

Inleiding

Arko Oderwald, Koos Neuvel en Abel Thijs

Waar hebben we het over als we het over angst hebben? In Van Dale wordt angst omschreven als ‘een gevoel van beklemming of vrees veroorzaakt door (wezenlijke of vermeende) dreiging, onheil of gevaar.’ De definitie van het Nederlands Huisartsen Genootschap (de NHG-Standaard Angst) luidt:

Angst is een normale reactie in de context van een reële dreiging. Angst is een gevoel dat verwijst naar dreigend gevaar en gaat gepaard met lichamelijke verschijnselen door activatie van het autonome zenuwstelsel. Het lichaam wordt daardoor geprepareerd voor een fight or flight reactie, met versnelde hartslag en ademhaling, verhoogde spierspanning, specifieke gedachten zoals ‘ik ga dood’ of ‘er overkomt me iets vreselijks’ en gedragingen, zoals verstijven (freeze) of wegvluchten.

Simon Vestdijk noemt in *Het wezen van de angst* onlust, passiviteit en dreiging als trits kenmerken die angst van andere emoties onderscheidt en nuanceert de omschrijving van ‘gevaar’:

Bedreigd worden wij door een gevaar (van vernietiging, verlies, machtsvermindering, pijn, ziekte etc.), maar ook door de mogelijkheid van onlustgevoelens van welke aard ook, waarbij gewoonlijk niet van ‘gevaar’ gesproken wordt (...).

Als lichamelijke manifestaties van angst noemt hij bleekheid, roerloosheid, beven, koud zweet, iemand vastgrijpen of een beklemd gevoel krijgen.

Angst is daarom geen eenduidig onderwerp. Angst is aan de ene kant een normaal en zelfs noodzakelijk existentieel onderdeel van het menselijk leven. In die zin is het te vergelijken met pijn. Pijn is een waarschuwingssignaal dat ons oproept tot actie. Het niet kunnen voelen van pijn, waar een klein aantal mensen op de wereld last van heeft, is potentieel levensbedreigend. Een hand van een klein kind op een gloeiende kachel wordt dan niet teruggetrokken, een niersteen in de ureter wordt niet gevoeld en dat kan tot

ernstige complicaties leiden. Toch geeft het geen pas om tegen iemand die door koliekpijn wordt gekweld te zeggen: wees blij dat je ligt te krimpen van de pijn.

Ook angst heeft een nuttige en beschermende functie in het menselijk leven. Dat wordt pas echt duidelijk bij het ontbreken van angst. Met dat onderwerp wordt dit boek over angst in romans, films en poëzie dan ook geopend door middel van een essay van Christel Grimbergen. Kan iemand die geen angst kent eigenlijk wel dapper zijn?

Helemaal aan de andere kant van het spectrum staan de mensen die ernstig lijden onder hun angsten. Vrijwel alles kan tot angstobject worden, zoals angst om over een drempel te stappen in de roman *Mr. Tourette en ik* over een man met het syndroom van Gilles de la Tourette, of de angst voor bloemkool in het foto- en verhalenboek *Bang voor bloemkool*.

Tussen deze twee uitersten van angst is er een enorm gevarieerd spectrum aan noodzakelijke, gevarieerde en storende angsten die het menselijk leven kunnen kenmerken en waarvan veelvuldig in romans, films en poëzie verslag wordt gedaan.

In dit boek schrijven auteurs vanuit verschillende achtergronden over dit gevarieerde angstspectrum. Dat gebeurt in essays, originele fragmenten uit romans en autobiografische teksten en in poëzie. Het boek is, na het eerste essay over het ontbreken van angst, ingedeeld in vier secties.

In de eerste sectie wordt angst als algemene existentiële ervaring besproken aan de hand van onder andere films van Alfred Hitchcock en Stanley Kubrick en schrijvers als Joseph Conrad, Louis Couperus, Thomas Mann en Primo Levi.

In de tweede sectie staan meer specifieke angsten centraal, zoals angst voor eenzaamheid, angst voor ouder worden en reisangst. Besproken auteurs zijn onder andere Simone de Beauvoir, Julian Barnes en Richard Selzer.

De derde en de vierde sectie zijn gewijd aan ziekten en dokters. In sectie drie staat de angst voor ziekten centraal aan de hand van onder andere Molière, Italo Svevo en Philip Roth.

Sectie vier gaat over angsten van dokters, met bijdragen van Bert Keizer, Ignace Schretlen en Wouter van Ewijk.

De gedichten die in deze bundel staan, zijn de tien beste gedichten van de VUmcpoëzieprijs. Meer informatie over deze prijs en over de dichters is te vinden op www.literatuurengeneeskunde.nl.

Verwijzingen

Christenhusz, Erik, & Lieshout, Maurice van. *Bang voor bloemkool*. Utrecht: De Tijdstroom, 2008.

Hassink-Franke, Lieke, Terluin, Berend, Heest, Florian van, Hekman, Jan, Marwijk, Harm van, Avendonk, Mariëlle van. NHG-Standaard Angst. Beschikbaar via: <https://www.nhg.org/standaarden/volledig/nhg-standaard-angst>.

Sandstrak, Pelle. *Mr. Tourette en ik*. Breda: De Geus, 2010.

Vestdijk, Simon. *Het wezen van de angst*. Amsterdam: De Bezige Bij, 1979 (eerste druk 1968).

Zundert, A. van, Oderwald A.K. Een kermisattractie. In: Oderwald, A.K., Neuvel, K., & Hertogh, C. (red.). *Pijn. Over literatuur en lijden*. Utrecht: De Tijdstroom, 2004.