

EDITH HALL

*Wat zou  
Aristoteles doen?*

Hoe oude filosofie je leven kan veranderen



‘Geweldig en op het goede moment ... Van harte aanbevolen.’

STEPHEN FRY

*ten have*

Edith Hall

WAT ZOU  
ARISTOTELES DOEN?

*Hoe oude filosofie je leven kan veranderen*

Vertaald door Ruud van de Plassche

th ten have

# Inhoud

Chronologie	8
Kaart van plaatsen waar Aristoteles heeft gewoond	9
Inleiding	11
1 Geluk	35
2 Potentie	53
3 Beslissingen	75
4 Communicatie	95
5 Zelfkennis	119
6 Intenties	149
7 Liefde	169
8 Gemeenschap	187
9 Vrije tijd	209
10 Sterfelijkheid	229
Dankwoord	263
Woordenlijst	265
Verder lezen	267
Noten	273
Register	277

## Chronologie (alle jaartallen v.Chr.)

- 384 Aristoteles wordt geboren in Stagira, als zoon van Nicomachus en Phaestis.
- ca. 372 Aristoteles' vader overlijdt, en hij wordt geadopteerd door Proxenus van Atarneus.
- ca. 367 Aristoteles trekt naar Athene om te studeren aan Plato's Academie.
- 348 Philippus II van Macedonië verwoest Stagira maar herbouwt het op verzoek van Aristoteles.
- 347 Aristoteles verlaat Athene wanneer Plato sterft en zoekt zijn toevlucht tot Hermias, de heerser van Assos.
- 345-344 Aristoteles verricht zoölogisch onderzoek op Lesbos.
- 343 Philippus II nodigt Aristoteles uit om onderricht te komen geven aan zijn zoon Alexander in Macedonië.
- 338-336 Aristoteles heeft mogelijk enige tijd doorgebracht in Epirus en Illyrië.
- 336 Philippus II wordt vermoord en Alexander wordt koning Alexander III ('de Grote'). Aristoteles verhuist naar Athene en sticht zijn Lyceum.
- 323 Alexander III sterft in Babylon.
- 322 Aristoteles wordt in Athene vervolgd wegens goddeloosheid en verhuist naar Chalkis, waar hij overlijdt.

# I

## Geluk

Aan het begin van de *Eudemische ethiek* citeert Aristoteles een wijze spreuk die op een oude steen op het heilige eiland Delos is gegraveerd. Deze verkondigt dat de drie beste dingen in het leven ‘rechtvaardigheid, gezondheid en de verwezenlijking van je verlangens’ zijn. Hiermee is Aristoteles het hartgrondig oneens. Volgens hem is het uiteindelijke doel van het menselijke bestaan simpelweg geluk, wat inhoudt dat je een doel moet vinden om je mogelijkheden te realiseren, en aan je gedrag moet werken teneinde de beste versie van jezelf te worden. Je maakt daarbij je eigen morele keuzes, maar in het besef dat je handelt in een onderling verbonden wereld waarin relaties met andere mensen van grote betekenis zijn.

Aristoteles’ eigen leraar was Plato, zelf weer de leerling van Socrates, die de beroemde uitspraak deed dat ‘alleen het onderzochte leven het waard is om geleefd te worden’. Aristoteles vond dit een wel erg streng voorschrift. Hij wist dat veel mensen – wellicht de meerderheid – hun leven intuïtief en vaak zonder zelfbespiegeling leiden, maar toch heel gelukkig zijn, als het ware op de automatische piloot. Hijzelf zou de nadruk liever hebben gelegd op het praktische handelen en de toekomst, zodat zijn alternatieve motto had kunnen luiden: ‘alleen het *geplande* leven maakt kans op volledig geluk’.

In de aristotelische ethiek heeft het individu het heft in handen. Zoals Abraham Lincoln beseftte: ‘Voor de meeste mensen geldt dat ze zo gelukkig zijn als ze zich voornemen te zijn.’ In plaats van op de au-

tomatische piloot te koersen, sta je in de aristotelische ethiek zelf en als enige piloot aan het complete bedieningspaneel. Andere ethische systemen leggen veel minder nadruk op zowel de individuele morele keuzes die je maakt, als op je verantwoordelijkheden naar anderen. Aristotelische ethiek deelt haar uitgangspunt van de moreel handelende persoon met het ethisch egoïsme, dat is verbonden met de vroegmoderne filosoof Bernard Mandeville (1670-1733), maar daarmee houdt de overeenkomst op. Dit stelsel beveelt ieder individu aan om maximaal eigenbelang na te streven. Stel dat je een theebronsje organiseert voor tien van je buurtgenoten. Je weet dat twee van hen veganist zijn. Maar veganistische sandwiches zijn drie keer zo duur als sandwiches met ham. Als je voor twee mensen veganistische sandwiches koopt, zal er voor iedereen minder te eten zijn. De egoïst zou geen rekening houden met de behoeften van alle anderen en zijn keuze om ook iets voor de veganisten te kopen laten afhangen van zijn eigen eetpatroon. Als hijzelf geen veganist is, dan zou hij beslist niet willen dat er voor hem minder sandwiches met ham beschikbaar waren omdat hij tegemoet moet komen aan de diverse voorkeuren van alle anderen. Is hij daarentegen veganist, dan zou hij geen rekening houden met het nadeel dat de acht vleeseters zouden lijden doordat voor hen dan kleinere porties beschikbaar zijn. Hij zou er gewoon voor zorgen dat er voor hemzelf ruimschoots voldoende veganistisch eten aanwezig was, liefst met nog een extra portie voor zichzelf.

Utilitaristen, aan de andere kant, streven er juist naar het totale geluk voor zo veel mogelijk mensen te maximaliseren, zodat zij zich richten op de *gevolgen* van handelingen: voor utilitaristen maakt het resultaat van maar liefst acht tevreden vleeseters het begeleidend probleem van twee ongelukkige veganisten vrijwel verwaarloosbaar. Utilitaristen krijgen het moeilijk wanneer de minderheden omvangrijk worden: een theebronsje met laten we zeggen vier ongelukkige veganisten en maar zes tevreden vleeseters doet beslist al minder feestelijk aan. Volgelingen van Immanuel Kant, die de nadruk leggen op plichten en verplichtingen, zouden zich afvragen of er geen universele

en onwrikbare wet behoort te zijn die bepaalt in welke verhoudingen er verschillende sandwiches beschikbaar moeten zijn op theebransjes. Aan de andere kant houden cultureel relativisten vol dat er niet zoiets bestaat als een universele morele wet. Volgens hen behoort iedereen tot een groep of groepen die hun eigen *interne* wetten en gebruiken hebben. Er zijn op aarde vele culturen en gemeenschappen aan te treffen die niets eten wat van het varken afkomstig is, daar waar anderen helemaal niets begrijpen van vegetarisme, of zelfs niets van theebransjes.

Aristoteles zou zich juist realiseren dat de beslissing over de sandwiches niet in een abstract vacuüm te nemen is. Hij zou de tijd nemen om over het probleem na te denken en plannen te maken. Hij zou de plannen voor het menu analyseren om zijn *intentie* boven tafel te krijgen – als die is dat alle tien buurtgenoten zich welkom moeten voelen en smakelijk moeten kunnen eten, omdat daardoor de hele gemeenschap een aangenamer leefomgeving voor iedereen wordt, wat bijdraagt aan het individuele en collectieve geluk, dan zou hij uitkomen op een beslissing die de kans dat die intentie wordt gerealiseerd zo groot mogelijk maakt. Het zou dan averechts werken om zelfs maar een kleine minderheid van de gasten te grieven. In plaats daarvan zou hij de betrokken personen raadplegen, met inbegrip van de genodigden en de leverancier van de sandwiches, om te peilen wat zij ervan vinden. Hij zou terugdenken aan eerdere feestjes die hij had gehouden of meegemaakt, de situatie vergelijken met precedenten en hoogstwaarschijnlijk een manier vinden om het probleem te omzeilen door theebransjes uit het verleden te bezien – wat hem bijvoorbeeld op het idee kan brengen zuivelvrije taartjes te serveren in plaats van de tot onenigheid leidende sandwiches. Hij zou er ook op letten dat de verschillende taartjes die hij zou uitkiezen ook naar zijn eigen smaak waren, omdat onnodige zelfopoffering niet past in zijn filosofie van respect voor jezelf en voor anderen.

Aristoteles' ethische systeem is veelzijdig, flexibel en praktisch toepasbaar in het dagelijks leven. Het merendeel van de concrete psychos-

logische stappen naar toenemende tevredenheid die psychologe Sonja Lyubomirsky kenschetst in haar in 2007 verschenen *The How of Happiness: A Practical Guide to Getting the Life You Want* [in het Nederlands vertaald als *De maakbaarheid van het geluk*; vert.], vertoont een opvallende gelijkenis met de filosofische aanbevelingen van Aristoteles, en ze haalt hem dan ook met instemming aan. Zijn leidmotieven zijn: werken met de situatie die voor je ligt, toekomstplanning, een niet-aflatende gerichtheid op *intenties*, flexibiliteit, praktische zin, gezond verstand, individuele autonomie en het belang van overleg met anderen. Het uitgangspunt van Aristoteles' opvatting van geluk is wonderbaarlijk eenvoudig en democratisch: iedereen kan *beslissen* om gelukkig te worden. Na enige tijd zal het juiste handelen tot een gewoonte inslijten, zodat je een goed gevoel krijgt over jezelf, en de geestestoestand die daaruit voortvloeit is te typeren als *eudaimonia*, Aristoteles' woord voor geluk.

Dit aristotelische streven naar *eudaimonia* is veelal aantrekkelijk voor agnosten en atheïsten, maar is feitelijk verenigbaar met elke religie die de morele verantwoordelijkheid van het individu voor zijn eigen daden centraal stelt en niet aanneemt dat een of ander goddelijk wezen voortdurend voorziet in richtlijnen, beloning en straf. Aangezien Aristoteles zelf echter niet geloofde in een god die ingreep in de wereld, of daar zelfs maar enig belang in stelde, was zijn programma voor het bereiken van geluk een op zichzelf staand systeem. De aristoteliaan verwacht geen regels te vinden over het houden van theekransjes in een of andere heilige tekst. Ook zal hij niet verwachten dat hij door goddelijke vergelding wordt getroffen als zijn theekransje helemaal verkeerd loopt. Als je op een bekwame en geplande manier leeft, dan is dat iets wat je besluit te doen teneinde zelf je leven en je lot te bepalen. Aangezien deze controle over het levenslot traditioneel wordt toegeschreven aan een god of de goden, kun *jij* daardoor in zekere zin 'godgelijk' worden.

Toch is *eudaimonia* niet zo simpel uit te leggen. Het voorvoegsel *eu* (uit te spreken als 'eu' of 'ui') betekent 'goed'; het deel *daimonia* is afge-



leid van een woord met een hele reeks betekenissen: goddelijk wezen, goddelijke macht, beschermgeest, fortuin of levenslot. Al met al kreeg eudaimonia de betekenis van ‘welzijn’ of ‘voorspoed’, wat uiteraard ook tevredenheid omvat. Toch staat het begrip voor iets veel actiever dan ‘tevredenheid’. Je ‘doet’ eudaimonia, het vereist een positieve inbreng. Sterker nog, voor Aristoteles bestaat geluk in activiteit (*praxis*). Hij wijst erop dat als eudaimonia alleen een emotionele gesteldheid was waarmee sommige mensen geboren worden en andere niet, het bezeten zou kunnen worden door een man die zijn leven slapend doorbracht, ‘het leven leidend van een plant’.

Aristoteles’ definitie van geluk steunt ook niet op een of andere vorm van materiële voorspoed. Een eeuw eerder had een andere Noord-Griekse denker, Democritus, die door Aristoteles bewonderd werd, een beschouwing gehouden over het ‘geluk van de ziel’, waarbij hij met klem had beweerd dat dit niet verkregen werd door het bezit van vee of goud. Wanneer Aristoteles het woord ‘eudaimonia’ gebruikt, doelt hij eveneens op het ‘geluk van de ziel’, zoals ervaren in het innerlijk van de bewuste mens. Volgens hem bestaat het leven zelf uit de werkzaamheid van een *actieve geest*. Aristoteles was ervan overtuigd dat de meeste mensen het meeste plezier halen uit dingen leren en zich verbazen over en bij de wereld. Sterker, hij beschouwde het verwerven van inzicht in de wereld – niet alleen academische kennis erover, maar inzicht in elk aspect van de ervaring – als het eigenlijke doel van het leven zelf.

Als je gelooft dat het er in het menselijk leven om gaat zo gelukkig mogelijk te worden, dan ben je een aristoteliaan in de dop. Als het doel van het menselijk bestaan geluk is, dan kun je dat bereiken door grondig na te denken over hoe Goed te Leven, of door je leven op de best mogelijke manier te leiden. Dat vereist dat je jezelf bewust gewoonten aanleert, iets waartoe dieren volgens Aristoteles niet in staat zijn. Het bedrieglijk eenvoudige bijvoeglijke naamwoord ‘goed’ kan verschillende dingen beteken: ‘bekwaam’ of ‘functioneel’ in een praktische betekenis, ‘moreel’ in termen van ethisch verantwoord gedrag, en ‘for-

tuinlijk' of 'voorspoedig' in de zin van 'geluk ervaren' en 'in aangename omstandigheden verkeren'.

Op 4 juli 1776 nam het gloednieuwe Congres van de Verenigde Staten de tekst aan van de Onafhankelijkheidsverklaring, opgesteld door Thomas Jefferson. De gedenkwaardige eerste zin daarvan luidt: 'Wij houden deze waarheden voor vanzelfsprekend: dat alle mensen als gelijken zijn geschapen, dat zij door hun Schepper met bepaalde onvervreemdbare rechten zijn begiftigd, waaronder leven, vrijheid en het streven naar geluk.' Het is bekend dat de oude Romeinse Republiek als een voorbeeld gold voor de Founding Fathers van Amerika, maar die veelzeggende frase 'het streven naar geluk' laat zien dat Jefferson zich ook had verdiept in de filosofie van Aristoteles. Vier jaar later sloeg de Grondwet van Massachusetts eenzelfde toon aan: de overheid is ingesteld voor het algemeen welzijn, 'voor de bescherming, veiligheid, voorspoed en het geluk van het volk'.

Aristoteles geloofde dat de manier waarop we toekomstige burgers opvoeden in hoge mate bepaalt of zij in staat zullen zijn hun potentie als individu én als lid van de gemeenschap te vervullen. De zogeheten Verordening van het Noordwesten [het wetgevende besluit uit 1787 waarmee de Verenigde Staten zich naar het noordwesten uitbreidden; vert.] verklaarde geheel in de geest van Aristoteles dat scholen noodzakelijk waren 'voor goed overheidsbestuur en het geluk van de mensheid'. Iedereen ter wereld die zich in grote lijnen kan vinden in de beginselen waarop de stralende nieuwe dageraad van de Amerikaanse onafhankelijkheid steunde, is, of hij dat nu weet of niet, een aristoteliiaan die zich heeft gewijd aan het project van het menselijke geluk.

De beroemdste bewering van Aristoteles – zo beroemd dat ze (incorrect) werd geciteerd in een gedachtewisseling tussen paus Franciscus en Donald Trump in februari 2016 – is dat de mens een 'politiek dier' (*zoön politikon*) is. Aristoteles bedoelde daarmee dat mensen zich van andere dieren onderscheiden doordat ze zich van nature aansluiten tot een grote gemeenschap met een vaste woonplaats: een *polis* of stadstaat. Aristoteles geeft zijn definities altijd vorm door een

reeks onderscheidingen te maken, en in zijn *Ethica* stelt hij deze cruciale vraag aan de orde: wat zijn de onderscheidende eigenschappen van de menselijke soort? Mensen hebben, evenals dieren en planten, deel aan de basale activiteit van het leven zelf, zoals voedingsstoffen verkrijgen en groeien. Aangezien andere dieren en planten ook leven, zich voeden en groeien, zijn deze zaken niet onderscheidend voor het mens-zijn. Dieren hebben net als mensen zintuigen waarmee ze de wereld om hen heen en andere schepsels waarnemen. Daarom kan ook de gewaarwording niet het onderscheidende en doorslaggevende kenmerk zijn dat iets tot een mens maakt. Maar geen enkel ander levend wezen deelt met ons 'het actieve leven van het wezen dat kan nadenken'. Mensen doen van alles, en zijn in staat om vóór, tijdens en na deze activiteiten hun verstand te gebruiken. Dat is de menselijke *raison d'être*. Als jij, zijnde een menselijk wezen, nalaat te handelen met uitoefening van je rationele vermogens, dan vervul je je potentie niet.

Goed te Leven door toepassing van de rede betekent dat je deugden aankweekt en ondeugden vermijdt. Je gedragen als een goed mens maakt je daadwerkelijk gelukkiger. Niet voor niets is Frank Capra's feelgooddrama *It's a Wonderful Life* (1946) de populairste kerstfilm aller tijden: de boodschap ervan sluit ten diepste aan bij waarden omtrent edelmoedigheid en hulpvaardigheid die de meeste mensen aanhangen. George Bailey, gespeeld door James Stewart, is een wanhopige, menslievende kleine ondernemer die wordt gedwarsboomd door een inhalige kapitalist. Op Kerstavond wil hij zelfmoord plegen. Een beschermengel, Clarence, komt uit de hemel en toont George in flashbacks verschillende episodes uit zijn leven waarin hij onbaatzuchtig anderen heeft geholpen; hij heeft veel betekend voor zijn familie, en leningen verstrekt waarmee arme mensen een eigen huis konden kopen. Clarence weet George van zelfmoord te weerhouden door hem te tonen hoe het verleden eruit zou hebben gezien als hij nooit had bestaan: zijn familie had hem dan moeten missen en veel armen zouden in krotten hebben gewoond. George ziet in dat hij in zijn 'wonder-

ful life' een hechte band heeft ontwikkeld met andere mensen door zijn inspanningen om hen te helpen. De film is ook aristotelisch doordat het leven hierin wordt gepresenteerd als een project, een doorgaande boog, waarbij de keuze aan ons is om het zo 'wonderful' mogelijk te maken. Hoe drakerig de film nu misschien ook op ons overkomt, hij beroert een authentieke emotionele snaar.

*La Promesse* (1996), van de Belgische filmmakers Jean-Pierre en Luc Dardenne, schuwt alle sentimentaliteit en toont ons hoe een jong iemand, op de drempel van volwassenheid en voorzien van een sterk ethisch bewustzijn, de voldoening ervaart die het doen van goede daden kan brengen. Igor, een leerling-monteur, is aan het begin van de film pas vijftien jaar oud, maar komt voor een extreem ethisch dilemma te staan en slaagt erin morele onafhankelijkheid te verwerven van zijn gewetenloze vader. De plot draait erom dat een illegale immigrant door een ongeval om het leven komt, waarna Igors vader eist dat Igor hem helpt het gebeurde geheim te houden. Igor bereikt morele volwassenheid en een zekere gemoedsrust doordat hij de getroffen familie bijstaat in weerwil van een harteloze vader, schuldgevoelens, maatschappelijke kwetsbaarheid en angst voor de politie.

Deze nadruk op de band tussen geluk en deugdzaam handelen is een van de fundamentele verschillen tussen Aristoteles' recept voor geluk en dat van andere filosofieën als egoïsme, utilitarisme en kantianisme. In zijn *Politica* schetst Aristoteles, om te illustreren hoe moeilijk je het geluk bereikt zonder ernaar te streven een goed mens te zijn, een karikatuur van de door en door verdorven en bijgevolg deerniswekkende mens:

Niemand zou immers durven beweren dat iemand gelukkig is die geen greintje dapperheid, zelfbeheersing, rechtvaardigheid of inzicht bezit, maar bang is voor de vliegen die langs zijn hoofd vliegen; die zich van geen enkele uitpatting, hoe extreem ook, onthoudt wanneer hij zin heeft in eten of drinken; die om een stuiver zijn beste vrienden in het ongeluk stort; of die verstandelijk zo naïef en dwaas is als een kind of een geesteszieke.<sup>8</sup>

George Washington formuleerde diezelfde connectie tussen deugzaamheid en geluk op andere wijze in zijn aanvaardingstoespraak in 1789, toen hij zijn toehoorders in de stad New York vertelde dat 'deugzaamheid en geluk een onlosmakelijke eenheid vormen'.

Besluiten om naar geluk te streven door Goed te Leven impliceert het beoefenen van een 'deugdethiek' of, eenvoudiger gezegd, 'het juiste doen'. Op vergelijkbare wijze zijn Aristoteles' deugden vertaald in gewichtige termen als 'rechtvaardigheid', wat eigenlijk gewoon betekent dat je andere mensen eerlijk en fatsoenlijk behoort te behandelen. Deugdethiek heeft humanisten, agnosten, atheïsten en sceptici altijd aangetrokken juist omdat ze, voor mensen die een tevreden, fatsoenlijk en constructief leven willen leiden, een weloverwogen manier biedt om dat te doen. Deugdethiek zal je helpen een bevredigende aanpak te vinden voor beslissingen, morele kwesties en de 'grote vragen' omtrent leven en dood, vertrouwend op je eigen oordeel en vermogen om zorg te dragen voor jezelf, je vrienden en degenen die van je afhankelijk zijn. Echter, mede doordat er geen aansprekende vertalingen uit het Grieks voorhanden waren, heeft Aristoteles' praktische en doeltreffende programma om naar geluk te streven door te beslissen het juiste te doen weinig weerklank gevonden bij het brede publiek. Als mensen zouden inzien dat persoonlijk geluk afhankelijk is van het eigen gedrag, dan zou geluk, zo schreef hij, 'gewoner worden omdat meer mensen in staat zouden zijn het te verwerven'. Aristoteles gaat zelfs nog verder en zegt dat in het ideale geval 'de hele mensheid zich zal vinden in de zienswijze die hier uiteengezet wordt', maar als dat niet gebeurt, zou ze zich op zijn minst ten dele moeten verbinden aan het programma dat besloten ligt in deugdethiek, 'daar *iedereen* iets heeft bij te dragen'.

Aristoteles schreef de allereerste boeken gewijd aan de vraag 'hoe moet ik handelen?' Niemand, zelfs Plato niet, had hier ooit eerder over nagedacht, los van andere kwesties zoals politiek of religie. Aristoteles schreef twee dikke boeken over ethiek, de *Ethica Nicomachea*, of kortweg de *Ethica*, waarin hij zich vermoedelijk tot zijn zoon Nicomachus

richtte, en de *Eudemische ethiek*, waarvan de naam is ontleend aan zijn vriend Eudemus, die mogelijk het manuscript heeft bewerkt. Hij lijkt deze titels zelf niet te kennen of te gebruiken, hoewel hij in zijn *Politica* eerdere geschriften over 'karakter' vermeldt onder de naam *Ethika* (het Oudgriekse woord voor 'karakter' is *ethos*). De *Eudemische ethiek* werd waarschijnlijk eerder geschreven dan de *Nicomachea*, en is later deels herzien in het licht daarvan. Deze twee grote werken volgen hetzelfde basisstramien. Allebei stellen ze aan het begin het fundamentele *eudaimonische* project aan de orde, om vervolgens in te gaan op de aard van de deugd in het algemeen (*arête*) en op de afzonderlijke deugden (*arêtai*) die in het menselijke dier aangekweekt moeten worden, wil het Goed Leven, floreren en gelukkig zijn. Vriendschap en genot worden ook besproken, evenals (kort) mensen in relatie tot het goddelijke. Er is ook een kleiner boek, dat een uitleg van Aristoteles' ideeën bevat maar mogelijk van de hand van een van zijn volgelingen is en dat verwarrend genoeg de *Magna Moralia* ('Grote ethiek') heet.

Aristoteles' werken over ethiek verschaffen weinig vaste regels of algemene instructies. Er ontbreekt een strikte leidraad of een stelsel van morele voorschriften. Het doel is altijd ons leven te verbeteren en naar meer welzijn te sturen, maar de ethische dimensie van iedere beslissing zal verschillen en een eigen analyse en daaruit voortvloeiend handelen vereisen. Stel dat twee van je medewerkers geld uit de kassa pakken, dan kan het zijn dat de een daarmee eten voor haar kinderen koopt en het tekort aan het eind van de maand weer aanvult, terwijl de ander een drugsverslaving heeft. Aristoteles meende dat algemene principes belangrijk zijn, maar wanneer je nalaat de specifieke omstandigheden erbij te betrekken, kunnen die principes misleidend zijn. Om die reden noemen sommige aristotelianen zich 'morele particularisten'. Iedere situatie, elk dilemma vraagt van de betrokkene dat hij zich uitvoerig verdiept in de concrete bijzonderheden. Bij ethische vraagstukken zit het echte venijn vaak in de details.

Aristoteles is zich ervan bewust dat sommige mensen niet in staat of bereid zijn om op deze flexibele maar principiële manier te leven.

Zulke mensen kunnen simpelweg onvolwassen zijn, waarbij hij er nauwlettend op wijst dat volwassenheid geen kwestie is van biologische leeftijd, aangezien je jonge mensen hebt die emotioneel al helemaal volwassen zijn en ouderen die nooit psychologische of morele wasdom bereiken. Aristoteles is echter ook van mening dat mensen die hun emoties te sterk onderdrukken niet in staat zijn een leven te leiden waarin ze effectief een lovenswaardig doel nastreven: in dit opzicht klinkt hij heel modern en freudiaans. Degenen die geen rekening houden met hun emotionele reacties en natuurlijke neigingen zijn evenmin in staat lovenswaardige doelen te bereiken als degenen die hun moreel redeneervermogen niet uitoefenen. In de *Ethica* voert hij aan dat het verband tussen verstand en emotie niet tegengesteld is, maar dat ze zich veeleer verhouden ‘als de bolle en holle kant van een boog’.

Hij wijst er ook op dat veel mensen bepaalde soorten wenselijkheden – genot, rijkdom of roem – verwarren met het soort constructieve wenselijkheden waar hij het eigenlijk over heeft. Het probleem met de eerste is dat ze sterk onderhevig aan het toeval kunnen zijn, terwijl meer maatschappelijk betrokken doelen niet worden ondergraven door tegenspoed. Als je doel rijkdom is, en je blijft arm of verliest door pech opeens al je geld, dan zul je nooit het soort geluk bereiken waar eudaimonia naar verwijst.

Toch is een bewust ethische levenswijze niet voor iedereen weggelegd. Aristoteles verdeelt de mensen die naar doelen streven in drie groepen. De leden van de eerste groep zijn alleen geïnteresseerd in het soort ‘goede’ dat lichamelijk genot verschaft: hij vergelijkt zulke mensen met vee en zegt dat er helaas veel vooraanstaande mensen zijn wier enige doel in het leven lichamelijk genot is. Als voorbeeld haalt hij de mythische koning van Assyrië aan, Sardanapalus, wiens motto luidde: ‘Eet, drink en speel, daar niets anders een knip voor de neus waard is.’ Aristoteles vond lichamelijk genot wel degelijk belangrijk en beschouwde het als een leidraad voor wat voor alle dieren goed was. Voor het menselijke dier echter is het iets goeds in zoverre het helpt

om het de richting naar geluk te wijzen, maar het is niet de grondslag zelf van het geluk. De tweede groep bestaat uit mensen van de daad die kiezen voor een leven doorgebracht in het publieke of politieke domein. Hun doel is roem of eer: erkenning. Het probleem daarbij is evenwel dat ze er meer op gespist zijn om *erkenning te verkrijgen* dan om *daadwerkelijk goede mensen te zijn*. Het gaat hun om de lofbetuingen en niet om de redenen daarvoor. De derde groep daarentegen bestaat uit mensen wier doel het is de wereld te leren kennen en geestelijke voldoening te smaken. Bij dit doel is de kans veel kleiner dat het gedwarsboemd wordt door factoren die je niet kunt beïnvloeden, zoals het toeval; er zijn geen andere mensen voor nodig die je erkenning geven of complimenteren. Het betreft iets dat je vooral zelf verwezenlijkt en dat inherent gekoppeld is aan zelfvoorzienendheid.

Zelfvoorzienendheid of onafhankelijkheid (*autarkeia*) is een sleutelbegrip in Aristoteles' opvatting over het leiden van een goed en derhalve gelukkig leven. Het is een term die vaak wordt gebruikt in een economische context; de autarkische of zelfvoorzienende persoon is dan bijvoorbeeld iemand die financieel onafhankelijk is en van niemand anders economische steun nodig heeft. Dat maakt hem tevens onafhankelijk in een morele betekenis: hij hoeft niet naar de pijpen van iemand anders te dansen of bevelen op te volgen. Voor Aristoteles is dat de belangrijkste betekenis. Goed te Leven vereist dat je in staat bent zelfstandig morele keuzes te maken en dat je je in je handelingen waartoe je na je overwegingen beslist, niet hoeft te laten beperken door verplichtingen aan anderen. Een toereikend inkomen kan een belangrijke factor zijn in je vrijheid om een goed mens te worden en geluk na te streven. Daarmee rust op de persoon die Goed wil Leven en gelukkig wil zijn echter ook de verantwoordelijkheid om in zichzelf de noodzakelijke karaktereigenschappen aan te boren. Aan het eind van de *Ethica* stelt Aristoteles dat het meest zelfvoorzienende leven er een is dat is gewijd aan filosofische beschouwing, omdat daar niemand anders voor nodig is. Desondanks voegt Aristoteles daaraan toe dat deze pure filosoof pur sang, al kan hij dan in zijn eentje filosoferen,



‘meer zou bereiken als hij anderen had die met hem meedachten.’ Als je beoogt gelukkig te worden door in al je betrekkingen eerlijkheid te betrachten, heb je iemand nodig om eerlijk tegen te zijn.

Door deze concessie onderscheidt het aristotelische denken zich scherp van dat van de andere filosofische scholen uit de Oudheid, die pleitten voor een leven in afzondering, als een vrome kluizenaar, geheel ongebonden en zonder bemoeienis met wereldse aangelegenheden. Maar volgens Aristoteles wordt ook het leven van de zelfvoorzienende mens verrijkt door het hebben van vrienden. Hij is het hartgrondig oneens met filosofen die betogen dat iemand die beoogt Goed te Leven geen behoefte aan vrienden heeft. Ze behoren tot de inherent goede dingen die deel kunnen uitmaken van je ‘uiterlijke’ leven, dus waarom zou de gelukkige mens in ’s hemelsnaam geen vrienden willen hebben? Hij zou zich zonder hen kunnen redden als de omstandigheden zo uitvallen, maar er valt niet in te zien waarom dat ooit zijn voorkeur zou hebben.

Kortom, je mag je vrienden behouden op je weg naar geluk. En er is meer goed nieuws. Je hoeft zelfs geen ‘natuurlijke aanleg’ te hebben om Goed te Leven en Deugd te Beoefenen teneinde de Beste Versie van Jezelf te worden. Aristoteles neemt in boek 3 van de *Ethica* nadrukkelijk stelling tegen degenen die beweren dat mensen ofwel goed ofwel slecht geboren worden. Je kunt op elk moment van je morele carrière de verantwoordelijkheid nemen voor je eigen geluk en besluiten om Goed te Leven. Belangrijker nog, in boek 9 van de *Ethica* betoogt hij dat het voor mensen die Goed willen Leven en die anderen eerlijk willen bejegenen, een absolute voorwaarde is dat ze van *zichzelf* houden. Mensen die in strenggelovige kringen zijn opgegroeid, en die te horen hebben gekregen dat ze zondaars zijn die overtredingen hebben begaan en God om vergiffenis moeten smeken, vinden dit vaak een verfrissende boodschap.

Lang voordat de freudiaanse psychoanalyse mensen opriep hun primaire driften op te vatten als natuurlijk in plaats van moreel verwerpelijk, en voordat de uit Ohio afkomstige psychiater W. Hugh Mis-

sildine ons in zijn *Your Inner Child of the Past* (1963) vroeg ons innerlijke kind te omhelzen, voerde Aristoteles aan dat geluk niet verenigbaar is met zelfhaat. Mensen die niet in staat zijn zichzelf te respecteren en te geloven dat ze in de kern deugen, kunnen ook niet van *zichzelf* houden, laat staan van anderen. Totaal verdorven en misdadige individuen haten zichzelf evenzeer als anderen. Zijn analyse van zelfhaat is bijzonder verhelderend. In tegenstelling tot de meeste religies en andere ethische systemen is Aristoteles' ethiek verrassend vrij van oordelen over immorele mensen, doordat hij inziet dat zij wezenlijk ongelukkig zijn. Immorele mensen zijn altijd innerlijk *verscheurd*. Hun daden verschaffen hun genot, maar op een dieper niveau weten ze dat het najagen van genot zonder op de consequenties te letten niet bevorderlijk is voor geluk. Even verscheurd zijn mensen die weten wat voor hen de juiste handelwijze is, maar die dit 'uit lafheid of luiheid' niet omzetten in daden.

Aristoteles, die tussen zijn veertigste en zijn vijftigste in de directe nabijheid woonde en werkte van de tirannieke Macedonische koninklijke familie, de meedogenloze Philippus II en zijn konkelende vrouwen, concubines en generaals, allen bezig met intriges om meer invloed aan het hof te verwerven, lijkt de ellende waarin immorele mensen eigenlijk verkeren nauwgezet te hebben gadegeslagen. Hij had weet van seriemoordenaars die domweg de hand aan zichzelf sloegen. Hij observeerde slechte mensen 'die voortdurend het gezelschap van anderen opzoeken en op de vlucht zijn voor zichzelf. Wanneer ze namelijk alleen zijn, worden ze geplaagd door te veel pijnlijke herinneringen en zijn ze bang dat dit soort dingen opnieuw zullen gebeuren, maar wanneer ze in gezelschap van anderen zijn, vergeten ze dit.' Deze ongelukkige verschoppelingen, die het niet kunnen verdragen alleen met zichzelf te zijn, kunnen zelfs 'hun eigen vreugde en verdriet niet echt ervaren, omdat hun ziel in tweespalt verkeert'. Ze voelen zich alsof ze fysiek alle kanten uit worden getrokken. Zo iemand ervaart korte tijd genot door aan zijn begeerten toe te geven, maar 'ergert zich dan over het feit dat hij genoten heeft en het zou hem liever zijn dit

genot niet ervaren te hebben. Slechte mensen hebben namelijk gauw spijt.' Leo Tolstoj, die de antieke Griekse literatuur en filosofie goed kende, klinkt alsof hij net in Aristoteles heeft zitten lezen wanneer hij *Anna Karenina* (1877) laat beginnen met de observatie: 'Alle gelukkige gezinnen lijken op elkaar, elk ongelukkig gezin is ongelukkig op zijn eigen wijze.' Aristoteles had namelijk beweerd dat 'het goede enkelvoudig is, maar het slechte veelvormig; zo ook is de goede mens altijd hetzelfde en verandert hij niet van karakter, terwijl de verdorvenen en de dwazen als het avond is sterk verschillen van hoe ze in de ochtend waren'. Deze analyse van de veelvormige psychologische nood die de immorele mens zichzelf op de hals haalt door zijn eigen inconsistente gedrag, is nooit overtroffen.

Aristoteles werd geboren in Stagira, als telg van een welvarende en naar het lijkt liefhebbende familie in een vrije, autonome stadstaat, schitterend aan zee gelegen tegen een achtergrond van beboste hellingen. Ik vermoed dat zijn opvatting dat geluk bestaat in consequent deugdzame activiteit binnen een florerende gemeenschap wezenlijk is gevormd door de herinneringen aan zijn kindertijd. In zijn latere leven bleef hij de stad waar hij opgroeide trouw. Ze werd in 348 v.Chr. veroverd door Philippus van Macedonië, die een aantal van haar gebouwen verwoestte. Hij maakte alle overlevende burgers tot slaaf. Maar toen Aristoteles hem smeekte de stad te herbouwen en haar burgers weer in vrijheid te stellen, zwichtte hij. In het stadscentrum staan de resten van een marmeren zuil met een ingebouwde bank, waar de vrije en autonome Stagirieten bijeenkwamen om te beraadslagen, onder wie ook Aristoteles' vader.

Ik ben het eens met Aristoteles, die wellicht zulke gelukkige herinneringen aan zijn kindertijd had, dat kinderen niet in de volle betekenis van het woord gelukkig kunnen zijn, omdat ze zo weinig van hun leven achter de rug hebben, en zich zo sterk laten leiden door onmiddellijke bevrediging van hun verlangens dat het voor hen bijna onmogelijk is aan de lange termijn te denken. In dezelfde zin kan ik me heel begaan voelen met jongvolwassenen: het ontbreekt hun niet alleen

vaak aan emotionele en financiële zekerheid, ze hebben ook nog een veel groter deel van hun leven voor zich waarin het noodlot hun ernstige slagen kan toebrengen, dan mensen van middelbare leeftijd of ouderen. Het enige steekhoudende advies is dat zij trouw aan zichzelf moeten blijven. Een waarachtig gemoed is immers niet continu vatbaar voor complete verwarring of vernietiging, als ‘een kameleon, of een huis gebouwd op zand’, zoals Aristoteles het formuleert.

De grootste bedreiging voor het verwerven van geluk is domme pech. In de *Eudemische ethiek* wijdt Aristoteles vele pagina's aan de relatie tussen je innerlijke zelf als morele instantie – je vermogen om je eigen gedrag te kiezen en je lotsbestemming te bepalen – en de tegenspoed die je door domme pech kan overkomen en die totaal buiten je macht ligt. Aristoteles' favoriete voorbeeld van tegenspoed op epische schaal is het leed van koning Priamus. Deze koning van het welvarende en gelukkige Trojaanse rijk, met vijftig kinderen, verloor zowel zijn koninkrijk als al zijn zonen toen de Grieken Troje binnenvielen waarna hij een eerloze dood stierf op het altaar van zijn stad. Terwijl hij niets had gedaan *waardoor hij iets van dit alles verdiende*. Mijn eigen voorbeeld is Sonali Deraniyagala, een economiedocent aan de universiteit van Londen, die in 2004 bij de tsunami in Sri Lanka zowel haar kinderen en haar beide ouders als haar echtgenoot verloor. Haar pijn en verdriet waren onbeschrijflijk. Ze is niet gelovig en zegt dat ze er louter door de strikte toepassing van bewuste herinnering (een wezenlijk aristotelische techniek) in geslaagd is verder te leven en ten slotte, dankzij buitengewone psychologische inspanning, delen van haar oude ‘zelf’ te herwinnen. Ze heeft deze hele ervaring opgetekend in haar prachtig geschreven memoires *Wave* (2013). Zoiets stemt nederig. Kleine, door het toeval teweeggebrachte veranderingen, zegt Aristoteles, ‘gooien het leven duidelijk niet helemaal overhoop’; aan de andere kant ‘kunnen grote en veelvuldige tegenslagen ons geluk in de verdrukking brengen en verwoesten doordat ze zowel grote pijn met zich meebrengen als een beletsel vormen voor veel activiteiten’.

Dat neemt niet weg dat Sonali Deraniyagala nog steeds haar leven

voortzet, vrienden ziet, weer werkt en soms lacht. Aristoteles zou hierover hebben opgemerkt dat het inderdaad mogelijk is een ogenschijnlijk onverdraaglijke ramp te ondergaan en desondanks te proberen Goed te Leven: 'zelfs bij tegenspoed straalt het goede door wanneer iemand herhaaldelijk een groot ongeluk geduldig draagt; dat is niet omdat hij ongevoelig is voor pijn, maar omdat hij edel en groots is'. In deze zin toont het aristotelische gebod om koste wat kost naar geluk te streven zich als een uiterst optimistisch moreel systeem.

Volgens een overgeleverd Grieks gezegde kon je niemand vóór zijn dood gelukkig noemen. Het was een geliefde uitspraak van Solon, een Atheens leider en een van de 'Zeven Wijze Mannen' van de Grieken. Ooit kwam hij aan het hof van de fabelachtig rijke koning van Lydië, Croesus. Croesus wilde van Solon bevestigd krijgen dat hij, Croesus, de gelukkigste mens ter wereld was. Hij is verontwaardigd wanneer Solon in plaats daarvan een gewone Athener noemt, Tellus, die een hoge leeftijd bereikte, al zijn kleinkinderen zag opgroeien, die allen in leven bleven, en op het slagveld de heldendood stierf voor zijn geliefde stad. Solons punt was dat iedereen op elk moment door het ongeluk kan worden getroffen, zodat je pas na iemands dood kunt vaststellen in hoeverre hij een gelukkig leven heeft gehad. Het bleken griezelig profetische woorden te zijn: Croesus' zoon kwam spoedig daarna om bij een ongeluk, zijn vrouw pleegde zelfmoord en hij verloor zijn koninkrijk aan de Perzen. Aristoteles haalt Solons voorschrift instemmend aan, vooral omdat het van je vraagt dat je nadenkt over je toekomst en over hoe je de uitdagingen die op je pad kunnen komen het hoofd zult bieden.

Solons advies 'wacht altijd het eind af' geldt te allen tijde. Het maakt niet uit of je een tiener bent, druk met het plannen van je levenspad, iemand van middelbare leeftijd met een burn-out op het werk, of een pensioengerechtigde die het beste wil maken van de resterende levensjaren. Niemand van ons wil op zijn sterfbed bekropen worden door schuldgevoel of het besef dat we iets niet hebben bereikt omdat we simpelweg te bang waren het te proberen. In 2012 publiceerde

Bronnie Ware, een palliatief verpleegkundige die talloze mensen in hun laatste paar weken heeft begeleid en hun vroeg waar ze in het leven spijt van hadden, een ontroerend verslag daarover.<sup>9</sup> De dingen die het meest werden genoemd, komen op haast wonderbaarlijke wijze overeen met de valkuilen die we volgens Aristoteles dienen te vermijden als we een vervuld leven willen leiden. Mensen zeggen: 'Ik wou dat ik mezelf had toegestaan gelukkiger te zijn', waarmee ze aangeven dat ze op de een of andere manier de gelegenheid hebben laten passeren om zelfvoorzienend te zijn en ervoor te *kiezen* hun eigen geluk te creëren. Ze wensen dat ze meer aandacht aan hun vriendschappen hadden besteed (een van Aristoteles' voornaamste principes). Maar het thema dat het meest genoemd werd, was: 'Ik wou dat ik de moed had gehad een leven te leiden waarin ik trouw was gebleven aan mezelf, in plaats van te leven naar wat anderen van me verwachten.'