

Jan Drost  
*Denken helpt*



2015

DE BEZIGE BIJ

AMSTERDAM | ANTWERPEN

*'Who are we without the ones we love?'*  
(Patrick Watson, 'Blackwind')

*'God is busy. Can I help you?'*  
(gezien op een T-shirt in Parijs)

## *Inleiding*

Er zijn mensen die filosofie zweverig vinden. Het is zo vaag, met al die grote vragen naar goed en kwaad en de zin van het leven. Ik zou het willen omdraaien: filosofie zweverig? Niet nadenken over je leven, dat is pas zweverig.

Wie zichzelf nooit de grote vragen stelt leeft zomaar, omdat hij er nu eenmaal is. En volgens mij houdt geen mens dat een leven lang vol. Vroeg of laat zal iedereen willen weten of zijn bestaan zin heeft of niet. Of de dood het einde is, en zo ja, wat dat betekent voor het leven nu, en zo nee, idem dito. Niemand ontkomt aan de grote vragen. Je kunt ze proberen uit de weg te gaan, maar dan houd je jezelf voor de gek en waarschijnlijk weet je dat ook wel.

Denken begint vaak wanneer we tegen moeilijkheden aan lopen. Zodra het vanzelfsprekende ophoudt vanzelf te spreken moet er gedacht worden. Al was het maar in een poging ons gerust te stellen door de stem van de gewoonte, die merkwaardige stem die je pas hoort als hij zwijgt. Voor je het weet, dienen zich vragen aan. Waarom moet mij dit overkomen? Waar heb ik dit aan verdiend? Wie ben ik? Wat doe ik hier? Waar ben ik eigenlijk? Waar ben ik mee bezig? En wie ben jij? Is er iets wat ik kan doen als ik bang ben of verdrietig, of het idee heb dat mijn leven volkomen zinloos is? Heb ik mijn geluk in eigen hand? Wat is geluk? Kan ik iets veranderen aan mijn lot en dat van anderen, of zijn wij weerloze speelballen naar wier mening niet wordt gevraagd?

Belangrijke vragen. Maar heeft het zin over die vragen na te denken? Helpt het, verandert het iets? Word ik er een beter, gelukkiger mens van? Waarom de moeite nemen om na te den-

ken en te filosoferen? Wellicht zijn de armen van geest zaliger. Dus waarom moeilijk doen als het ook makkelijker kan?

Omdat het niet makkelijker kan. Omdat we om gelukkig te kunnen zijn moeten weten wat ons gelukkig maakt. Omdat we in deze tijd wel wat denken over vrijheid kunnen gebruiken. Omdat het tegendeel van vrijheid, machteloosheid, een van de meest ondraaglijke toestanden voor een mens is, het gevoel dat je hulpeloos bent, dat er niets is wat je kunt doen, dat het allemaal niks uitmaakt.

Ik zie de geschiedenis van de mensheid als een reeks verwoede pogingen om iets aan die machteloosheid te doen. Veel denkers hebben hieraan hun steentje bijgedragen. En gelukkig maar dat zij dat gedaan hebben. Ik merk dat ik steeds weer bij de grote denkers te rade ga als ik ergens tegenaan loop. Dat kunnen grote dingen zijn, zoals liefde, geluk, blijdschap, leven, dood, verdriet en rouw, maar ook kleinere kwesties, zoals de vraag waarom het altijd net begint te regenen als ik de deur uit ga. Dat laatste lijkt misschien banaal, maar is het niet, als je er even bij stilstaat.

Mensen hoeven het maar ergens over te hebben en binnen de kortste keren halen ze er de hele wereld bij. We bekijken alles in ons leven, hoe klein en alledaags ook, vanuit een groter plaatje, ons wereldbeeld. Dat wereldbeeld is zowel bijzonder als niets bijzonders, want iedereen heeft er een. Als we ergens tegenaan lopen, of dat nu geluk of ongeluk is, kunnen we ons met een schok bewust worden van onze visie op het leven of het gebrek daaraan. Misschien komen we zelfs tot de conclusie dat we tot nu toe als een kip zonder kop door ons leven hebben rondgelopen, in de veronderstelling dat we het allemaal wel wisten, terwijl we in feite geen benul hadden van wat ons overkwam.

Stel dat we de confrontatie aangaan en de vragen toelaten. De antwoorden die we vinden, zeggen iets over onze ideeën

over de wereld waarin we leven, over het grote plaatje waar we van uitgaan. Dat zijn ideeën waarvan we ons misschien maar half bewust zijn en die mede daardoor ook nogal halfbakken kunnen zijn, maar die we wel degelijk hebben en die onze wereld vormgeven en ons sturen in de keuzen die we elke dag maken. Hoe onbeduidend de keuze waarvoor we staan ook is, onze hele wereldbeschouwing bemoeit zich ermee. Wat we ook zeggen en doen, we handelen en praten altijd vanuit een groter plaatje.

Van de filosofen uit het verleden kunnen we leren dat wij de werkelijkheid nooit kunnen kennen zoals die los van onze waarneming is. Wat wij de werkelijkheid noemen is de wereld zoals wij die waarnemen. En wat wij zien, hangt af van de ideeën die wij erop na houden. Denken verschaft ons een zicht op de werkelijkheid, en afhankelijk van de denkbril die we op onze neus hebben zien we wat we zien. Zonder denkbril zien we hoe dan ook niets, zelfs onszelf niet. Anders gezegd: we zien altijd wat we denken te zien.

Een niet doordacht leven blijft zweverig. Dat is op zichzelf al jammer. Maar het kan ook leiden tot gevoelens van leegte en zinloosheid en het maken van steeds dezelfde fouten. Daarom heb ik in dit boek gekozen voor de volgende opzet: in plaats van klein, zoals misschien gebruikelijk, begin ik elk hoofdstuk groot, als het even kan heel groot, om, voor zover mogelijk, grond onder de voeten te krijgen. Deze weidse aanpak heb ik trouwens niet zelf bedacht. Veel oude Grieken deden niet anders. Aan de hand van een aantal denkers en denkstromingen wil ik laten zien hoe onze manieren van denken en doen voortkomen uit bepaalde mensbeelden en wereldbeelden, met andere woorden, uit een al dan niet bewuste waardering van en zingeving aan het leven. Elk hoofdstuk heeft dezelfde opbouw: wereldbeeld → mensbeeld → ethiek. Met ethiek bedoel ik de vraag naar het goede leven, naar vrijheid en geluk en hoe

je dat kunt bereiken. Een soort drietrap dus, van groot naar klein, als een camera die steeds verder inzoomt.

Te beginnen met de omvattende vraag naar de aard van de werkelijkheid, opdat binnen dat kader de grote en kleine vragen van ons leven, en onze antwoorden daarop, samenhang krijgen. Inzien hoe de keuzen die we maken voortkomen uit een bepaald zelfbeeld dat samenhangt met een mensbeeld, dat weer samenhangt met een wereldbeeld, kan bijdragen aan het verhelderen, verantwoorden en verstevigen van onze standpunten. Het gaat om praktische wijsheid. Theorie en praktijk staan niet los van elkaar. In alles wat we doen geven we uitdrukking aan een manier van denken over onszelf en anderen en de wereld. Dit meer expliciet maken, bewust, doordacht, zal ons vrijer doen kiezen en handelen en helpen, omdat we dan niet alleen voelen dat het goed is wat we doen, maar ook weten waarom.

In het begin van deze inleiding noemde ik machteloosheid. De denkers die in dit boek aan het woord komen hebben met elkaar gemeen dat zij een einde wilden maken aan de machteloosheid. Het instrument dat ze hiertoe kozen was hun denkvermogen. Ieder van hen was er op zijn eigen manier van overtuigd dat denken helpt. Dat het ertoe doet hoe je denkt. Dat het een verschil kan maken, een wereld van verschil zelfs. Aan de hand van denkers als Epicurus, de stoïcijnen, Aristoteles, Spinoza, Sartre en Foucault wil ik erachter proberen te komen of je machteloosheid kunt aanpakken, en zo ja, hoe je dat moet doen.

Ik denk dat denken helpt. Ik denk dat het helpt om nadenkend te zijn, om te leren kijken en te luisteren, en om het gezelschap te zoeken van hen die ons zijn voorgegaan en die hun denksporen hebben achtergelaten, die wij nu kunnen volgen in het zoeken van onze eigen weg. De titel is een verwijzing naar het *sapere aude!* van de achttiende-eeuwse denker Imma-

Immanuel Kant. In zijn beroemde essay over de vraag ‘Wat is Verlichting?’ schrijft hij: ‘Sapere aude! Heb het lef je verstand te gebruiken.’

Blijkbaar is moed nodig om na te denken en kunnen er redenen zijn je er niet aan te wagen. Ik stel voor het er wel op te wagen.

## 1 | *Denken met Epicurus*

De Griekse denker Epicurus (342-271 v.Chr.) wilde weten of hij reden had om bang te zijn. Hij wilde niets liever dan genieten van het leven, maar hij merkte dat dit niet lukte zolang hij bang was. Angst was volgens hem de grootste spelbederver van het menselijke streven naar geluk. Dus als we niet meer bang willen zijn moeten we erachter zien te komen of onze angsten terecht zijn. Zo ja, dan moeten we daar iets mee. Zo nee, dan is dat een hele opluchting, dan kunnen we die angsten eindelijk loslaten, en wel met reden. Dat laatste is belangrijk. Want hoe zouden we dat anders kunnen doen? Epicurus pakte het als volgt aan.

Eerst wilde hij weten in wat voor wereld hij leefde. Als je geen idee hebt in wat voor wereld je rondloopt, kun je ook niet weten of datgene waarvoor je bang bent echt bestaat of niet. De duivel bijvoorbeeld. Of spoken en geesten. Tovenarij. De toorn van God of, in de polytheïstische wereld ten tijde van Epicurus, de goden. Epicurus: 'Het is onmogelijk om de meest wezenlijke angsten weg te nemen, als men niet weet wat de aard van het heelal is, en nog bang opziet tegen iets dat in de mythen thuishoort. Zonder natuurwetenschap is het daarom niet mogelijk om puur te genieten.'<sup>1</sup>

In feite doen wij intuïtief vaak hetzelfde met kinderen die bang zijn. Als je dochter niet durft te gaan slapen omdat ze bang is dat er een monster onder haar bed zit dat zich zal roeren zodra het licht uitgaat, kun je zeggen: laten we samen eens kijken, zie je wel, er is niets te zien daar. Dat lijkt op het weerleggen van de angst door middel van de waarneming. Je kunt ook proberen je dochter gerust te stellen door haar er-



van te overtuigen dat monsters niet bestaan. Als ouder, zou je kunnen zeggen, ben je dan een ware epicurist. Want waar je door middel van gezag of vertrouwen of een tijdelijk weerleggende waarneming de angst voor monsters niet helemaal kunt wegnemen, kun je dit wel door een fundamentele uitspraak te doen over de wereld waarin jij en je kind leven: daarin bestaan monsters niet. De angst daarvoor is dus ongegrond, en als je dochter er samen met jou in slaagt haar wereldbeeld aan te passen zal de angst verdwijnen. Er zijn tenslotte maar weinig mensen die als volwassene nog steeds bang zijn voor een monster onder hun bed.

Het doorgronden van de aard van de werkelijkheid om daarmee de mens van zijn angsten te bevrijden, vormt volgens Epicurus de kerntaak van de filosofie. Natuurwetenschap zoals wij die vandaag de dag veelal bedrijven, namelijk om objectieve kennis te verkrijgen, zou hij iets onbegrijpelijks hebben gevonden. Ethiek, oftewel de vraag naar het goede leven, moet centraal staan in onze zoektocht naar kennis. Kennis uitsluitend om de kennis is zinloos, daar heb je niets aan. Stel je voor dat iemand op een congres van wetenschappers het podium op stapt en vraagt: 'Ja, maar worden we hier gelukkiger van? Helpt het ons bij het overwinnen van onze angsten?' Ik ben benieuwd wat de reacties zouden zijn. Misschien wel iets als: 'Ja, maar daar gaat het niet om.' Epicurus zou hoogstwaarschijnlijk verbaasd hebben tegengeworpen: 'Maar als het daar niet om gaat, waar gaat het volgens jullie dan wel om?' Eerst de fysica dus, maar meteen daarna de ethiek. En die eerste in dienst van de laatste.

### *Wereldbeeld*

Als we gelukkig willen zijn dan moeten we ervoor zorgen dat we van de angst afkomen. Dat is lastig, want angst kent vele

vormen. Mensen kunnen voor zo ongeveer alles bang zijn. Zelfs voor niets. Hoe pakken we die veelkoppige, ongrijpbare vijand aan? Door bij het allergrootste te beginnen. In het geval van Epicurus leidt deze aanpak overigens tot het allerkleinste.

In wat voor wereld leven wij? Het antwoord van Epicurus: 1. De wereld is niet geschapen. 2. Alles bestaat uit atomen. Zie hier het recept voor geluk.

Om bij dat eerste te beginnen: de wereld is niet geschapen. Welke conclusies kunnen we daaruit trekken? Als de wereld niet geschapen is, zit er ook geen schepper achter de schermen, geen god dus, die dit alles met een bedoeling gemaakt heeft. Als wij 's nachts onze blik opheffen naar de sterrenhemel kunnen we ervan uitgaan dat niemand terugkijkt. Wij zijn alleen. En dit eenzame leven van ons heeft geen bedoeling, omdat er geen Bedoeler achter zit. De ongetwijfeld goedbedoelde uitspraak 'Alles gebeurt met een reden' is dus een irrationele uitspraak. Niets gebeurt met een reden, alles gebeurt toevallig, en wel omdat alles toevallig ontstaan is.

2. Alles bestaat uit atomen. Dat klinkt misschien verrassend modern, maar zelfs vóór Epicurus hield men zich al met atomen bezig. Niet voor niets is het woord afkomstig uit het Grieks. Het betekent zoiets als onsnijdbaar, ondeelbaar. Het kleinste deeltje dus. Aangezien niets uit niets kan ontstaan, oftewel een *creatio ex nihilo* ondenkbaar is, waren er in den beginne atomen. Het regende zelfs atomen. Letterlijk. Zolang de atomenregen onveranderd aanhield, gebeurde er verder niets. Maar op zeker moment raakten een paar atomen uit hun baan en botsten tegen een paar andere atomen. Daardoor klitten ze aan elkaar en werden ze groter. Aan dat grotere geheel bleven nog meer atomen kleven en zo ontstond er gaandeweg een steeds groter wordende klont. En die klont werd uiteindelijk de kosmos, de wereld waarin wij leven.

Hoe begrijpelijk en aannemelijk dit misschien ook moge

klinken, het is niet duidelijk waardoor die atomen van hun koers af raakten en tegen elkaar aan botsten. Als dat niet een (door god) gegeven moment was, wat was het dan? Eerlijk gezegd laat Epicurus dit een beetje in het midden. Hij zegt dat de atomen tijdens hun val enigszins van hun koers afweken en laat het daar verder bij. Het was toeval dat dit gebeurde. Geen bedoeling. Geen reden. Geen plan. Maar dat er sprake was van toeval is wel belangrijk. Het betekent namelijk dat niet alles vastligt. Dat er bewegingsruimte is binnen de noodzaak. Dat dingen soms zomaar anders kunnen gaan dan verwacht. Zolang de atomensamenstelling die wij de kosmos of wereld noemen standhoudt, is er sprake van een zekere ordening (totdat het geheel, net zo toevallig, desintegreert en uiteenvalt en vergaat). Maar het toeval waaruit de ordening is ontstaan blijft als mogelijkheid, als een soort gewiebel in de bestaande orde aanwezig. En in een wereld waarin plaats is voor toeval is ook meer bewegingsvrijheid denkbaar voor ons, de mensen.

Als alles is opgebouwd uit atomen dan geldt dit ook voor ons. Als wij doodgaan is het gedaan. Een leven na de dood is er niet. Dat kan er niet zijn. Buiten de atomen en de leegte daaromheen is er niets. Maar onze ziel dan? We hebben toch wel een ziel? Die hebben we wel, maar die is, evenals al het bestaande, van atomen gemaakt. Niet van hetzelfde soort als een steen of de rest van ons lichaam, maar van heel fijne, snelle en vuurachtige. Maar wel van atomen. Dus als wij doodgaan valt de samenstelling van atomen die wij zijn in haar geheel uiteen. Geen atoomloze ziel die immaterieel ons lichaam verlaat en naar hemel of hiernamaals vliegt. Kortom, uit de vaststelling dat alles bestaat uit atomen trekt Epicurus de conclusie dat er geen leven is na de dood, en dat als ons lichaam ermee uitscheidt wij ermee uitscheiden.