

Wijsheid

De Vier Deugden · Verdieping

Goed van kwaad onderscheiden en verstandig kiezen

Wat betekent het om wijs te zijn?

We denken bij wijsheid misschien aan iemand die veel heeft gelezen, veel ervaring heeft of over grote kennis beschikt. Maar voor de Stoïcijnen was wijsheid iets anders.

Je kunt veel weten en toch verkeerde keuzes maken.

Je kunt intelligent zijn en je verstand gebruiken om jezelf voor de gek te houden.

Je kunt filosofische boeken lezen en toch niet weten hoe je moet handelen wanneer het leven werkelijk moeilijk wordt.

Stoïcijnse wijsheid gaat daarom niet alleen over **weten**.

Het gaat over **goed leren oordelen**.

Wijsheid — *phronēsis* (φρόνησις) — behoort samen met moed, rechtvaardigheid en matigheid tot de vier fundamentele deugden van de Stoa.

Diogenes Laërtius beschrijft wijsheid binnen zijn overzicht van de stoïcijnse leer als kennis van wat goed, slecht en noch goed noch slecht is.

Daarmee raken we onmiddellijk aan het hart van de stoïcijnse filosofie.

Want als we niet weten wat werkelijk goed is, zullen we gemakkelijk ons hele leven besteden aan dingen die slechts goed **lijken**.

Wat is werkelijk goed?

Voor de Stoïcijnen is deugd het werkelijke goede.

Niet rijkdom.

Niet gezondheid.

Niet status.

Niet succes.

Niet genot.

Niet de goedkeuring van anderen.

Deze dingen kunnen waarde hebben en we mogen sommige ervan redelijkerwijs verkiezen. Maar zij bepalen uiteindelijk niet of iemand een goed mens is.

Iemand kan rijk zijn en onrechtvaardig.

Gezond en laf.

Succesvol en mateloos.

Beroemd en onverstandig.

Omgekeerd kan iemand bezit verliezen, ziek worden of maatschappelijk falen en toch moedig, rechtvaardig en wijs handelen.

Daarom maakt de Stoa een fundamenteel onderscheid tussen **het goede** en datgene wat alleen **voorkeur verdient**.

Wijsheid helpt ons dat verschil te zien.

De waarde die wij aan dingen geven

Epictetus maakt deze gedachte bijzonder praktisch.

In het *Encheiridion* schrijft hij dat mensen niet rechtstreeks worden verontrust door gebeurtenissen, maar door hun oordelen over die gebeurtenissen.

Wanneer iets gebeurt, geven wij er vrijwel onmiddellijk betekenis aan.

Dit is verschrikkelijk.

Dit had niet mogen gebeuren.

Nu is alles verloren.

Ik kan dit niet verdragen.

Maar tussen de gebeurtenis en onze reactie bevindt zich een oordeel.

Dat betekent niet dat verdriet, pijn of teleurstelling onwerkelijk zijn.

Het betekent dat we moeten leren onderzoeken welke conclusies we eraan verbinden.

Wijsheid vraagt daarom:

Wat is hier feitelijk gebeurd?

en vervolgens:

Welk oordeel voeg ik daar zelf aan toe?

Dat onderscheid kan klein lijken, maar voor de Stoïcijnen ligt hier een belangrijk deel van onze innerlijke vrijheid.

Indruk is nog geen waarheid

De Stoïcijnen besteedden veel aandacht aan de manier waarop indrukken — *phantasiai* — bij ons binnenkomen.

We zien iets.

We horen iets.

We herinneren ons iets.

We voelen angst, boosheid of verlangen.

En vrijwel onmiddellijk ontstaat de neiging om te zeggen:

Dit is waar.

Maar een indruk hoeft nog geen juist oordeel te zijn.

Epictetus adviseert daarom om een indruk niet onmiddellijk te laten meeslepen. We kunnen als het ware tegen haar zeggen:

Wacht. Laat mij eerst zien wat je bent.

Dat is een van de meest praktische vormen van stoïcijnse wijsheid.

Niet onmiddellijk reageren.

Eerst kijken.

Eerst onderscheiden.

Eerst onderzoeken.

Is dit werkelijk zo?

Weet ik genoeg?

Word ik geleid door feiten of door angst?

Is mijn eerste interpretatie de enige mogelijke?

Daar begint verstandig handelen.

Wijsheid en controle

Het beroemde onderscheid van Epictetus tussen wat wel en niet van ons afhangt is eveneens een oefening in wijsheid.

Sommige zaken behoren tot ons eigen handelen: onze oordelen, keuzes, verlangens en houding.

Andere zaken liggen niet volledig in onze macht: ons lichaam, bezit, reputatie, functies en veel van wat andere mensen doen.

Veel onrust ontstaat wanneer we die twee door elkaar halen.

We proberen andere mensen te controleren.

We eisen zekerheid over de toekomst.

We willen een bepaald resultaat afdwingen.

We behandelen onze reputatie alsof zij volledig van ons is.

Wijsheid betekent dan niet dat we onverschillig worden.

We mogen plannen maken.

We mogen voor onze gezondheid zorgen.

We mogen streven naar succes.

We mogen hopen dat anderen ons goed behandelen.

Maar we moeten begrijpen waar onze verantwoordelijkheid eindigt.

We kunnen ons handelen sturen. Het resultaat nooit volledig.

Dat inzicht verandert de manier waarop we keuzes maken.

Marcus Aurelius en het oordeel

Marcus Aurelius keert in zijn *Meditaties* voortdurend terug naar de macht van het oordeel.

Wanneer iets van buitenaf ons pijn doet, herinnert hij zichzelf eraan dat niet alleen de gebeurtenis, maar ook ons oordeel daarover een rol speelt.

Dat betekent niet dat we eenvoudigweg alles positief moeten denken.

Stoïcisme is geen oefening in jezelf vertellen dat alles geweldig is.

Het vraagt juist om nauwkeurigheid.

Is iets werkelijk kwaad?

Of is het moeilijk?

Is het een ramp?

Of vooral iets wat ik niet wilde?

Heeft iemand mijn karakter beschadigd?

Of heeft iemand mij alleen iets aangedaan wat ik onaangenaam vind?

Door preciezer te leren denken, verminderen we de kans dat onze eerste emotionele reactie onmiddellijk ons handelen bepaalt.

Wijsheid creëert ruimte.

En in die ruimte kunnen de andere deugden hun werk doen.

Wijsheid zonder handelen is onvoldoende

Maar de Stoïcijnen zouden wijsheid nooit beperken tot correcte gedachten.

Filosofie moet zichtbaar worden in het leven.

Seneca waarschuwt Lucilius er herhaaldelijk voor dat filosofie geen spel met woorden mag worden. Zij moet ons vormen.

Een mens wordt niet wijs omdat hij precies kan uitleggen wat de Stoïcijnen onder deugd verstaan.

De echte test komt wanneer hij moet kiezen.

Wanneer eerlijkheid iets kost.

Wanneer boosheid aantrekkelijker is dan beheersing.

Wanneer angst zegt dat hij moet vluchten.

Wanneer geld botst met rechtvaardigheid.

Wanneer niemand kijkt.

Dan blijkt of filosofische kennis werkelijk onderdeel van het karakter is geworden.

Wijsheid is daarom **kennis die richting geeft aan handelen**.

De vier deugden horen bij elkaar

Daarom staat wijsheid ook niet los van moed, rechtvaardigheid en matigheid.

We hebben wijsheid nodig om te herkennen **wat juist is**.

Moed helpt ons vervolgens het juiste te doen wanneer we bang zijn.

Rechtvaardigheid richt ons handelen op onze verhouding tot anderen.

Matigheid voorkomt dat verlangens en genot onze keuzes overnemen.

In werkelijkheid zijn deze deugden voortdurend met elkaar verweven.

Stel dat je op je werk ontdekt dat een collega onterecht de schuld krijgt van een fout.

Wijsheid helpt je de situatie zorgvuldig te beoordelen.

Rechtvaardigheid laat je zien dat zwijgen misschien niet juist is.

Moed helpt je spreken wanneer dat ongemakkelijk is.

Matigheid voorkomt dat je vanuit woede of eigenbelang reageert.

De deugden vormen samen een manier van leven.

Niet weten is ook wijsheid

Een belangrijk onderdeel van wijsheid is bovendien erkennen wanneer we iets niet weten.

De menselijke neiging is vaak precies het tegenovergestelde.

We vormen snel een oordeel.

We vullen de bedoelingen van anderen in.

We denken te weten waarom iemand iets heeft gedaan.

We voorspellen wat er gaat gebeuren.

We verdedigen een mening omdat zij van ons is geworden.

Maar een wijs mens hoeft niet overal onmiddellijk een antwoord op te hebben.

Soms is de verstandigste reactie:

Ik weet het nog niet.

Dat geeft ruimte om te onderzoeken.

Om te luisteren.

Om nieuwe informatie toe te laten.

Om een oordeel te veranderen.

Wijsheid is daarom niet alleen het vermogen om goede antwoorden te vinden.

Het is ook het vermogen om onze eigen onwetendheid te herkennen.

Wijsheid in het dagelijks leven

Stoïcijnse wijsheid wordt uiteindelijk gevormd in gewone situaties.

Voordat je reageert op een bericht dat je boos maakt.

Wanneer iemand kritiek op je geeft.

Wanneer je een aankoop wilt doen.

Wanneer je een moeilijke beslissing moet nemen.

Wanneer een plan mislukt.

Wanneer je bang bent voor iets dat nog niet is gebeurd.

Wanneer je merkt dat je vooral gelijk wilt krijgen.

Op zulke momenten kunnen we onszelf enkele vragen stellen:

Wat weet ik werkelijk?

Wat neem ik alleen maar aan?

Wat ligt hier binnen mijn verantwoordelijkheid?

Wat is werkelijk goed of slecht?

Welke keuze past bij het karakter dat ik wil ontwikkelen?

Deze vragen lossen niet ieder probleem onmiddellijk op.

Maar ze vertragen de automatische reactie.

En precies daar kan wijsheid ontstaan.

Wijsheid vraagt oefening

Niemand wordt wijs door één inzicht.

Onze oude oordelen keren terug.

We reageren te snel.

We laten ons meeslepen.

We verwarren voorkeur met noodzaak.

We willen controle over dingen die nooit volledig van ons zijn geweest.

Daarom zagen de Stoïcijnen filosofie als oefening.

Iedere fout kan opnieuw materiaal worden voor onderzoek.

Waarom reageerde ik zo?

Welk oordeel zat daarachter?

Wat dacht ik dat ik zou verliezen?

Wat beschouwde ik op dat moment als goed?

Wat had ik anders kunnen doen?

Zo wordt ervaring een leermeester.

Niet omdat ouder worden automatisch wijs maakt, maar omdat een onderzocht leven ons de mogelijkheid geeft onze oordelen steeds verder te verfijnen.

Een dagelijkse oefening

Aan het einde van de dag kunnen we onszelf vragen:

Welke belangrijke keuzes heb ik vandaag gemaakt?

Werd ik daarbij geleid door rede, angst, verlangen of behoefte aan erkenning?

Heb ik iets als slecht beschouwd dat eigenlijk alleen onaangenaam was?

Heb ik geprobeerd iets te controleren wat niet volledig van mij was?

Heb ik te snel geoordeeld over iemand anders?

Waar had ik beter kunnen zeggen: ik weet het niet?

Welke keuze zou ik morgen anders willen maken?

Het doel is niet om iedere dag perfect te handelen.

Het doel is steeds beter te leren zien.

Want voordat we goed kunnen handelen, moeten we leren **goed te kijken**.

In het kort

Wijsheid betekent binnen de Stoa veel meer dan kennis of intelligentie.

Het is het vermogen om goed van kwaad te onderscheiden, onze indrukken en oordelen te onderzoeken en vervolgens redelijk te kiezen.

De wijze mens begrijpt dat bezit, gezondheid, reputatie en succes niet hetzelfde zijn als morele goedheid. Hij probeert te herkennen wat werkelijk binnen zijn verantwoordelijkheid ligt en laat zijn handelen leiden door deugd in plaats van door angst, verlangen of de goedkeuring van anderen.

Wijsheid geeft daarmee richting aan de andere deugden.

Zij stelt steeds opnieuw de vraag:

Wat is hier werkelijk van waarde?

En vervolgens:

Wat is, gegeven deze situatie, het juiste om te doen?

Daar begint wijsheid.

Primaire bronnen

Diogenes Laërtius — *Leven en leer van beroemde filosofen*, VII.92–93

Over wijsheid, moed, rechtvaardigheid en matigheid als fundamentele stoïcijnse deugden en wijsheid als kennis die ons helpt onderscheid te maken tussen goed, kwaad en wat daartussen valt.

Epictetus — *Encheiridion*, 1

Over het fundamentele onderscheid tussen wat wel en niet van ons afhangt.

Epictetus — *Encheiridion*, 5

Over de rol van onze oordelen in de manier waarop gebeurtenissen ons verontrusten.

Epictetus — *Encheiridion*, 20

Over het onderzoeken van onze eigen oordelen wanneer we ons beledigd of gekrenkt voelen.

Marcus Aurelius — *Meditaties*, VIII.47

Over gebeurtenissen van buitenaf en de mogelijkheid ons oordeel daarover te onderzoeken en te veranderen.

Seneca — *Brieven aan Lucilius*, 16

Over filosofie als iets dat het leven moet vormen en ons handelen richting moet geven, in plaats van alleen een intellectuele bezigheid te zijn.

Verder lezen binnen De Weg van de Stoa

De Vier Kardinale Deugden van de Stoa

Voor de samenhang tussen wijsheid, moed, rechtvaardigheid en matigheid.

Moed

Over het juiste blijven doen ondanks angst, pijn of onzekerheid.

Rechtvaardigheid

Over onze verantwoordelijkheid tegenover andere mensen en de gemeenschap.

Matigheid

Over maat, zelfbeheersing en onze omgang met verlangens.

Phronêsis

Voor verdere verdieping in praktische wijsheid en het vermogen om in concrete omstandigheden juist te handelen.

Prohairesis

Over morele keuze en onze verantwoordelijkheid voor ons oordeel en handelen.