

ANGST VOOR VREEMDEN EN HET VREEMDE

Inleiding bij de film CRASH van Paul Haggis November 2011

Regina van Gelderen

‘Onbekend maakt onbemind. Het is tot taal gestolde volkswijsheid, een eeuwenoud sociologisch en psychologisch inzicht. We houden niet zo van wat en van wie we niet kennen. Of juist heel veel. Alleen het vreemde is aantrekkelijk en niet wat we zelf zijn of hebben. Zulk exotisme is de andere kant van xenofobie. Beide, exotisme en xenofobie zijn mislukte vormen van omgaan met angst voor anderen en voor wie we zelf zijn.

Dat we in staat zijn om angst te hebben voor het vreemde, voor vreemden daar is niets mis mee. Integendeel, het is noodzakelijk. Op zijn best is angst signaalangst, waarschuwt het ons dat er gevaar is en dat we iets moeten doen om goed met het gevaar om te gaan. We leven allemaal in samenlevingsverbanden, waarin er een vorm is gevonden om met gevaren om te gaan.

Er zijn geboden en verboden in iedere samenleving. De tien geboden geven prachtig aan wat we hebben te doen en wat we hebben te laten. Van onze ouders, op school en in de rest van de maatschappij leren we om met geboden en verboden om te gaan. Daarbij kan veel mis gaan. Uit verzet tegen onze ouders, uit angst voor onze ouders kunnen we hun regels en van de gemeenschap waarvan we deel uitmaken hùe met elkaar om te gaan negeren, overtreden of juist te streng handhaven. Het gaat zeker niet alleen om de regels zelf, maar ook om hun handhaving. Een te streng, ja zelfs sadistisch geweten is vaak een bron van psychisch lijden, zoals masochisme, waarmee we in de psychotherapeutische en psychoanalytische praktijk te maken krijgen. Er is iets ingewikkelds aan de hand met die normen en waarden, die regels, die wetten, het sociale contract, dat we met elkaar hebben om ons te beschermen, waardoor we niet voortdurend in doodsangst hoeven te leven, daar hebben we een ingewikkelde relatie mee. Want die regels perken ons in, daar hebben we ook last van. Ze komen ons soms niet goed uit. We willen ze overtreden. Onszelf kennend weten we, dat wij en anderen niet voortdurend voor elkaar een levensgevaar zijn, maar ook niet geheel ongevaarlijk. Een zekere angst voor anderen is adequaat. Maar hoeveel angst? En hoe ga je met die angst om? Dat luistert heel nauw en bepaalt hoe prettig het samenleven gaat.

‘Wat de boer niet kent, eet hij niet’ Nog zo’n uitdrukking, die staat voor de angst voor het vreemde en voor vreemden. Het zijn de stedelingen, die beter menen te weten dan de boeren wat goed en aangenaam is. Boeren kijken niet over de grens, perken zich nodeloos in. De stedelingen voelen zich superieur aan de boeren, omdat ze wel over de grens kijken, wel vreemde waar nuttigen. Zij perken zichzelf niet in uit angst voor het vreemde.

Toch is het zo dom nog niet om niet te eten wat je niet kent. Het kan bijvoorbeeld heel gevaarlijk zijn om onbekende wilde dieren te eten. Deze kunnen levensgevaarlijke ziekten naar de mens overdragen, die met de ons beschikbare geneesmiddelen niet te genezen zijn. Ook aids is overgedragen van dieren op mensen. Dieren waarvan we beter wat afstand hadden kunnen houden. Het is een overlevingsstrategie om vreemd en vreemd smakend voedsel walgelijk te vinden. Zodoende verminder je het risico ziekmakende dieren of planten te eten. Kinderen moeten voedsel met een bittere smaak van volwassenen, die weten dat dat voedsel veilig is, leren eten

Ons vermogen om situaties te beoordelen op gevaar, minder gevaar en geen gevaar is een aanleg, die we hebben meegekregen in onze genen. Dit onderscheidingsvermogen wordt getraind tijdens de opvoeding. Die mensen, die dingen, die situaties kunnen gevaarlijk zijn. Lof is wel bitter, maar wél te eten. Kijk uit voor auto's, eerst links, dan rechts kijken voor je oversteekt. Geen vreemde honden aaien. Niet met vreemde mensen meegaan.

Ik wil even een privé-uitstapje maken. Dat vermogen te onderscheiden heb ik gefascineerd gevolgd bij mijn zoon toen hij een peuter was. Hij had al snel door dat er jongens en meisjes waren, mannen en vrouwen, m.a.w. hij maakte onderscheid tussen sexen en tussen jong en oud, maar het verschil in huidskleur leek hij niet waar te nemen. Het zou kunnen, dat hij daar geen oog voor had, omdat wij het verschil niet benoemden, maar ook als wij het verschil tussen jongens en meisjes niet benoemd hadden, zou hij op de kleuterschool vooral met jongetjes zijn omgegaan. Ik had het idee, dat het gebrek aan onderscheidingsvermogen wat ras betreft, dieper ging dan dat hij niet leerde dat onderscheid te maken. Het was er in aanleg niet. Ik kan het niet wetenschappelijk bewijzen, maar deze privé-ervaring geeft mijns inziens aan, dat het maken van onderscheid in ras van geen belang voor het overleven van de soort.

Het is voor de overleving van de soort wel van belang om bang voor het vreemde te kunnen zijn. Maar wat is het vreemde? Wie zijn vreemden? En hoe ga je met die angst om? Hoe reguleer je die angst?

Paul Haggis geeft in zijn film CRASH voorbeelden hoe mensen dat doen. Omgaan met het min of meer adequaat reguleren van hun angst voor vreemden.

Maar het gaat ook over de angst voor het eigene en het reguleren van die angst. Dan denk ik met name aan **angst voor wat zich in jezelf** aandient, wat je niet welgevallig is, omdat het niet strookt met hoe je jezelf gaag zou willen zien.

Als je jezelf wil zien als beheerst, beschaafd, aardig, gunnend, dan is het erg pijnlijk om al die heftige, gemene, jaloerse, onaardige emoties gewoonweg te accepteren van jezelf.

Een manier om daarmee om te gaan, is jezelf die gevoelens helemaal niet of te weinig toe te staan. Maar die gevoelens laten zich niet zo makkelijk ontkennen. Een veel voorkomende manier om die gevoelens toch te is om wat we onszelf niet toestaan over onszelf te voelen aan anderen toe te schrijven. Dat projecteren doen we zowel op onze meest nabij als op mensen die we helemaal niet kennen. Hoe minder we uit eigen ervaring van mensen weten, hoe geschikter ze zijn om op te projecteren. 'Zij zijn alleen maar met sex bezig. Hij is alleen maar op mijn geld uit. Hij wil me beroven. 'Om er maar een paar te noemen.

Dit projecteren op anderen laat Paul Haggis zien in Crash. En hij laat zien waartoe dat kan leiden en hoe we allemaal met elkaar te maken kunnen krijgen op enig moment, hoe we met z'n allen in een interdependentie-netwerk zitten. We kunnen zomaar het slachtoffer worden van de trauma's, die een ander in dat interdependentie-netwerk opgelopen heeft. Dat betekent dat we altijd op onze hoede moeten zijn of een ander zou kunnen schaden. Te weinig op je hoede zijn, ofwel te weinig angstig zijn, kan levensgevaarlijk zijn.

In de film is de ontzettend aardige slotenmaker niet angstig genoeg voor de wantrouwende winkelier. De jonge, onervaren blanke politieagent heeft nog niet de ervaring om op een adequate wijze met zijn angst om te gaan. Hij heeft net zoals de slotenmaker goede bedoelingen, die negatieve gevolgen hebben.

Dat de gevoelsregulatie van iemand soms goed en soms slecht voor zichzelf of anderen kan zijn, zien we bij de oudere, ervaren, politieman. De typische blanke,

racistische L.A.-politieagent. Hij maakt gebruik van zijn machtspositie om zijn jaloezie op een mooi, succesvol zwart echtpaar bot te vieren ipv gewoon maar het gevoel van jaloezie op hun succes en seksualiteit te voelen en te verdragen. Misschien raakt het zwarte paar ook aan eerdere ervaringen, angstige ervaringen met zwarte misdadigers, waarbij hij voor zijn leven heeft moeten vrezen. Nu is hij in de positie om bang te maken. Maar als hij in een reëel gevaarlijke situatie terecht komt, kan hij zijn angst zo reguleren, dat hij met gevaar voor eigen leven actie onderneemt in het belang van degene die hij eerder brutaliseerde.

Het gaat bij de politieagent niet om het mislukken van het adequaat omgaan met de angst voor vreemden, maar om het adequaat omgaan met de angst voor wie hij zelf is, een blanke die bang is voor en jaloezie is op zwarten. Zo wil hij zichzelf niet kennen.

In deze angst voor het kennen van jezelf, ligt onze eigen individuele geschiedenis en onze maatschappelijke geschiedenis ingebed. een geschiedenis met grote en kleine trauma's, met persoonlijke en maatschappelijke geboden en verboden. Binnen die constellatie moeten we allemaal een vorm zien te vinden van wat we wel en niet van onszelf onder ogen kunnen zien en verdragen.

Amsterdam, oktober 2011