7 authentiek bestaan: oneigenlijkheid en eigenlijkheid	15
§8 de mogelijkheid van een eigenlijke existentie	21
§9 het beleven van een authentiek bestaan	25
§10 tot slot: verdere therapeutische verkenning	28
bibliografie	31
gebruikte afkortingen	31

## §1 inleidende bemerkingen

Deze bachelorscriptie is ontstaan vanuit de gedachte dat we Martin Heideggers *Sein und Zeit* therapeutisch zouden kunnen grijpen. Met name de existentiële stroming in de psychotherapie beroept zich graag op Heideggers begrippenkader om cliënten te helpen te komen tot een authentiek bestaan. Een volledige studie naar de mogelijkheid om *Sein und Zeit* therapeutisch aan te grijpen is echter te omvangrijk gebleken. Dit rijke boek biedt zoveel meer materiaal dan hier kan worden beschreven.

We zullen ons daarom beperken tot een voorlopig onderzoek naar de mogelijkheid van een authentiek bestaan. Hoe komt die mogelijkheid in *Sein und Zeit* naar voren? Daartoe zullen we elk van de begrippen (mogelijkheid, authenticiteit, bestaan) aan een nader onderzoek onderwerpen. Geheel in de stijl van Heidegger zullen we de Nederlandstalige begrippen die we willen onderzoeken allereerst fenomenologisch<sup>1</sup> en op hun taalkundige oorsprong analyseren, om een eerste betekenis te onthullen.

Vervolgens richten we ons tot de tekst. Wat zegt de tekst van *Sein und Zeit* over het bestaan (existentie), de existentie als mogelijkheid (kunnen-zijn) en de mogelijkheid van authenticiteit (eigenlijkheid)? Zo is ons onderzoek naar de tekst een herhaling die opheldert wat in de alledaagsheid van de begrippen al werd ontdekt.<sup>2</sup>

Tot slot komen we terug op de vraag naar de mogelijkheid van een authentiek bestaan. De scriptie besluit met een therapeutische verkenning van het ingebrachte materiaal en een aanzet tot verder onderzoek.

De eerste vraag die we ons bij dit onderzoek moeten stellen, is of het gerechtvaardigd is *Sein und Zeit* therapeutisch te willen aangrijpen. De tekst is immers formeel in terminologie en opbouw, en zeer abstract, eerder filosofisch dan psychologisch van aard. Heidegger tracht in *Sein und Zeit* te komen tot een fundamentele ontologie, de zin van zijn überhaupt.

Maar de enige toegang die we tot dat zijn hebben, zo betoogt hij, is de analyse van ons eigen zijn, de existentiële analyse. Tegelijk is het dus een concrete tekst: het gaat over ons eigen bestaan! We herkennen ons erin, met al onze manieren van zijn, met onze misverstanden. Voor de vraag naar de zin van zijn zonder meer moet ik de toegang zoeken in

---

<sup>1</sup> D.w.z. de begrippen van zichzelf uit laten zien zoals ze zich op zichzelf tonen. De voorlopige analyse maakt telkens gebruik van het vulgaire fenomenologie-begrip om in de alledaagsheid een eerste betekenis af te lezen. Hier wordt dus *niet* Heideggers formele fenomenologie-begrip bedoeld. Dat is nu juist de methodologische toegangsweg, die nadrukkelijk demonstreert “was sich zunächst und zumeist gerade *nicht* zeigt, [...] aber zugleich etwas ist, was wesenhaft zu dem, was sich zunächst und zumeist zeigt, gehört, so zwar, daß es seinen Sinn und Grund ausmacht.” (SUZ: Martin Heidegger, *Sein und Zeit*, Tübingen: Max Niemeyer Verlag 1927 (1967<sup>11</sup>), p.35).

<sup>2</sup> Vgl. SUZ p. 51 onderaan.

de zin van het zijn van het zijnde dat ik telkens als het mijne heb. Ik moet me de vraag stellen naar de zin van *mijn* zijn.

Keer op keer stelt Heidegger dat dit evenwel geen filosofische antropologie is; dat is niet het doel.<sup>3</sup> Toch gebruiken we Heideggers begrippen in dit onderzoek tegen zijn uitdrukkelijke instructie in als een filosofische antropologie, om op zoek te gaan naar therapeutische aanknopingspunten. In zijn zoektocht naar de zin van zijn zonder meer heeft Heidegger het immers telkens over hoe we bestaan. En juist daarin zijn de parallellen met (existentiële) psychotherapie gemakkelijk te vinden.

Zo voel ik iedere keer wanneer ik mijzelf herken in de misverstanden waarop Heidegger me in zijn analyse van m'n bestaan betrapt, de behoefte om met dat nieuwe inzicht een weg te willen gaan, het toe te passen in mijn leven. Gaat het er ook in therapie niet om de cliënt op weg te helpen door hem met z'n misverstanden te confronteren?

Omgekeerd: als therapie een rol speelt in de zoektocht om zin en betekenis te geven aan jezelf en je problemen,<sup>4</sup> is (psycho)therapie dan niet ook een manier om tot een verder verstaan te komen van wat het betekent om er überhaupt te zijn?

Wil de therapeut bovendien niet in de eerste plaats de cliënt in beweging brengen? Zo lijkt ook Heidegger niet alleen een ontologie te willen beschrijven, maar ons in beweging te willen brengen. Ruim 25 jaar na het verschijnen van *Sein und Zeit* meent hij dat de in het boek afgelegde weg

“indessen auch heute noch ein notwendiger [bleibt], wenn die Frage nach dem Sein unser Dasein bewegen soll.”<sup>5</sup>

Toch beweert Heidegger nadrukkelijk dat het in zijn onderzoek gaat om een neutrale ontologische beschrijving zonder moreel oordeel of cultuurkritiek.<sup>6</sup> Maar klinken woorden als ‘vervallen’, ‘in het men verloren zijn’ en ‘oneigenlijk bestaan’ niet onherroepelijk als een moreel oordeel, en als iets dat we in ons leven zouden willen veranderen? Ook Heidegger voelt aan dat zijn vraag alleen door ons concrete leven kan worden beantwoord:

“Die Frage der Existenz ist immer nur durch das Existieren selbst ins Reine zu bringen.”<sup>7</sup>

---

<sup>3</sup> Vgl. SUZ p. 131: “Darauf zielt aber die vorliegende Untersuchung nicht. *Ihre Absicht ist eine fundamentalontologische.*” Zo ook in §10 en op p.17, 45, 183, 194, 200, 301.

<sup>4</sup> Zoals in de definitie van filosofische psychotherapie die wordt gehanteerd in Havi Carel, *Life and Death in Freud and Heidegger*, Contemporary Psychoanalytic Studies (serie), Amsterdam: Rodopi 2006.

<sup>5</sup> SUZ, Vorbemerkung

<sup>6</sup> Zie SUZ p. 167: “Mit Bezug auf diese [Phänomenen] mag die Bemerkung nicht überflüssig sein, daß die Interpretation eine rein ontologische Absicht hat und von einer moralisierenden Kritik des alltäglichen Daseins und von »kulturphilosophischen« Aspirationen weit entfernt ist.”

<sup>7</sup> SUZ p. 12.

Ondanks de ontkenning van een moreel oordeel, fungeert Heidegger daarbij als onze therapeut, die ons de weg wijst uit ons verlorenheid. Er is maar één manier om deze terug te draaien, meent hij:

“Dieses wahllose Mitgenommenwerden von Niemand, wodurch sich das Dasein in die Uneigentlichkeit verstrickt, kan nur dergestalt rückgängig gemacht werden, daß sich das Dasein eigens aus der Verlorenheit in das Man zurückholt zu ihm selbst.”<sup>8</sup>

Misschien had Martin Heidegger diep verscholen toch een moreel gemotiveerde agenda. In elk geval wijst hij op de mogelijkheid onszelf uit de oneigenlijkheid te bevrijden. Die weg om niet langer beheerst te worden door ‘de anderen’ leent zich bij uitstek voor de therapeutische zoektocht om in het reine te komen met de eigen mogelijkheden en beperkingen, met eigen vrijheid en verantwoordelijkheid.

---

<sup>8</sup> SUZ p. 268, onderstrepingen JvG.

## §2 voorlopige analyse van het begrip bestaan

Wanneer we de vraag stellen naar de mogelijkheid van een authentiek bestaan, vragen we allereerst naar de betekenis van de vraag zelf. Wat hebben deze begrippen te betekenen? Telkens kent onze onderneming twee stappen. Allereerst vragen we ons af wat het woord in zijn alledaagsheid en binnen ons Nederlandse taaleigen bij ons oproept. Vervolgens gaan we na hoe Heidegger dit begrip gebruikt. Zo zullen we nu allereerst de notie van het bestaan (bij Heidegger: existentie) onder de loep nemen.

Bestaan betekent in de eerste plaats: er zijn. Iets dat bestaat, ís. Bestaan is iets in wezen zijn, zijn op zich. Dat bestaande kan samengesteld zijn. Dan bestaat het uit andere zaken, die zelf ook weer bestaan. Of het bestaat erin, dat... Daarmee wordt het bestaande uiteengelegd. Wanneer we over *ons* bestaan spreken, hebben we het over menselijk leven. Dat we er zijn. En we kunnen een goed bestaan hebben. Dat betekent meestal dat we comfortabel kunnen (over)leven.

Om te *bestaan* moeten we *ergens* staan. De plek waar we staan moeten we be-staan, we vullen hem met ons er-zijn. Zo bestaan we; we vervullen een wereld waarin we staan. Wanneer we stevig in ons bestaan staan, zijn we tegen mensen die ons tegenstaan bestand. Wie zou het bestaan ons wat aan te doen?

Het woord dat Heidegger gebruikt voor bestaan is: existentie. In het Latijn zien we in *existere* de stam van het staan. *Sistere* betekent doen staan, plaatsen, oprichten, grondvesten, (voort)bestaan. De prefix *ex* verwijst naar een uit-, is naar buiten of omhoog gericht. *Existere* is verschijnen, aan het licht komen, ontspringen, opkomen uit, worden. Maar overdrachtelijk ook: zichtbaar zijn, bestaan, er zijn.

Letterlijk zien we hier een uit-staan. In ons staan, ons er-zijn geven we ons bloot; we onderscheiden ons van de wereld waar we in-staan. Die wereld is *van waaruit* we bestaan. We zijn daarin als mensen *outstanding*, we zijn er op een bijzondere manier. We kunnen ons namelijk afvragen: Hoe bestaat het? We kunnen vragen naar de bestaanbaarheid, de mogelijkheid van ons bestaan.

*Ons bestaan is dus een bijzondere en onderscheidende wijze van in de wereld staan. Door die wereld te be-staan en tegelijk te vragen naar de bestaanbaarheid ervan, geven we ons er-zijn bloot als reflectieve (ver)houding.*

### §3 bestaan en verstaan: existentie

Heidegger is op zoek naar het zijn van erzijn om de zin van zijn te achterhalen. Het gaat erom te vragen naar het zijn van dat zijnde dat we zelf zijn: ons er-zijn. Als erzijn onderscheiden we ons van de voorhanden dingen. We bestaan op een andere manier: als erzijn, dat zich op zijn eigen zijn betreft. Dat is het fundamentele (menselijke<sup>9</sup>) aspect aan ons bestaan; dat we ons tot ons zijn verhouden. Daarmee onderscheidt erzijn zich ook van de indeling in categorieën of soorten. Het wezen van erzijn is niet te vatten door erzijn te zien als exemplaar van een soort. De essentie van erzijn ligt nu juist

*“in seiner Existenz. Die an diesem Seienden herausstellbaren Charaktere sind daher [...] je ihm mögliche Weisen zu sein und nur das. Alles Sosein dieses Seienden ist primär Sein. Daher drückt der Titel »Dasein«, mit dem wir dieses Seiende bezeichnen, nicht sein Was aus, wie Tisch, Haus, Baum, sondern das Sein.”*<sup>10</sup>

Het zijn van erzijn (ons bestaan; dat we er zijn) noemt Heidegger existentie:

*“Das Sein selbst, zu dem das Dasein sich so oder so verhalten kann und immer irgendwie verhält, nennen wir Existenz.”*<sup>11</sup>

Die existentie is telkens open naar zichzelf, zelfverhouding. Wat ons tot mens maakt is dat wij ons tot onszelf verhouden. Erzijn is dat zijnde dat het in z'n zijn om dat zijn zelf gaat.<sup>12</sup> Ons zijn is dus altijd op een of andere manier voor ons ontsloten. Over het zijn überhaupt tasten we misschien in het duister, maar op ons eigen bestaan werpen we telkens een licht:

*“Es ist »erleuchtet«, besagt: [...] so, daß es selbst die Lichtung ist. [...] Das Dasein ist seine Erschlossenheit.”*<sup>13</sup>

Ons zijn is er, toegankelijk voor onszelf. Ons bestaan is open op z'n wereld en open voor zichzelf. Je zou kunnen zeggen: het zijn van erzijn is het benul dat we er zijn. Wij zijn dat benul dat we er zijn. Existentie is benul hebben, of met een mooier woord: erzijn is zijnsverstaan. Existentie is het zijn zelf waartoe ik mij altijd op enige wijze verhoud.

Erzijn wordt gekenmerkt door zijnsverhouding. Daarmee is erzijn fundamenteel op zichzelf betrokken. Het zijn van het zijnde dat ik zelf ben is immers telkens het mijne. Mijn zijn is helemaal van mij, behoort me toe. Erzijn spreekt steeds van(uit) zichzelf.

---

<sup>9</sup> Hoewel we termen als mens, persoon, ziel, geest, bewustzijn en leven beter kunnen vermijden. De uitleg van deze termen gaat volledig voorbij aan juist die vraag naar het zijn: “Es ist daher keine Eigenwilligkeit in der Terminologie, wenn wir diese Titel [...] vermeiden.” SUZ, p. 46.

<sup>10</sup> SUZ p. 42.

<sup>11</sup> SUZ p. 12.

<sup>12</sup> Ibidem.

<sup>13</sup> SUZ p. 133.

“Das Ansprechen von Dasein muß gemäß dem Charakter der *Jemeinigkeit* dieses Seienden stets das *Personal*pronomen mitsagen: »ich bin«, »du bist«.”<sup>14</sup>

Existentie is dus: ik ben (er), op mijn eigen zijn betrokken.

Nu dient zich de vraag aan: waar ben ik er? In mijn wereld! Dan gaat het er niet over dat er buiten mij een wereld is, nee, die wereld zit aan ons bestaan vast. Wereld is een constitutief moment van erzijn, een *eigenaardigheid* van ons bestaan. We bestaan onze wereld; erzijn ís in-de-wereld-zijn. Hoe zijn we dan in die wereld? Met alles wat we doen, in ons *besorgen* van wat we ter hand hebben, in onze zorg voor de anderen en onszelf, zijn we in onze wereld in de weer.

We kunnen volgens Heidegger onze existentie als in-de-wereld-zijn nu uiteenleggen in drie structuurmomenten. In-de-wereld-zijn wordt gevormd door het in-de-wereld, het wie dat in-de-wereld is, en het in-zijn. Deze momenten vormen samen de ene structuur van erzijn.<sup>15</sup>

Voor ons betoog is vooral van belang dat ons bestaan open is op die wereld. Wereld licht op met ons bestaan, en we kunnen ons er dus mee verstaan.<sup>16</sup> Terwijl we de dingen die we om handen hebben bezorgen, terwijl we ons gedachteloos bezig houden met de zorg voor anderen en onszelf, verstaan we onze existentie, ons zijn, als in-de-wereld-zijn. We weten het immers te hanteren!

Al dat hanteren, die hele handel, is gericht op een doel; dat is waartoe we handelen. En elk doel verwijst weer naar een andere oorsprong, naar een nieuw waartoe waar dat dan weer toe dient. Uiteindelijk wijst de loop van het geheel dan naar een primair waartoe, en dat is

“ein Worum-willen. Das »Um-willen« betrifft aber immer das Sein des *Daseins*, dem es in seinem Sein wesenhaft *um* dieses Sein selbst geht.”<sup>17</sup>

Dit geheel

“[führt] zum Sein des *Daseins* selbst als dem eigentlichen und einzigen Worum-willen [...]”<sup>18</sup>

We verstaan ons dus met onze wereld, en bezorgen ons omwille van ons eigen zijn. Zo zit ons bestaan in elkaar, elke dag weer. In die indifferente alledaagse modus van zijn beweegt

---

<sup>14</sup> Ibidem.

<sup>15</sup> De hoofdstukken twee, drie, vier en vijf uit de eerste afdeling van *Sein und Zeit* behandelen dit structuurgeheel nauwgezet.

<sup>16</sup> Vgl. SUZ p. 76.

<sup>17</sup> SUZ p. 85.

<sup>18</sup> Ibidem. Dat wil overigens niet zeggen dat erzijn uiteindelijk alleen op zichzelf gericht is, want tot het zijn van erzijn hoort ook mede-zijn. De ‘hele handel’ is dus omwille van het zijn van erzijn, en daardoor in het mede-zijn ook omwille van anderen (vgl. SUZ p.123).

zich Heideggers onderzoek. Daar<sup>19</sup> toont er zijn zich zoals het op zich is, daar moeten we in de gaten krijgen hoe we het verstaan van onze eigen existentie steeds níet in de gaten hebben;

“[die durchschnittliche Alltäglichkeit] wurde und wird immer wieder in der Explikation des Daseins *übersprungen*.”<sup>20</sup>

*We zijn in-de-wereld-zijn. Onze existentie kent een eigen doorzichtigheid. We kunnen onszelf verstaan. Telkens hebben we benul van onszelf. De oproep aan ons bestaan is om dit zijnsverstaan niet onverschillig te overspringen, maar het werkelijk te gaan verstaan.*

---

<sup>19</sup> En niet in de ‘objectieve’ wetenschappelijke modus die het er zijn onderzoekt alsof we er zelf niet toe behoren (vgl. SUZ p. 43).

<sup>20</sup> SUZ p. 43.

#### **§4 voorlopige analyse van het begrip mogelijkheid**

Het begrip mogelijkheid kent als stam het mogen. We hebben het vermogen om iets te doen, we kunnen. Verder mogen we iemand, laten hem of haar naderbij komen. Wanneer we iets mogen zijn we vrij om iets te doen. En we wensen het; mocht dat mij toch maar gebeuren... Wat mogelijk is, zou kunnen gebeuren. We laten het toe, zijn er vrij voor en toe in staat.

Wanneer we in het alledaagse leven zeggen dat er verschillende mogelijkheden zijn, wordt er een ruimte ontsloten. Een ruimte van verschillende mogelijke manieren waarop iets kan bestaan. Wanneer we daarbij spreken over een gebeurtenis, kunnen die mogelijkheden zich in de tijd ontrollen. De toestand van de status quo staat niet voor eeuwig vast; er is sprake van een situatie die volgens verschillende mogelijke scenario's kan verlopen. Wanneer het beloop van de dingen zo nog niet vast ligt, is er dus sprake van een mate van onbepaaldheid.

Een mogelijkheid kan ook een vooruitzicht zijn: een nieuwe baan met veel mogelijkheden. We zien de mogelijkheden al op ons af komen. Wanneer we zeggen dat we zelf verschillende mogelijkheden hebben, speelt het aspect van de keuze een rol. We staan als het ware aan een splitsing van wegen. Onze weg is nog niet voor ons bepaald. We kunnen kiezen om de weg van een bepaalde mogelijkheid in te slaan en zo de draad van ons lot verder ontrollen. Tegelijk kiezen we daarmee voor een weg die ons een bepaalde kant op voert. Of die weg ons ooit nog brengt langs de plaatsen die we hadden gezien als we een andere mogelijkheid hadden bewandeld, valt niet te overzien. Elke mogelijkheid brengt zo zijn eigen beperking met zich mee; het niet kiezen voor een andere mogelijkheid.

We zeggen dat we een mogelijkheid aangrijpen. De mogelijkheid doet zich voor; we zien plotseling voor ons een perspectief dat we zouden kunnen kiezen. Deze mogelijkheid is een kans om een nieuwe weg in te slaan. We grijpen de kans aan. We grijpen hem niet vast. Wanneer we een mogelijkheid vastgrijpen, sluiten we ons af voor nieuwe mogelijkheden. We grijpen hem aan; de mogelijkheid biedt ons de gelegenheid om onze weg in een nieuwe richting te vervolgen, open wachtend op nieuwe gelegenheden. Zo gaan we voort, een ongewisse toekomst tegemoet.

*Mogelijkheid laten we toe en grijpen we aan als de gelegenheid om binnen een ruimte van onbepaaldheid een ongewisse richting te kiezen, die ons tegelijk beperkt.*

## §5 existentie als mogelijkheid: kunnen-zijn

We hebben gezien dat ons zijn volgens Heidegger gekenmerkt wordt door zijnsverstaan. In de alledaagse modus van het bestaan overspringen we het besef daarvan. In eerste instantie worden onze mogelijkheden slechts ontsloten en uitgelegd door de concrete manier om te zijn waarbinnen wij zijn opgegroeid; het ons overgeleverde zijnsverstaan. Maar erzijn bestaat het ook om zelfs

“nicht nur seine Existenz sich durchsichtig zu machen, sondern dem Sinn der Existenzialität selbst [...] nachzufragen”<sup>21</sup>

Het lijkt ons dus mogelijk te zijn om op verschillende manieren ons zijn te verstaan. Hoe zit dat?

In hoofdstuk vijf van *Sein und Zeit* komt Heidegger tot drie fundamentele existentialia van erzijn: bevindelijkheid, verstaan en rede. Met name in het verstaan vinden we terug dat existentie samenhangt met mogelijkheid.

In het omwille-waarvan – in ons zijn gaat het om ons zijn zelf – is het existerend in-de-wereld-zijn als zodanig ontsloten. Dat is de ontslotenheid die we verstaan noemen. We verstaan dus waar ons bezorgen en zorgen voor ons allemaal om te doen is.

Als een taalkunstenaar legt Heidegger ons vervolgens uit dat dit verstaan te maken heeft met mogelijkheid. In de term ‘verstaan’ zit een potentialiteit. Immers: wanneer we ergens de kunst van verstaan, dan hebben we een zeker vermogen, we zijn er toe in staat. Met betrekking tot ons zijnsverstaan kunnen we dus zeggen, dat we de kunst van te zijn verstaan. We vermogen te zijn. Met andere woorden:

“Im Verstehen liegt existenzial die Seinsart des Daseins als Sein-können. Dasein [...] ist primär Möglichsein. Dasein ist je das, was es sein kann und wie es seine Möglichkeit ist.”<sup>22</sup>

Dat we kunnen-zijn zijn, betekent niet dat we alle mogelijkheden voor ons hebben en maar hoeven te kiezen. We zijn telkens al in bepaalde mogelijkheden terecht gekomen. We grijpen mogelijkheden aan en we grijpen mis. We hebben mogelijkheden aan ons voorbij laten gaan. We zijn aan onszelf overgeleverd mogelijk-zijn, al is dat niet altijd even transparant:

“Das Dasein ist die Möglichkeit des Freiseins für das eigenste Seinkönnen. Das Möglichsein ist ihm selbst in verschiedenen möglichen Weisen und Graden durchsichtig.”<sup>23</sup>

---

<sup>21</sup> SUZ p. 20.

<sup>22</sup> SUZ p. 143.

<sup>23</sup> SUZ p. 144.

Het verstaan van onze existentie is een primaire ontslotenheid die gekenmerkt wordt door de receptiviteit van ons bestaan. Verstaan is een openheid, waardoor ons eigen zijn tot ons *kan* doordringen. Wanneer we van onszelf ervaren dat we mogelijk-zijn, beseffen we dat we een grote mate van vrijheid bezitten; onze weg is nog onbepaald.

We hebben de mogelijkheid vrij te zijn voor ons eigen kunnen-zijn. De mate waarin we die vrijheid bezitten

“wird in der Weise des Ergreifens oder Versäumens nur vom jeweiligen Dasein selbst entschieden.”<sup>24</sup>

Telkens opnieuw beslissen we binnen welke mogelijkheden we onszelf verstaan:

“Das Dasein bestimmt sich als Seiendes je aus einer Möglichkeit, die es *ist* und in seinem Sein irgendwie versteht.”<sup>25</sup>

Als kunnen-zijn kunnen we kunnen-zijn verstaan. Wanneer we dit in de gaten krijgen, wanneer we benul krijgen van ons zijnsverstaan, beseffen we dat er zijn zich verhoudt tot z'n zijn

“als seiner eigensten Möglichkeit. Dasein *ist* je seine Möglichkeit [...]”<sup>26</sup>

Telkens opnieuw kunnen we worden wat al in ons kunnen-zijn lag besloten. Mogelijkheid

“ist die ursprünglichste und letzte positive ontologische Bestimmtheit des Daseins.”<sup>27</sup>

*We zijn mogelijkheid; als zodanig kunnen we ons vrij en onbepaald met ons bestaan verstaan. Tegelijk ontkomen we er niet aan telkens een bepaalde mogelijkheid aan te grijpen en ons zo in onze vrijheid te beperken.*<sup>28</sup>

---

<sup>24</sup> SUZ p. 12.

<sup>25</sup> SUZ p. 43.

<sup>26</sup> SUZ p. 42.

<sup>27</sup> SUZ p. 144.

<sup>28</sup> Wat Heidegger ons hier leert is ook therapeutisch zeer waardevol. Het gaat in tegen de zelfactualiserings-tendens om ons te verstaan als onbegrensde mogelijkheid. Het accepteren van existentiële beperkingen is minstens zo belangrijk als het najagen van je mogelijkheden.

## §6 voorlopige analyse van het begrip authenticiteit

Authenticiteit gebruiken we om aan te geven dat iets echt is, waarachtig. Iets toont zich zoals het – in wezen – is. Het stemt overeen met het origineel, is bevestigd als wat het is. De Griekse wortel van het woord is ἀθροῦτης, en is opgebouwd uit αὐτός (zelf) en ἔντης (verwant met ἀνύω, volbrengen). Wat authentiek is heb ik dus met eigen hand voltrokken. Authenticiteit hangt daarom samen met de betekenissen ‘oorspronkelijkheid’ en ‘eigenaarschap’. Een authentiek kunstwerk is door de oorspronkelijke kunstenaar vervaardigd. Het kunstwerk is door de kunstenaar in zijn *eigen-aardigheid* geschapen. Authenticiteit kent dezelfde stam als auteur. Wie een authentiek bestaan leidt is auteur, is eigenaar van zijn eigen leven.

We zien in het ‘eigenaar’ al de stam van het woord dat Heidegger zal gebruiken: eigenlijkheid. Het woord ‘eigenlijk’ verwijst naar de zelfde betekenissen. Hoe iets eigenlijk is, is hoe het werkelijk in elkaar zit, hoe het oorspronkelijk is. Wanneer we met iemand eigen zijn, zijn we er mee vertrouwd, het staat ons na, we richten ons er toe. De oud-Nederlandse stam van eigenlijk is egan, bezit. Wanneer we dus een eigenlijk bestaan leiden, bezitten we ons eigen bestaan, en leven niet langer als een bezetene.

Populair is het zogenaamd authentiek leiderschap. Dit hangt samen met een mate van doorzichtigheid. De authentieke leider toont zich onverbloemd en inspireert zo de ander hem te volgen. Een authentiek leider is eigenaar van zijn rol als leider, neemt zijn leidersrol op zich. De toekomstige richtingen die zich als mogelijkheden tonen, fundeert hij in een oorspronkelijkheid van hoe het in wezen is. Vanuit de oorsprong ontspringen waarachtige mogelijkheden.

*Authenticiteit is de oorspronkelijk scheppende kracht die ontspringt aan het onverbloemde, dat als het zijne op zich neemt en zo waarachtige richtingen mogelijk maakt.*

## §7 authentiek bestaan: oneigenlijkheid en eigenlijkheid

Heidegger onderscheidt in *Sein und Zeit* twee manieren waarop we kunnen bestaan: eigenlijk en oneigenlijk. Ons bestaan is telkens van ons, we hebben het over onszelf. Maar we kunnen het op twee manieren begrijpen.

“Das Verstehen ist entweder eigentliches, aus dem eigenen Selbst als solchem entspringendes, oder uneigentliches.”<sup>29</sup>

De auteur introduceert met dit onderscheid een paradox; in de grond van de zaak zijn we oneigenlijk, en – tegelijk – zijn we eigenlijk eigenlijk. Aan het eind van deze paragraaf zal blijken dat ze dan ook veel dichter tegen elkaar aanliggen dan het *entweder... oder...* in eerste instantie doet vermoeden.

We hebben in paragraaf 5 gezien, dat we de mogelijkheid van ons eigen zijnsverstaan *kunnen* verstaan. Toch raken we volgens Heidegger telkens weer het benul kwijt dat we mogelijk kunnen-zijn. Ons bestaan verstaan we vanuit de wereld van onze beslommeringen en de openbaarheid van wat de mensen onder elkaar zeggen.

“[D]as Dasein ist zunächst und zumeist bei der besorgten »Welt«. Dieses Aufgehen bei... hat meist den Charakter des Verlorenseins in die Öffentlichkeit des Man. Das Dasein ist von ihm selbst als eigentlichem Selbstseinkönnen zunächst immer schon abgefallen und an die »Welt« verfallen. Die Verfallenheit an die »Welt« meint das Aufgehen im Miteinandersein.”<sup>30</sup>

We zijn geneigd ons vanuit de wereld te verstaan. We begrijpen onszelf zoals we de dingen om ons heen begrijpen, die we ter hand nemen, die we voorhanden hebben. Zo verstaan we gemakkelijk vanuit wat we niet zelf zijn, vanuit de weerschijn van het verstaan van wereld:

“Zwar gehört zu seinem eigensten Sein, ein Verständnis davon zu haben und sich je schon in einer gewissen Ausgelegtheit seines Seins zu halten. [...] [Dasein hat aber] die Tendenz, das eigene Sein aus dem Seienden her zu verstehen, zu dem es sich wesenhaft ständig und zunächst verhält, aus der »Welt«.”<sup>31</sup>

In ons alledaagse bestaan gaan we op in onze wereld. We worden door de wereld met al zijn beslommeringen in beslag genomen, we worden meegenomen door de anderen. Op die manier vervallen we tot wereld, we vervallen tot wat slechts een aspect van onszelf is.<sup>32</sup> Dat lijkt heel vertrouwd, ‘algemeen menselijk’. We leven een publiek bestaan, de wereld bepaalt

---

<sup>29</sup> SUZ p. 146.

<sup>30</sup> SUZ p. 175.

<sup>31</sup> SUZ p. 15.

<sup>32</sup> We leven voor het gepraat over wat de mensen zeggen, vanuit onze nieuwsgierigheid niets te willen missen, in een ambigu bestaan waarin van niets te zeggen is of het echt is. Vgl. SUZ resp. §35, §36 en §37.

ons zijn. Zo zit ons bestaan nu eenmaal in elkaar. Erzijn valt uit zichzelf in het-zelf,<sup>33</sup> maar dit blijft voor de geruststellende publieke uitleg, die zichzelf rechtvaardigt, verborgen.

“Das Dasein stürzt aus ihm selbst in es selbst, in die Bodenlosigkeit und Nichtigkeit der uneigentlichen Alltäglichkeit. Dieser Sturz aber bleibt ihm durch die öffentliche Ausgelegtheit verborgen, so zwar, daß er ausgelegt wird als »Aufstieg« und »konkretes Leben«.”<sup>34</sup>

Die publieke uitleg dicteert ons zijnsverstaan, we leven vanuit wat ‘de anderen’ vinden. Juist wanneer we denken uitzonderlijk te zijn, denken we zoals het men denkt uitzonderlijk te zijn.<sup>35</sup>

“Zunächst »bin« nicht »ich« im Sinne des eigenen Selbst, sondern die Anderen in der Weise des Man.”<sup>36</sup>

Het zelf van het alledaagse erzijn is het men-zelf, dat we van het eigenlijke, nadrukkelijk aangegrepen zelf onderscheiden.

“Wenn das Dasein ihm selbst als Man-selbst vertraut ist, dann besagt das zugleich, daß das Man die nächste Auslegung der Welt und des In-der-Welt-seins vorzeichnet.”<sup>37</sup>

Door die neiging tot zijn wereld te vervallen, vervalt erzijn

“in eins damit auch seiner mehr oder minder ausdrücklich ergriffenen Tradition. Diese nimmt ihm [...] dem Verständnis und seiner Ausbildbarkeit [ab], das im eigensten Sein des Daseins verwurzelt ist.”<sup>38</sup>

We worden onontkoombaar door dit men geregeerd. Ons zijn wordt toegedekt en beoordeeld. Men neemt ons de verantwoordelijkheid uit handen. Elk erzijn (ook wij) levert zich uit aan het niemand: ‘Niemand is verantwoordelijk.’

“Jeder ist der Andere und Keiner er selbst. Das *Man*, mit dem sich die Frage nach dem *Wer* des alltäglichen Daseins beantwortet, ist das *Niemand*, dem alles Dasein im Untereinandersein sich je schon ausgeliefert hat.”<sup>39</sup>

We ontlenen onze identiteit aan wat ‘men’ vindt. We zijn doodsbang<sup>40</sup> om die inauthenticke identiteit te verliezen. Die geeft ons immers duidelijkheid over wie, hoe en vooral wat we

---

<sup>33</sup> Hierop zullen we in §8 nog terugkomen, zie noot 61 aldaar.

<sup>34</sup> SUZ p. 178.

<sup>35</sup> Hier past de therapeutische notie van *specialness*; om onszelf te beschermen tegen de ervaring dat we, net als de anderen, tot een oneigenlijk of niet-geïdealiseerd leven gedoemd zijn, voeden we ons gevoel van uitzonderlijk te zijn. Zie hierover bijvoorbeeld James E. Orth & Ronald W. Theborge, “Helping Clients Reduce Self-Evaluative Behavior: Consider the Consequences”, in: *Cognitive Therapy and Research* 1 (1984), p. 13-17.

<sup>36</sup> SUZ p. 129.

<sup>37</sup> Ibidem.

<sup>38</sup> SUZ p. 21. Is er ook in psychotherapie veelal geen sprake van het loskomen van de patronen en de zijswijze die ons in het gezin of systeem van herkomst zijn voorgeschreven?

<sup>39</sup> SUZ p. 128.

<sup>40</sup> Voor Heidegger hangt dit inderdaad samen met *Angst* en *zum Tode sein*, zie §8.

zijn. Ons zijn is bepaald. Maar zo beroven we onszelf van de mogelijkheden van ons kunnen-zijn. Het vervallen

“offenbart so etwas wie eine *Flucht* des Daseins vor ihm selbst als eigentlichem Selbst-sein-können. [...] [Eine] *Flucht* des Daseins *vor ihm selbst* und seiner Eigentlichkeit.”<sup>41</sup>

We vluchten in een alledaags comfortabel bestaan. Binnen de mogelijkheden daarvan zijn we opgegroeid, en we voelen ons ermee vertrouwd.<sup>42</sup> Meestal blijft het zo, en vinden we ons eigen, authentieke bestaan niet:

“In den genannten Modi seiend hat das Selbst des eigenen Daseins [...] sich noch nicht gefunden.”<sup>43</sup>

“Zunächst ist das Dasein Man und zumeist bleibt es so.”<sup>44</sup>

We zijn er nu eenmaal op de wijze van het men. Men is op onzelfstandige en oneigenlijke wijze. Dat maakt ons niet minder, het is zoals we zijn; ons reëelste zelf. Zo zijn we met onszelf vertrouwd. We gaan op in de wereld van onze beslommeringen, zijn verstrooid in de anonieme publieke modus van het men.

Hoewel we inmiddels aanvoelen dat deze oneigenlijke wijze van bestaan niet direct is zoals we zouden willen leven, benadrukt Heidegger dat deze manier van zijn een onontkoombare positieve mogelijkheid is, om ons om onze wereld te bekommeren.

“Das Nicht-es-selbst-sein fungiert als positive Möglichkeit des Seienden, das wesenhaft besorgend in einer Welt aufgeht. Dieses Nicht-sein muß als die nächste Seinsart des Daseins begriffen werden, in der es sich zumeist hält.”<sup>45</sup>

Door het vervallen leven we weliswaar “van onszelf weg”, maar dat betekent niet dat we niet meer bestaan als kunnen-zijn:

“Im Verfallen geht es um nichts anderes als um das In-der-Welt-sein-können, wengleich im Modus der Uneigentlichkeit. Das Dasein *kann* nur verfallen, *weil* es ihm um das verstehend-befindliche In-der-Welt-sein geht.”<sup>46</sup>

---

<sup>41</sup> SUZ p. 184.

<sup>42</sup> Ook in therapie is juist die vertrouwde veiligheid vaak een reden om, zelfs in situaties waarin we ons niet gelukkig voelen, niet te veranderen. Vergelijk de klassieke veranderparadox van cliënten: ‘help mij zonder mij te veranderen’.

<sup>43</sup> SUZ p. 128. Met dit ‘nog niet’ lijkt Heidegger ons toch echt een morele weg te willen wijzen, hoewel hij zich haast vervolgens op te merken dat behoren tot het men geen negatieve kwalificatie van bestaan is.

<sup>44</sup> SUZ p. 129.

<sup>45</sup> SUZ p. 175.

<sup>46</sup> SUZ p. 179.

Als een zijnskenmerk van ons bestaan is dat we ons vertekend verstaan, waarom zouden we daar dan van af moeten? Het is immers best gerieflijk om op te gaan in onze wereld. Toch ervaren we – soms – dat we van die oneigenlijkheid af willen. We worden door het men geleefd, maar zo zint ons bestaan niet – alleen – in elkaar! Ons bestaan is existentie: *outstanding*. Ons bestaan zelf roept ons op om daar recht aan te doen, om niet als exemplaar van het men te leven, maar vanuit ons eigen zijn. We zijn immers *ook* onontkoombaar zijnden die de vraag naar het zijn stellen. We zoeken telkens nieuw ons eigen zijnsverstaan te verstaan. We zitten zo in elkaar dat we – ook – de aandrang kennen om vanuit niet-men maar vanuit ons eigen wie willen leven.

Hoe reëel ons bestaan in de modus van het men dus ook is, toch willen we – moeten we! – op zoek om onszelf te vinden:

“Als Man-selbst ist das jeweilige Dasein in das Man *zerstreut* und muß sich erst finden.”<sup>47</sup>

Door op zoek te gaan naar een eigenlijk bestaan, hebben we niet langer het bestaan van alleman – dat is: niemand – tot onze beschikking. We *bestaan* eenzaam ons *eigen* bestaan; we zijn uit het men verenkeld.

“Diese Vereinzelnung holt das Dasein aus seinem Verfallen zurück und macht ihm Eigentlichkeit und Uneigentlichkeit als Möglichkeiten seines Seins offenbar.”<sup>48</sup>

De mogelijkheden om eigenlijk en oneigenlijk te zijn, dringt tot ons door.

We zijn kunnen-zijn, en hebben de mogelijkheid aan ons misverstaan te ontkomen.

“Das Verstehen *kann* sich primär in die Erschlossenheit der Welt legen [...] Oder aber das Verstehen wirft sich primär in das Worumwillen, das heißt das Dasein existiert als es selbst.”<sup>49</sup>

Eigenlijkheid is die zijnswijze waarin wij onze eigen mogelijkheid van ons verhouden tot ons zijn zijn, waar we onszelf toebehooren:

“Das Seiende, dem es in seinem Sein um dieses selbst geht, verhält sich zu seinem Sein als seiner eigensten Möglichkeit.”<sup>50</sup>

Wanneer we dat beseffen, ontspringt ons bestaan aan ons eigen zelf.

---

<sup>47</sup> SUZ p. 129. In dit ‘moeten’ klinkt de morele oproep van Heidegger door. Het beleven van eigenlijkheid is kennelijk toch een gerechtvaardigd streven.

<sup>48</sup> SUZ p. 191.

<sup>49</sup> SUZ p. 146.

<sup>50</sup> SUZ p. 42.

Als dat oneigenlijke vervallen onontkoombaar was, kunnen we dan echter wel anders? Ja. Aan de alledaagse uitleg waar we ons van meet af aan in bevinden, lijken we ons niet te kunnen onttrekken. Maar

“in ihr und aus ihr und gegen sie vollzieht sich alles echte Verstehen, Auslegen und Mitteilen, Wiederentdecken und neu Zueignen.”<sup>51</sup>

De eigenlijkheid moeten we binnen ons vervallend bestaan ontdekken:

“Wenn das Dasein die Welt eigens entdeckt und sich nahebringt, wenn es ihm selbst sein eigentliches Sein erschließt, dann vollzieht sich dieses Entdecken von »Welt« und Erschließen von Dasein immer als Wegräumen der Verdeckungen und Verdunkelungen, als Zerbrecen der Verstellungen, mit denen sich das Dasein gegen es selbst abriegelt.”<sup>52</sup>

Het eigenlijke zelfzijn is dus niet een afgescheidenheid van het men, waarin we het men teniet doen. Het is een existentiële modificatie van het men, zo, dat we in ons alledaagse erzijn veranderd zijn:

“Das *eigentliche Selbstsein* beruht nicht auf einem vom Man abgelösten Ausnahmezustand des Subjekts, sondern *ist eine existenzielle Modifikation des Man als eines wesenhaften Existenzials*. Die Selbigkeit des eigentlich existierenden Selbst ist aber dann ontologisch durch eine Kluft getrennt von der Identität des in der Erlebnismannigfaltigkeit sich durchhaltenden Ich.”<sup>53</sup>

Eigenlijk bestaan betekent niet dat we leven met een nieuwe identiteit, die ons voorhanden is. Het is een existentiële modificatie van het vervallend bestaan waarmee we ons identificeerden. Die eigenlijke ontslotenheid verandert het bezorgen en de voorzorg vanuit het oereigen zelf.

“Diese *eigentliche* Erschlossenheit modifiziert aber dann gleichursprünglich die in ihr fundierte Entdecktheit der »Welt« und die Erschlossenheit des Mitdaseins der Anderen. Die zuhandene »Welt« wird nicht »inhaltlich« eine andere, der Kreis der Anderen wird nicht ausgewechselt, und doch ist das verstehende besorgende Sein zum Zuhandenen und das fürsorgende Mitsein mit den Anderen jetzt aus deren eigenstem Selbstseinkönnen heraus bestimmt.”<sup>54</sup>

Tussen vervallend en eigenlijk bestaan ligt een ragdunne lijn. Eigenlijk krijgen we nieuw zicht op de mogelijkheden om ons bestaan te verstaan. Uiterlijk is die nieuwe vorm van bestaan misschien niet eens zichtbaar, maar dit nieuwe verstaan maakt ons vrij voor de mogelijkheden die altijd al in ons lagen besloten.

---

<sup>51</sup> SUZ p. 169.

<sup>52</sup> SUZ p. 129. Ook in therapie is dat toepasbaar. Vanuit en door onze beperkingen te accepteren, kunnen we de verdoezelingen beginnen opruimen waarmee we onszelf hebben vastgezet. Deze werkwijze wordt onder andere beschreven in Emmy van Deurzen, *Existential Psychotherapy and Counselling in Practice*, London: Sage 2002.

<sup>53</sup> SUZ p. 130.

<sup>54</sup> SUZ p. 297.

*In de eerste plaats leven we vanuit de alledaagse modus van het men. Tegelijk – en dat is paradoxaal – roept ons bestaan, zoals we zijn, ons op tot een eigenlijk bestaan. Die eigenlijkheid maakt het mogelijk ons bestaan nieuw te verstaan, vanuit het oorspronkelijke, oereigen zijn dat we ons hebben toegeëigend. De mogelijkheid en wenselijkheid daarvan hebben we behandeld. Maar hoe kunnen we dit bereiken?*

## §8 de mogelijkheid van een eigenlijke existentie

We zullen in deze paragraaf nagaan hoe een eigenlijke existentie bij Heidegger tot stand komt. Vervolgens gaan we (in paragraaf 9) op zoek naar de mogelijkheid om zo'n authentiek bestaan in een therapeutische setting te beleven.

We hebben de mogelijkheid het zijn zelf te zijn of het juist niet te zijn. We zijn onze oereigen mogelijkheid. Ons oereigen zijn is dus bereikbaar voor ons. Zelfs als er sprake is van een oneigenlijk vervallend bestaan, *kunnen* we eigenlijk zijn. Dan moeten we bij onze eigen ervaring van het bestaan beginnen, het ons toeigenen. Het gaat er niet om het vervallen te veroordelen of eraan te ontkomen. Wel kunnen we ons bestaan eigenlijk aangrijpen; die vrijheid en mogelijkheid bezitten we. Dat kan onze *wijze van bestaan* veranderen.

We zijn dus in staat te bewegen tussen eigenlijkheid en oneigenlijkheid. In beide richtingen is een subtiele overgang mogelijk. Vanuit het eigenlijk zijn vervallen we telkens weer tot wereld. We kunnen bijvoorbeeld onze authentieke ervaring mededelen, maar die mededeling kan gemakkelijk van spreken *van* mijn eigen ervaring ontaarden in een oneigenlijk spreken *over* niet-het-mijne.<sup>55</sup>

“Jeder ursprünglich geschöpfte phänomenologische Begriff und Satz steht als mitgeteilte Aussage in der Möglichkeit der Entartung. Er wird in einem leeren Verständnis weitergegeben, verliert seine Bodenständigkeit und wird zur freischwebenden These.”<sup>56</sup>

We bewegen gemakkelijk van onszelf weg. Maar hoe is de overgang in de andere richting mogelijk?

Eigenlijk erzijn kent zichzelf, spreekt van zichzelf als ik-ben.<sup>57</sup> Hoe kunnen we ons zo onder ogen krijgen? De angst opent ons op de mogelijkheid van een weg tot eigenlijkheid. De ervaring van angst is – in tegenstelling tot vrees – volgens Heidegger niet ingegeven door iets vreeswekkends. Dat waarvoor we angst hebben is juist volstrekt onbepaald.<sup>58</sup> Er rest dan slechts de angst voor ons eigen in-de-wereld-zijn. De angst legt onze vlucht in het men, een poging om juist niet met dat zijn te worden geconfronteerd, open.

---

<sup>55</sup> In therapie is dit spreken *over* een gekend probleem. Het is daarom dat we binnen de gestalt-therapie een cliënt aansporen persoonlijk – dat is: in de eerste persoon – te spreken, zodat hij spreekt van wat hij zelf heeft toegeëigend. Zie hierover Chris Hatcher & Philip Himmelstein (ed.), vert. Kees van Weele, *Handboek gestalttherapie*, Amsterdam: Karnak 1997, p. 56.

<sup>56</sup> SUZ p. 36.

<sup>57</sup> Rollo May baseert hierop zijn idee van pretherapie. Voordat de cliënt aan psychotherapie kan beginnen, moet hij deze ik-ben ervaring kennen, zodat hij werkt vanuit zijn eigenlijk zelf en niet vanuit zijn conformeren aan het men. Zie Rollo May, *The Discovery of Being*, New York: Norton & Co. 1983.

<sup>58</sup> De gevolgen van langdurige angst voor deze volstreekte openheid, die ons zijn volledig in de lucht laat hangen, zien we in therapeutische setting bij onveilig gehechte kinderen. Zie bijvoorbeeld Geertje van Egmond, *Bodemloos bestaan. Het Geen-Bodem-Syndroom: problemen met adoptiekinderen*, Amsterdam: Ambo 2007.

“[Die] Grundmöglichkeiten des Daseins [...] zeigen sich in der Angst wie an ihnen selbst, unverstellt durch innerweltliches Seiendes, daran sich das Dasein zunächst und zumeist klammert.”<sup>59</sup>

De spiegel van de angst reflecteert onze ware gedaante van volledige openheid. We zien onszelf dan naakt en eenzaam tegenover onze existentie geplaatst, zonder enig ankerpunt:

“Die Angst vereinzelt das Dasein auf sein eigenstes In-der-Welt-sein, das als verstehendes wesenhaft auf Möglichkeiten sich entwirft. Mit dem Worum des Sich-ängstens erschließt daher die Angst das Dasein *als Möglichsein* und zwar als das, das es einzig von ihm selbst her als vereinzelt in der Vereinzelung sein kann.”<sup>60</sup>

De angst plaatst ons tegenover onze wereld *zonder* dat we ons aan die wereld kunnen vastklampen. De verenkeling

“erschließt so das Dasein als »solus ipse«. Dieser existenziale »Solipsismus« [...] [bringt] das Dasein gerade in einem extremen Sinne vor seine Welt als Welt und damit es selbst vor sich selbst<sup>61</sup> als In-der-Welt-sein.”<sup>62</sup>

De angst werpt ons dus terug op onszelf en openbaart zo aan ons dat ons zijn een oereigen kunnen-zijn is.<sup>63</sup> We ontdekken dat we vrij zijn om de vrijheid te nemen voor onszelf te kiezen; onze eigen mogelijkheden aan te grijpen en ons niet langer te laten bezitten door het men. Erzijn wordt geplaatst voor zijn

“*Freisein für* [...] die Eigentlichkeit seines Seins als Möglichkeit, die es immer schon ist.”<sup>64</sup>

Het men had ons altijd al het aangrijpen van onze zijnsmogelijkheden uit handen genomen. Sterker nog, het verhulde zelfs dat het ons de mogelijkheid om te kiezen ontnam. We kunnen onszelf echter terughalen uit het men door die veronachtzaming terug te draaien en alsnog te kiezen. De angst toont ons de mogelijkheid vastbesloten te kiezen voor ons oereigen kunnen-zijn.

Die vastbeslotenheid<sup>65</sup> is onze eigenlijke ongeslotenheid; dat we onbepaald en ontvankelijk zijn. We laten ons zijn onvervalst tegemoet treden, staan open voor ons mogelijk-zijn.

---

<sup>59</sup> SUZ p. 191.

<sup>60</sup> SUZ p. 187.

<sup>61</sup> Verenkeling is de omkering van vervallen tot het men. Hier zien we die omkering letterlijk: verenkeling plaatst het onpersoonlijke ‘es selbst’ voor het persoonlijke ‘sich selbst’, terwijl het vervallend erzijn uit ‘sich selbst’ in ‘es selbst’ valt. Vgl. noot 33 en SUZ p. 178.

<sup>62</sup> SUZ p. 188.

<sup>63</sup> De therapeut leert hier van Heidegger om angst niet te zien als een symptoom dat moet worden bestreden, maar de cliënt te helpen de angst te verdragen en aan te grijpen als een toegangsweg tot authenticiteit bestaan.

<sup>64</sup> Ibidem.

Die ultieme openheid garandeert zoals we zagen niet dat we in de eigenlijkheid blijven. Voor we het weten zitten we weer in het men. We kunnen een eigenlijk bestaan ervaren, maar het is van voorbijgaande aard. Tot onze vastbeslotenheid hoort ook het benul dat we het men-zelf *ook* zijn.

Maar hoe komen we dan door de angst tot vastbeslotenheid? Hoe kunnen we uit eigen beweging voor onszelf kiezen? We zagen al dat ons bestaan een drang tot eigenlijkheid in zich draagt.<sup>66</sup> Ons bestaan zelf roept ons aan tot de mogelijkheid van oereigen zelf-kunnen-zijn.

“Als Aufruf zum eigensten Selbstseinkönnen ist [der Ruf] ein Vor-(nach-  
»vorne«-)Rufen des Daseins in seine eigensten Möglichkeiten.”<sup>67</sup>

Aan de oproep van die existentiale stem kunnen we met vastbeslotenheid antwoorden.<sup>68</sup> De roep die in ons klinkt

“hat den Charakter des *Anrufs* des Daseins auf sein eigenstes Selbstseinkönnen. [...] [In das Anrufverstehen] aber liegt das gesuchte existenzielle Wählen der Wahl eines Selbstseins, das wir, seiner existenzialen Struktur entsprechend, die *Entschlossenheit* nennen.”<sup>69</sup>

Vastbesloten vinden we ons oog in oog geplaatst met ons oereigen kunnen-zijn, dat we zelf op ons moeten nemen. Dan bestaan we zo, dat we *ook* vooruitlopen op de mogelijkheid van de ónmogelijkheid van existentie. De angst voor het onbepaalde houdt de dreiging in van juist die mogelijkheid *niet te zijn*. In de vastbeslotenheid leren we de mogelijkheid van de dood telkens opnieuw onverzwakt als mogelijkheid te verstaan en uit te houden.<sup>70</sup> Dat besef confronteert ons met de volle eindigheid van ons eigen bestaan en bevrijdt ons van de illusie van het eeuwig en onveranderlijk men.

“Das vorlaufende Freiwerden *für* den eigenen Tod befreit von der Verlorenheit in die zufällig sich andrängenden Möglichkeiten, so zwar, daß es die faktischen Möglichkeiten, die der unüberholbaren vorgelagert sind, allererst eigentlich verstehen und wählen läßt. Das Vorlaufen erschließt der

---

<sup>65</sup> Heideggers term *Entschlossenheit* wordt vertaald met vastbeslotenheid. We houden in gedachte dat eerder een onverschrokken tegemoet treden van de openheid van onszelf bedoeld wordt, dan het vastberaden besluiten tot *iets*.

<sup>66</sup> Zie p. 18.

<sup>67</sup> SUZ p. 273.

<sup>68</sup> Rollo May (1983) maakt er werk van te laten zien dat de ziekte van deze tijd is, dat we ons aan het men blijven conformeren. In therapie kunnen we daaraan ontkomen door juist deze stem van innerlijke wijsheid ruimte te geven.

<sup>69</sup> SUZ p. 269.

<sup>70</sup> Irvin Yalom neemt dit als uitgangspunt voor zijn existentiële psychotherapie. Veel van zijn therapeutisch werk is er op gericht de cliënt onder ogen te doen zien dat hij ten dode is en zich daarmee te verstaan heeft. Zie Irvin Yalom, *Existential Psychotherapy*, New York: Basic Books 1980, met name hoofdstuk vijf.

Existenz als äußerste Möglichkeit die Selbstaufgabe und zerbricht so jede Versteifung<sup>71</sup> auf die je erreichte Existenz.”<sup>72</sup>

Door zo niet weg te vluchten maar vooruit te lopen op de mogelijkheid van onze eigen eendigheid, worden wij onszelf in een van de illusies van het men bevrijde vrijheid:

“Das Vorlaufen enthüllt dem Dasein die Verlorenheit in das Man-selbst und bringt es vor die Möglichkeit, auf die besorgende Fürsorge primär ungestützt, es selbst zu sein, selbst aber in der leidenschaftlichen, von den Illusionen des Man gelöst, faktischen, ihrer selbst gewissen und sich ängstenden Freiheit zum Tode.”<sup>73</sup>

Vastbeslotenheid is dus niet een krampachtig vasthouden aan het leven maar zich vrijhouden voor de dood. De vooruitlopende vastbeslotenheid is een weg die ons zinsverstaan vrij maakt en onze zinsbegoochelingen doet opheffen:

“Die vorlaufende Entschlossenheit ist kein Ausweg, erfunden, um den Tod zu »überwinden«, sondern das dem Gewissensruf folgende Verstehen, das dem Tod die Möglichkeit freigibt, der Existenz des Daseins mächtig zu werden und jede flüchtige Selbstverdeckung im Grunde zu zerstreuen.”<sup>74</sup>

Zo beleven we een authentiek bestaan.

*De ervaring van angst voor het onbepaalde maakt ons los uit het vanzelfsprekende men. Zo ontdekken wij de mogelijkheid van ons eigenlijk mogelijk-zijn. Door die mogelijkheid aan te grijpen, door vastbesloten te durven besluiten de roep die uit ons bestaan klinkt te beantwoorden en onszelf voor het ongewisse van ons eigen zijn en niet-zijn te openen, kunnen wij ons bestaan modificeren tot een eigenlijk bestaan, waarin we – voor even – vrij zijn van onze zelfbegoochelingen.*

---

<sup>71</sup> Deze fixatie op wat we al bereikt hebben (en niet bereid zijn te verliezen) vormt vaak een belemmering voor verdere ontwikkeling in nieuwe situaties. Vergelijk bijvoorbeeld de identiteitscrisis bij gepensioneerden die altijd geleefd hebben vanuit een functie-identiteit.

<sup>72</sup> SUZ p. 264.

<sup>73</sup> SUZ p. 266.

<sup>74</sup> SUZ p. 310.

## §9 het beleven van een authentiek bestaan

Op weg om een authentiek bestaan te beleven, moeten we telkens bij onze eigen ervaring beginnen. We zijn niet zomaar een exemplaar van een soort. We kunnen slechts spreken over het zijnde dat we telkens zelf zijn. Daarbij kunnen we ons concrete leven nemen als aanknopingspunt voor de vraag naar ons bestaan.

We hebben gezien dat dat bestaan zich onderscheidt doordat we onze wereld *bestaan* en onszelf erin blootgeven als reflectieve verhouding. We weten ons opgeroepen om dit zelfverstaan niet te overspringen maar het werkelijk tot ons te laten doordringen. Dan beseffen we dat we ons vrij met ons bestaan kunnen verstaan. We zijn mogelijkheid en steeds in de gelegenheid een nieuwe ongewisse richting te kiezen. Tegelijk beseffen we angstig dat we als mogelijkheid juist niet bepaald zijn. Door dat werkelijk op ons te nemen, kunnen we vastbesloten ons bestaan vanuit ons oereigen zijn nieuw verstaan. Dat geeft ons toegang tot de keuze voor een authentieke richting van ons bestaan, vrij van zinsbegoocheling.

Dat klinkt goed en dat willen we graag bereiken. We stellen ons de vraag hoe we die eigenlijkheid kunnen beleven. Dat is een gerechtvaardigd streven. We hebben op diverse plaatsen<sup>75</sup> gezien dat Heidegger dat – tegen zijn zin – met ons eens is.

Een therapeutisch aangrijpen van *Sein und Zeit* kan helpen juist dat streven de eigenlijkheid te beleven toegankelijk te maken. Steeds meer beginnen we te beseffen dat dit een taak van (psycho)therapie is. Niet alleen is de therapeut vandaag de dag degene bij wie men aanklopt met vragen over de zin van zijn bestaan.<sup>76</sup> Er is ook steeds meer aandacht voor vormen van psychotherapie die erkennen dat cliënten verdwaald zijn in hun wereld, op zoek naar hun eigen richting, los van de conformerende druk van onze hedendaagse maatschappij,<sup>77</sup> kortom: naar een authentiek bestaan dat niet alleen geregeerd wordt door het men.

De weg van authenticiteit kan echter een pijnlijke weg zijn. Het is pijnlijk te moeten aanvaarden dat we telkens weer een inauthentiek bestaan leiden, vol beperkingen. Het is nog pijnlijker te ontdekken dat we voor een authentiek bestaan de illusies omtrent ons bestaan moeten opgeven. We moeten ervoor loskomen van het zijnsverstaan dat we in onze culturele en familiale traditie hebben meegekregen. Maar we laten ons leven maar al te graag leiden door wat men zegt, om dat te kunnen vermijden. Vervallen bij onze wereld voelen we ons thuis; dat is vertrouwd. De weg naar authenticiteit is er juist een van ontheming.

---

<sup>75</sup> Zie §1, noot 43, noot 47.

<sup>76</sup> Zie hierover Martin van Kalmthout, *Psychotherapie en de zin van het bestaan*, Utrecht: De Tijdstroom 2005 en Mia Leijssen, "Psychotherapie als zorg voor de ziel", in: *Tijdschrift Cliëntgerichte Psychotherapie* 3 (2007), *in press*.

<sup>77</sup> Zie onder andere Van Deurzen (2002) en May (1983).

We kunnen dus wel wat hulp gebruiken, en wenden ons tot de therapeut. In zoverre die weet heeft van zijn eigen zijn, kan hij ook ons helpen de roepstem van ons eigen geweten te horen:

“Das entschlossene Dasein kann zum »Gewissen« der Anderen werden.”<sup>78</sup>

Is een therapeut dan een supermens, die de eigenlijkheid heeft bereikt? Zeker niet. Een existentieel therapeut weet maar al te goed dat ook hij telkens weer tot het men verval. Tegelijk is het echter zijn programma om de cliënt op de mogelijkheid te wijzen de roep van zijn bestaan te beginnen horen. De therapeut opent de cliënt op de mogelijkheid de ervaring van de angst aan te grijpen als een toegangsweg tot een ontheemd authentiek bestaan. Hij helpt hem het te verduren bij de onbepaalde grondeloosheid van zijn existentie. Zo kan de cliënt zich leren verstaan met zichzelf, met het feit dat hij is en ten dode is.

Dat moet de cliënt echter zelf doen! De therapeut heeft slechts de wijsheid van zijn eigen innerlijke stem tot z'n beschikking om de cliënt een mogelijke richting te wijzen. Die roepstem bezitten we echter allemaal. Therapie verschilt dan ook niet van welk ander waarachtig contact tussen mensen. De belangrijkste vorm van existentiële therapie is het leven zelf, met de moeilijkheden, mogelijkheden en ontmoetingen die erin zijn. De 'therapeut' onderscheidt zich slechts doordat hij hier weet van heeft en de cliënt bevragend opmerkzaam tracht te maken op de mogelijkheden die het leven zelf hem biedt.

Door die mogelijkheden te beginnen ervaren, ontstaan nieuwe richtingen. We zien in hoe het comfortabele men ons heeft beheerst, en onze keuzemogelijkheid heeft beperkt. Door te accepteren dat die beperking van ons bestaan bij ons eigen zijn hoort, kunnen we de obstakels waarmee we onszelf hebben vastgezet uit de weg ruimen. We ervaren een authentiek ik-ben, en krijgen zicht op de mogelijkheid vanuit ons eigen zelf te bestaan. Het leven wordt ons eigen, vanuit een persoonlijk bestaan antwoorden we op de uitdagingen en problemen die ons tegemoet komen.

Die eigenlijkheid was er telkens al, maar werd zo niet beleefd. Nu kunnen we de mogelijkheid van authenticiteit uitdrukkelijk aangrijpen en ons toe-eigenen. Maar meteen is hij er ook weer niet. We kunnen een authentiek bestaan ervaren, maar ze is van voorbijgaande aard. Tot onze vastbeslotenheid hoort immers tevens het besef dat we het men-zelf *ook* zijn.

Het is dan ook voor zowel de therapeut als de cliënt niet gemakkelijk om de eigenlijkheid te herkennen. We zagen al dat er tussen eigenlijk en oneigenlijk zijn een ragdunne en uiterlijk wellicht niet eens waarneembare lijn loopt. De populaire resultaatmetingen van *evidence*

---

<sup>78</sup> SUZ p. 298.

*based* psychotherapie zijn voor therapeuten die zich met het authentiek bestaan bezig houden dan ook principieel onmogelijk. De vraag of een cliënt z'n eigenlijkheid werkelijk op het spoor is gekomen, kunnen en hoeven we ons niet te stellen.<sup>79</sup> Die vaststelling is de volledige verantwoordelijkheid van de cliënt zelf; het is *zijn* bestaan. Als therapeut tonen we vrijblijvend een mogelijke richting om je op het leven te openen.

Voor de cliënt is er slechts het pragmatische criterium te ervaren dat hij zichzelf nieuw verstaat, en dat dit hem op een of andere manier anders in het leven doet staan. Zijn problemen zijn misschien niet kleiner of groter geworden. Maar wel heeft hij nieuw evenwicht gevonden. Een evenwicht dat Heidegger fijnzinnig heeft uitgewerkt:

Authentiek bestaan is aan de ene kant beseffen we dat we er nu eenmaal zijn; we bestaan zoals we bestaan. Door dat te beseffen kunnen we ophouden te proberen achterhalen hoe we geworden zijn wie we nu zijn om onszelf te veranderen. We hebben ons bestaan voor ons, we zijn er mee opgezadeld. We nemen de verantwoordelijkheid op ons voor het feit dat we er zijn.

Aan de andere kant hebben we ontdekt, dat we kunnen-zijn. Niet langer kunnen we zeggen: 'zo ben ik nu eenmaal.' We bevinden ons immers telkens op een pad van mogelijkheden, hebben de vrijheid om daarin een richting te kiezen, hoe onoverzichtelijk die soms ook is.

Door te proberen authentiek te bestaan, vinden we telkens nieuw evenwicht tussen de vrijheid en verantwoordelijkheid die nu eenmaal tot ons bestaan horen.

---

<sup>79</sup> Het probleem van een kritische beschouwing van het eigen functioneren stelt zich hier uiteraard, maar laat ik in deze context onbesproken.

## §10 tot slot: verdere therapeutische verkenning

In deze scriptie is met name het therapeutische idee van een authentiek bestaan in de context van Heideggers *Sein und Zeit* onderzocht. Het moge duidelijk zijn dat Heidegger *Sein und Zeit* nooit als therapeutisch handvest heeft geschreven. Toch hebben we gezien dat de tekst voor de zoektocht naar een authentiek bestaan vruchtbaar gemaakt *kan* worden.

Tot slot volgt een therapeutische verkenning van wat Heidegger ons nog meer te bieden heeft. We wagen een eerste aanzet tot een Heideggeriaans perspectief op het therapeutisch gesprek en de rol van de therapeut. En we wijzen op een aantal begrippen en auteurs die nog om nadere bestudering vragen.

In het therapeutisch contact ontsluit de cliënt z'n zijn, onthullend en verhullend, aan de therapeut. De cliënt vertelt zijn verhaal, en met elke uitspraak legt hij zijn bestaan aan ons voor. Elke uitspraak ligt immers tussen

“der im besorgenden Verstehen noch ganz eingehüllten Auslegung und dem extremen Gegenfall einer theoretischen Aussage über Vorhandenes [...] [Diese »Sätze«] haben [...] ihren »Ursprung« in der umsichtigen Auslegung.”<sup>80</sup>

De cliënt spreekt zich ook letterlijk uit over zichzelf, toont z'n zijn en z'n verstaan van zichzelf aan de therapeut. Die uitspraak

“teilt das in seiner Bestimmtheit aufgezeigte Seiende mit dem Anderen. »Geteilt« wird das gemeinsame sehende *Sein zum* Aufgezeigten.”<sup>81</sup>

Omdat dat aangetoonde echter het zijn van de cliënt is, delen cliënt en therapeut nu het zicht op z'n zijnsbetrokking. Van daaruit ontstaat een therapeutische relatie van met-elkaar-zijn:

“In dieser konstituiert sich die Artikulation des verstehenden Miteinanderseins. Sie vollzieht die »Teilung« der Mitbefindlichkeit und des Verständnisses des Mitseins.”<sup>82</sup>

Om de rol van de therapeut bloot te leggen, moet de vraag naar dit zijn met anderen hier eerst verder worden opgehelderd.

Erzijn bestaat omwille van het eigen zijn, maar tot z'n zijn hoort tegelijk medezijn. We bestaan dus ook omwille van zijn van er-mede-zijnden. Voor ons bestaan met anderen hanteert Heidegger het begrip voorzorg. Dit is het zorgen voor... als de manier waarop we omgaan met anderen. Er zijn twee modi van voorzorg mogelijk: de inspringende voorzorg en de vooruitspringende voorzorg.

---

<sup>80</sup> SUZ p. 158.

<sup>81</sup> SUZ p. 155.

<sup>82</sup> SUZ p. 162.

In de inspringende voorzorg springen we voor de zorgen van de ander in, we nemen hem de zorg uit handen. We doen het wel even: 'laat mij maar.' Deze vorm van zorgen voor... is gericht op het bezorgen van wereld voor een ander.

In de vooruitspringende voorzorg richten we ons niet op het bezorgen voor de ander, maar om hem zijn zorg

“erst eigentlich als solche zurückzugeben. Diese Fürsorge, die wesentlich die eigentliche Sorge – das heißt die Existenz des Anderen betrifft [...] verhilft dem Anderen dazu, *in* seiner Sorge sich durchsichtig und *für* sie *frei* zu werden.”<sup>83</sup>

We helpen in de vooruitspringende voorzorg dus de ander zijn eigen zorgen op zich te nemen. Maar hoe kunnen we dat doen? Door zelf vastbesloten onze existentie op ons te nemen:

“Die Entschlossenheit zu sich selbst bringt das Dasein erst in die Möglichkeit, die mitseienden Anderen »sein« zu lassen in ihrem eigensten Seinkönnen und dieses in der vorspringend-befreienden Fürsorge mitzuerschließen. Das entschlossene Dasein kann zum »Gewissen« der Anderen werden. Aus dem eigentlichen Selbstsein der Entschlossenheit entspringt allererst das eigentliche Miteinander.”<sup>84</sup>

Om werkelijk met elkaar te zijn, of – in therapeutische termen – een relatie van waarachtig contact<sup>85</sup> aan te gaan, dient ook de therapeut dus weet te hebben van zijn eigen zijn. Dan kent hij de stem die hem zelf aanroept, en kan, in plaats van voortdurend door het gepraat van het men-zelf te worden afgeleid, werkelijk naar de ander luisteren.

Vanuit de houding van waarachtig contact hebben we de mogelijkheid de cliënt op z'n zijn te beluisteren<sup>86</sup> en de stem die uit zijn bestaan opklinkt te tegenwoordigen. We wijzen de cliënt een mogelijke richting om te horen naar de roep die uit *zijn* zijn klinkt.

Tot besluit van deze scriptie een opsomming van wat nog nader zou kunnen worden opgehelderd. Allereerst is de samenhang tussen een authentiek bestaan en de doelen van therapie in deze scriptie gesteld,<sup>87</sup> terwijl deze nog nader zou kunnen worden opgehelderd. Daarnaast rijst de vraag welke hier niet nader belichte begrippen uit *Sein und Zeit* voor therapie vruchtbaar zouden kunnen worden gemaakt. Ik noem in elk geval de noties van zorg en van tijd. Maar ook het begrip ἀληθεία, het ontsluiten en doen van je eigen waarheid, vraagt om nadere bestudering.

---

<sup>83</sup> SUZ p. 122.

<sup>84</sup> SUZ p. 298.

<sup>85</sup> Zie hierover Dave Mearns & Mick Cooper, *Working at Relational Depth in Counselling and Psychotherapy*, London: Sage, 2005.

<sup>86</sup> Vgl. SUZ p. 139.

<sup>87</sup> Weliswaar met een beroep op Van Deurzen (2002) en Van Kalmthout (2005).

Tot slot enige literatuurverwijzingen die voor dit onderzoek niet zijn gebruikt maar bij verder onderzoek wel zouden kunnen helpen. Ten eerste is er het werk van Binswanger en Boss, die de *Daseinsanalyse* hebben ontwikkeld als een eerste toepassing van Heideggers werk op de psychoanalyse. Een heldere inleiding op deze en andere toepassingen is te vinden in Emmy van Deurzen, *Everyday Mysteries. Existential Dimensions of Psychotherapy*, London: Brunner-Routledge 2004. Daarnaast heeft Van Deurzen zelf een proefschrift gepubliceerd onder de titel *Inauthenticity and Self-Deception in Heidegger's Being and Time in Relation to Psychotherapy*, London: City University 2003. Ook Hans Cohn heeft, met een meer praktische dan wijsgerige inslag, de existentiële therapie in (ook de latere) Heidegger nagezocht in zijn *Heidegger and the Roots of Existential Therapy*, SPC series, London: Continuum 2002. En dan is er nog Heideggers college uit 1929 / 1930 over de verveling.<sup>88</sup> Heeft hij hier een ziekte van onze tijd beschreven?

---

<sup>88</sup> Martin Heidegger, *Die Grundbegriffe der Metaphysik: Welt, Endlichkeit, Einsamkeit*, Freiburger Vorlesung Wintersemester 1929/30, Frankfurt am Main: Klostermann 1983, non vidi.

## **bibliografie**

- Carel, H., *Life and Death in Freud and Heidegger*, Contemporary Psychoanalytic Studies (serie), Amsterdam: Rodopi 2006.
- Cohn, H., *Heidegger and the Roots of Existential Therapy*, SPC series, London: Continuum 2002.
- Deurzen, E. van, *Existential Psychotherapy and Counselling in Practice*, London: Sage 2002.
- , *Inauthenticity and Self-Deception in Heidegger's Being and Time in Relation to Psychotherapy*, dissertatie, London: City University 2003.
- , *Everyday Mysteries. Existential Dimensions of Psychotherapy*, London: Brunner-Routledge 2004.
- Egmond, G. van, *Bodemloos bestaan. Het Geen-Bodem-Syndroom: problemen met adoptiekinderen*. Amsterdam: Ambo 2007.
- Hatcher, C. & Ph. Himelstein (ed.), vert. K. van Weele, *Handboek gestalttherapie*, Amsterdam: Karnak 1997
- Heidegger, M., *Sein und Zeit*, Tübingen: Max Niemeyer Verlag 1927 (1967<sup>11</sup>).
- , *Die Grundbegriffe der Metaphysik: Welt, Endlichkeit, Einsamkeit*, Freiburger Vorlesung Wintersemester 1929/30, Frankfurt am Main: Klostermann 1983, *non vidi*.
- , vert. M. Wildschut, *Zijn en tijd*, Nijmegen: Sun 1998.
- Kalmthout, M.A. van, *Psychotherapie en de zin van het bestaan*, Utrecht: De Tijdstroom 2005.
- Leijssen, M., “Psychotherapie als zorg voor de ziel”, in: *Tijdschrift Cliëntgerichte Psychotherapie* 3 (2007), *in press*.
- May, R., *The Discovery of Being*, New York: Norton & Co. 1983.
- Mearns, D. & M. Cooper, *Working at Relational Depth in Counselling and Psychotherapy*, London: Sage, 2005.
- Orth, J.E. & R. W. Theborge, “Helping Cliënts Reduce Self-Evaluative Behavior: Consider the Consequences”, in: *Cognitive Therapy and Research* 1 (1984), p. 13-17.
- Yalom, I., *Existential Psychotherapy*, New York: Basic Books 1980.

## **gebruikte afkortingen**

SUZ Heidegger, M., *Sein und Zeit*, Tübingen: Max Niemeyer Verlag 1927 (1967<sup>11</sup>).