

Animo

*Een kleine filosofie
van het spelende leven*

Jeroen Vanheste

DAMON

Voor Sander, Jasper en Pieter

*De mens speelt alleen maar als hij in de volle betekenis van het
woord mens is, en hij is alleen maar dan geheel mens
wanneer hij speelt.*

Friedrich Schiller

Inhoud

Woord vooraf	9
Inleiding: cultuurkritiek en levenskunst	11
1 De mens	19
2 Spelen	41
3 Verhalen	51
4 Het gezicht van je wereld	63
5 Spel en verbeelding in de liefde	79
6 Skills	93
7 Persoonlijkheid, stijl en humor	107
8 Verbeelding	125
9 Leef en speel!	137
Verder lezen	147

Woord vooraf

Ik heb dit boek geschreven toen het stil in ons huis was geworden nadat onze zoons alle drie als student op kamer waren gaan wonen. Ik ben docent filosofie en bedacht me dat er misschien een paar filosofische ideeën en overdenkingen zijn waar onze jongens in hun nieuwe leven iets aan zouden kunnen hebben en die ik ze als een soort filosofisch advies mee zou kunnen geven. De filosofie was immers ooit bij de oude Grieken bedoeld als een leerschool voor het leven, en die rol probeert ze de laatste tijd steeds vaker ook weer te spelen. Mijn idee resulteerde in dit boek, dat een kleine ‘filosofie van het spelende leven’ bevat als een soort levenskunstfilosofie. Hoewel ik het schreef met mijn jonge zoons in gedachten, ben ik ervan overtuigd dat de ideeën die ik bespreek voor iedereen interessant zijn: want ongeacht je leeftijd blijft het altijd mogelijk om het leven al spelend en als een kunstwerk te benaderen.

Vanzelfsprekend komt het beeld dat ik zal geven van de mens en van het leven voort uit mijn eigen persoonlijke zienswijze en voorkeuren en kunnen er allerlei andere manieren van denken tegenover gezet worden. Ik noem en citeer bijvoorbeeld bepaalde filosofen die ik zelf interessant en stimulerend vind, zoals Aristoteles, Schiller en Nietzsche, maar je kunt je ook door heel andere filosofen laten inspireren. Ik zie de mens als een scheppend wezen dat een behoorlijke speelruimte heeft om zijn of haar leven zelf vorm te geven, maar er zijn ook andere en zelfs tegengestelde visies op de mens mogelijk. Er is dan ook helemaal geen sprake van een ‘zo zit het’ en nog minder van een ‘zo moet het’ – mijn enige bedoeling is om een ‘zo kan het’ onder de aandacht te brengen. Ook de keuze van de onderwerpen is persoonlijk: als ik het heb over verhalen, rituelen, verbeelding, humor en persoonlijkheid, dan is dat niet omdat ik andere onderwerpen niet belangrijk zou vinden, maar omdat het thema’s zijn die van bijzondere betekenis zijn in de levensfilosofie die ik voor ogen heb. De titel van dit boek is *Animo* omdat dit mooie woord goed uitdrukt waar het bij het spelende leven om gaat. Een leven met *animo* is een leven dat gekenmerkt wordt door bezielheid, enthousiasme, elan, levendigheid

en plezier; het is een leven waarin met geestdrift een eigen smaak en stijl wordt gevormd en een eigen spel wordt gespeeld.

Hoewel ik allerlei filosofische ideeën bespreek en diverse filosofen noem, is dit zeker geen technisch en ingewikkeld filosofieboek, en ik gebruik dan ook geen voetnoten of literatuurverwijzingen. Ik geloof dat de onderwerpen die ik bespreek heel goed uit de doeken kunnen worden gedaan zonder technisch-filosofische scherpslijperij. Mijn bedoeling is niet om tot filosofische ‘bewijsvoering’ te komen, maar om je aan het denken te zetten over bepaalde dingen. Voor wie zich verder wil verdiepen in de onderwerpen die ik in dit boek bespreek, noem ik in de appendix enkele boeken die ik zelf erg stimulerend en goed vind.

Dit boek is voortgekomen uit lezingen en colleges die ik in de afgelopen jaren verzorgde. Ik ben veel dank verschuldigd aan mijn collega’s en studenten aan de Open Universiteit voor alle boeiende discussies over de onderwerpen en ideeën in dit boek. Ik dank in het bijzonder mijn collega Femke Kok, met wie ik veelvuldig van gedachten heb gewisseld over het idee en de inhoud van het boek en die mij daarbij tal van waardevolle suggesties voor verbeteringen heeft gedaan.

Ik draag het boek op aan mijn drie zoons, waardoor mijn taalgebruik een mannelijke vorm heeft; het spreekt echter vanzelf dat overal waar ‘hij’ staat ook ‘zij’ gelezen kan worden.

Nijmegen, najaar 2020

Jeroen Vanheste

jeroen@caissa.nl

Inleiding: cultuurkritiek en levenskunst

In een mooi beeld noemde Friedrich Nietzsche de filosoof een ‘arts van de cultuur’. Het werk van de cultuurfilosoof bestaat uit twee delen: zoals een goede arts niet alleen een diagnose stelt maar ook een behandeling voorschrijft, zo houdt de cultuurfilosoof zich enerzijds bezig met het analyseren en bekritisieren van een cultuur en anderzijds met het tonen van een mogelijk alternatief. Cultuurkritiek en levenskunst zijn twee zijden van dezelfde medaille, maar van deze twee heeft de cultuurkritiek altijd de meeste aandacht gehad. In dit boek wil ik een ander accent leggen: hoewel ik hier en daar zeker wat cultuurkritiek naar voren zal brengen, gaat het me meer om een behandeling dan om een diagnose.

Cultuurkritiek is van alle tijden: altijd hebben filosofen en andere critici onze cultuur becommentarieerd en bekritiseerd. 2500 jaar geleden mopperde Socrates al dat de jeugd van zijn tijd slechte manieren had en alleen in luxe geïnteresseerd was, en een soortgelijke kritiek klinkt nog steeds. Andere thema's waar de cultuurcriticus zijn pijlen vandaag op richt zijn bijvoorbeeld de klimaatproblematiek, het op hol geslagen globale kapitalisme en neoliberalisme, de geestelijke armoede van de media en het oppervlakkige consumentisme van de westerse mens. Het koor van cultuurcritici is groot en divers: het omvat bijvoorbeeld filosofen als Peter Sloterdijk en Hans Achterhuis; romanschrijvers als Jonathan Franzen en Michel Houellebecq; sociologen als Trudy Dehue; en psychiaters als Dirk de Wachter en Paul Verhaeghe.

De cultuurcriticus heeft vaak de neiging om nogal te mopperen. Geef je niet teveel over aan de makkelijke en vluchtige prikkels van social media, games en filmpjes, hoor je dan bijvoorbeeld, want Plato schreef het al: een leven op warme melk en beschuit is maar triest, je moet jezelf uitdagen door je intellect stevige kost te eten te geven. En denk ook aan de waarschuwing van Friedrich Nietzsche: zorg dat je niet wordt zoals wat hij de ‘laatste mens’ noemde, de mens die verveeld en onverschillig is, die zich nergens aan kan hechten, geen hartstocht kent en voortdurend op zoek is naar het volgende pleziertje, het volgende

speelgoedje, de volgende kortstondige hobby, roes of kick, weer een ander vriendinnetje, weer een ander baantje, enzovoorts. Een kuddemens is het, die laatste mens, een mens die de weg van de minste weerstand volgt, zich wentelt in een ziekelijke behaaglijkheid, alleen doet wat de anderen ook doen en alleen vindt wat de anderen ook vinden, wee hem, de o zo levendige die niet echt leeft! Je moet geen schaap zijn dat met de andere schapen in de kudde meeblaast, zegt hij, maar je eigen weg ontdekken.

Veel cultuurfilosofen nemen uitgebreid de tijd voor hun cultuurkritiek, maar hebben minder te zeggen wanneer het gaat om het formuleren van antwoorden op de gesignaleerde problemen. In dit boek probeer ik een omgekeerde benadering door het accent meer op levenskunst dan op cultuurkritiek te leggen: ik wil in wat volgt een paar dingen noemen die volgens mij het leven wat meer de moeite waard kunnen maken. Dat klinkt misschien een beetje gewichtig: 'dingen die het leven de moeite waard maken'. Maar je zult zien dat het helemaal geen hoogdravende of zware kost is die ik je ga voorschotelen, integendeel zelfs: het gaat me juist om zaken waarvan ik denk dat ze het leven een speelse lichtheid en kleur kunnen geven. Daarbij zal ik de meest voor de hand liggende onderwerpen overslaan en het bijvoorbeeld niet of nauwelijks hebben over vriendschap, gezondheid en boeiend werk: natuurlijk kan niemand zonder deze, maar dat weet je al en daar hoeft ik dus niet veel over te zeggen. Waar ik wel over zal spreken heeft vooral te maken met wat je de vormgeving van je eigen leven zou kunnen noemen. Heel belangrijk daarbij zijn bijvoorbeeld humor, verbeelding, rituelen, verhalen en een persoonlijke stijl. Die onderwerpen hebben veel met elkaar gemeen en overlappen elkaar op allerlei manieren: eigenlijk zijn het allemaal variaties op één thema, dat van het spel. Mijn advies is dan ook om het leven met enige speelsheid te benaderen.

Een speler is iemand die een eigen houding kiest tegenover het leven, een eigen spelvorm waarin hij zijn leven gestalte geeft. Dat doet hij niet omdat dit hem iets concreets kan opleveren (zoals succes, aanzien, macht of geld), maar gewoon omdat hij er plezier aan beleeft om het leven een persoonlijke kleur en vorm te geven en dit zijn leven de moeite waard maakt. Het woord 'moeite' is hierbij van belang: want al die genoemde dingen (zoals humor, stijl en persoonlijkheid) moeten geleerd worden, en dat kost inspanning. Het zijn dingen die je lang-

durig moet oefenen voordat je er iets mee kunt, voordat het lukt om ze je eigen persoonlijke invulling te geven. Zoals een tennisser eindeloos vaak een forehand moet slaan voordat het ergens op begint te lijken, zo is het ook met bijvoorbeeld gevoel voor humor of met het vormen van een eigen stijl. Net als de trainingen van een sporter is ook het ontwikkelen van je eigen persoonlijkheid een proces dat altijd doorgaat. Dat begrip ('persoonlijkheid') is een beetje uit de mode, onder meer door pseudowetenschappelijke zienswijzen die beweren dat iets als het ontwikkelen van een persoonlijkheid helemaal niet mogelijk is omdat wij 'ons brein zijn' en we niet of nauwelijks de vrijheid hebben om zo'n proces van persoonlijke vorming te sturen. Maar dat is volgens mij onzin, zoals iedereen die wel eens met een echte persoonlijkheid te maken heeft gehad uit eigen ervaring weet. Je proeft dan het unieke van een gevormd karakter met een eigen perspectief op de wereld, een karakter dat weliswaar ook te maken heeft met een natuurlijke aanleg en biografische achtergronden, maar daar niet toe te herleiden valt, omdat het mede tot stand gekomen is door een combinatie van inspanning en levenservaring.

Ik kom nog even terug op wat ik hierboven zei over cultuurkritiek en levenskunst als twee zijden van een medaille: want veel vormen van cultuurkritiek zijn niet van toepassing op de spelende mens. Wie het leven als spel benadert zal bijvoorbeeld geen onverschillig kuddemens zijn, en wie zijn eigen spelvorm scheidt zal niet uitsluitend gefixeerd zijn op wat vermaak brengt of nuttig is. Zo bekeken is de houding die ik voorstel ook een antwoord op bepaalde hedendaagse tendensen. Of het nu gaat om onderwijs, om wetenschap, om vrije tijd of om andere dingen: vaak wordt al snel de vraag gesteld naar het nut of doel. Op die manier wordt het leven instrumenteel benaderd: onderwijs moet gericht zijn op beroepsbeoefening en daarmee de economie ondersteunen, wetenschap moet toegepast kunnen worden om de maatschappij tot nut te zijn, we reizen om ervaringen op te doen, sporten en bewegen doen we om gezond te blijven, en soms lijkt het alsof een groot netwerk van nuttige relaties belangrijker is dan een paar echte vriendschappen. Maar als alles wat we doen alleen maar een middel is om een of ander doel te bereiken, dan lopen we het gevaar dat het leven zelf zonder intrinsieke waarde en betekenis blijft. Een dergelijke instrumentele en 'technische' benadering van het leven lijkt me nogal arm: het leven kan ook een waarde in zichzelf hebben die zin geeft aan wat we doen,

zoals het in het spel om het spelen zelf gaat en in de liefde om de liefde zelf. ‘Om in alle dingen een bepaald nut na te streven is iets dat volledig misplaatst is voor mensen die vrij zijn en een gevoel voor eigenwaarde hebben’, schrijft Aristoteles.

Zorg, aandacht en traagheid

Ik denk dat het belangrijk is om aandacht en zorg te besteden aan je leven. Aandacht heeft te maken met belangstelling en opmerkzaamheid voor de wereld zoals die is; zorg met een houding van bekommernis, betrokkenheid en verantwoordelijkheid waarmee je je wereld een beetje kunt veranderen. Aandacht en zorg staan samen voor respect voor je eigen leven en de koestering ervan. Van iemand die zijn leven op een persoonlijke manier vorm geeft, door ‘zijn eigen spel te spelen’, kun je zeggen dat hij werkelijk aandacht en zorg besteedt aan zijn bestaan. Hij laat het niet zomaar voorbij gaan, maar staat er bewust bij stil en geeft het zijn eigen invulling.

Zorg besteden aan je wereld, aandacht geven aan de dingen, en daarbij ook zorg en aandacht besteden aan jezelf en je relaties met anderen: dat vergt een bepaalde rust en ongehaastheid, een soort ‘traagheid’ waarbij je volop de tijd neemt voor de dingen. Maar wie permitteert zich vandaag, in onze snelle en efficiënte tijden, nog een dergelijke traagheid? Wie flaneert nog door het leven, zoals in vroeger dagen flaneurs door de stad slenterden? We leven in een cultuur van snelheid en instant-bevrediging, waarin traagheid en geduld een zeldzaamheid zijn. We kijken voortdurend op onze smartphone om maar niets te missen, we willen bezig zijn en ons geen moment vervelen. Dergelijke verzuchtingen over onze oppervlakkige en snelle tijd hoor je de laatste tijd vaak; maar zoals ik hierboven al zei gaat het mij in dit boek niet zozeer om het leveren van kritiek, als wel om het voorstellen van een alternatief in de vorm van een (ongehaaste) houding waarin de mooie dingen van het leven kunnen gedijen: zoals spel, liefde en creativiteit.

Rustig aan, leef niet te snel: is dat geen onverwachte en zelfs wereldvreemde aanbeveling? Is het geen beter advies om hard aan de slag te gaan en vooral niet te luieren? Ledigheid is toch des duivels oorkussen? Zeker, dat is zo, maar let op: want flaneren is iets heel anders dan lui-

eren. De flaneur kijkt om zich heen, laat zich verrassen door wat zich toevallig voordoet, laat zich meevoeren op de stroom van zijn gedachten en heeft het naar zijn zin. De nietsdoener daarentegen verveelt zich en probeert het gevoel van leegte zo snel mogelijk te vullen met een activiteit, een nieuwtje, een kick, een filmpje of wat er ook maar is dat even af kan leiden. De flaneur leeft bedachtzaam en bewust te midden van zijn herinneringen, impressies en plannen, terwijl de nietsdoener vlucht voor zijn *horror vacui*: hij wil alles liever dan alleen met zichzelf en zijn gedachten zijn. De flaneur leeft in de tijd, de nietsdoener in het moment. De flaneur is vrij, de nietsdoener is gebonden aan ketenen van vermaak. Als ik je een beetje traagheid adviseer, dan is dat dus een oproep op te flaneren, niet om te luieren.

Inhoud

In dit boek gaat het dus over de mens als speler, de mens die zorg besteedt aan het spel van het leven. Ik begin met het bespreken van enkele begrippen die steeds opnieuw zullen terugkeren: het spel (hoofdstuk 2) en het verhaal (hoofdstuk 3). Maar voor ik het over spelen kan hebben, moet ik eerst iets zeggen over de speler zelf: de mens. Je kunt je namelijk afvragen of er wel iets te spelen valt: als het waar is dat de mens, zoals we in onze tijd vaak horen zeggen, eigenlijk een soort van ingewikkelde machine is, is het spel dat hij speelt dan niet simpelweg voorgeprogrammeerd? Is er dan nog wel een eigen speelterrein, met ruimte voor zelf bedachte spelregels? Ik denk het wel, en in hoofdstuk 1 zal ik uitleggen waarom ik dat denk door toe te lichten hoe ik aankijk tegen de mens. Zoals ik het zie, is het zeker waar dat we deels gebonden zijn door allerlei factoren waar we weinig of geen invloed op hebben. Onze erfelijke aanleg, onze opvoeding, onze sociaaleconomische situatie, de cultuur waarin we leven: het spreekt vanzelf dat deze ons in hoge mate vormen. Maar daarnaast blijft er wel degelijk ook speelruimte over om ons leven een eigen vorm en kleur te geven. Die speelruimte heeft vooral te maken met de menselijke eigenschap dat wij voortdurend reflecteren op onszelf en de dingen die we doen en die ons overkomen: de mens is het vreemde wezen dat alles wat hem overkomt en alles wat hij doet constant aan het overdenken en interpreteren is. We zijn als het ware voortdurend 'het verhaal van ons

leven' aan het lezen – om het vervolgens waar dat mogelijk is ook een beetje te herschrijven. Zo bekeken hebben wij als mensen wel degelijk een bepaalde autonomie en vrijheid, en daarmee ook de mogelijkheid om te spelen.

Na deze drie hoofdstukken met voorgerechten is het tijd voor de hoofdschotel: het spel van het leven. De zorg voor je leven kan zich op drie gebieden manifesteren: als zorg voor je eigen wereld, zorg voor andere mensen en zorg voor jezelf. Dat eerste, de zorg voor je eigen wereld, vormt het onderwerp van hoofdstuk 4. Daar bespreek ik hoe je je wereld een gezicht kunt geven door bijvoorbeeld aandacht te besteden aan plaatsen, rituelen en voorwerpen. Hoofdstuk 5 gaat over de zorg die gericht is op anderen en die zich onder meer toont als liefde. In de hoofdstukken 6 t/m 8 ten slotte zal ik het hebben over een paar belangrijke manieren waarop de 'zorg voor jezelf' vorm kan krijgen: in je *skills* (datgene wat je kunt), je persoonlijkheid (degene die je bent) en je verbeelding (je belangrijkste gereedschap om het spel van het leven te spelen). In het afsluitende hoofdstuk 9 vat ik enkele hoofdlijnen nog eens samen in een aantal concrete aanbevelingen.

Een filosoof wordt soms een beetje uitgelachen met zijn rare beroep. Een informaticus, een ingenieur of een dokter: daar heb je wat aan. Maar een filosoof? Als de nood aan de man komt en er iets kapot of iemand ziek is heb je toch meer aan een technicus of arts dan aan een wijsgeer? Zeker. Maar als de ingenieur en de dokter hun belangrijke werk hebben gedaan en het leven weer verder gaat, kan het geen kwaad om eens te luisteren naar de filosoof die vragen stelt bij de loop van dat leven. Wat hij wil zeggen is vooral dit: laat je leven niet zomaar voorbijlijden, maar sta er bewust bij stil. Stel jezelf de vraag wie je bent en hoe je wil leven. Ben je een brein dat is afgesteld op het vermijden van pijn en het maximaliseren van plezier? Of ben je een persoon die zijn eigen spel bedenkt en speelt? Ik geloof dat de laatste zienswijze je leven meer de moeite waard zal maken.

Het is goed om even stil te staan bij twee kritische vragen die gesteld zouden kunnen worden over de uitgangspunten van dit boek. Een eerste vraag is: gaat het hier niet in zekere zin om luxe problemen? Wie moet vechten voor zijn dagelijkse bestaan, zal niet veel tijd hebben voor levenskunst en voor het speels vormgeven van het eigen leven: het gaat dan meer om de kunst van het overleven dan om de kunst van

het leven. Dat is een terechte kanttekening: wie wil spelen, heeft een zekere speelruimte nodig, en hoeveel je daarvan hebt hangt sterk af van je sociaaleconomische situatie. Ik denk echter dat veel mensen in ons welvarende deel van de wereld wel degelijk volop speelruimte hebben voor de vormgeving van hun eigen leven, hoewel er ongetwijfeld ook velen zijn die maar weinig of geen ruimte hebben. Dat maakt de opdracht voor de bevoorrechten die het goed hebben alleen maar des te groter: want het zou doodzonde zijn om de speelruimte die je hebt niet te benutten. Een tweede vraag die gesteld kan worden bij waar ik in dit boek over schrijf is: betreft het hier geen erg op het individu gerichte onderwerpen? Ook dit is deels een terechte opmerking, die te maken heeft met de nadruk die in de westerse cultuur wordt gelegd op het individu. Die nadruk hangt samen met de westerse historische erfenis van humanisme, christendom en Verlichting: in de westerse cultuur hechten we een groot belang aan zaken als persoonlijke ontwikkeling en ontplooiing. Onderwerpen als spel en levenskunst hebben daar alles mee te maken. Tegelijk zal ik in dit boek echter verdedigen dat je je als individu alleen kunt ontwikkelen en ontplooiën tegen de achtergrond van anderen en een sociale context. Elk spel is ook samenspel, elke levenskunst vindt plaats binnen een sociaal-culturele context. Hoewel het individu dus inderdaad het uitgangspunt is van wat ik bespreek, zal steeds blijken dat een individu op zichzelf niets kan zijn.

De historicus en filosoof Johan Huizinga, die ik later nog zal noemen, sprak over 'de zucht tot schoner leven', waarbij dat 'schoner' staat voor speelser en (daardoor) mooier. Natuurlijk kun je best leven zonder spel, maar het zal een leven zijn dat in bepaalde opzichten onverkend en steriel blijft, een schraal leven dat minder interessant is dan het had kunnen zijn. De houding van de speler is in wezen een esthetische: hij probeert van zijn leven iets moois te maken, een eigen kunstwerk, door aandacht en zorg te besteden aan zijn wereld, aan anderen en aan zichzelf. Daarom is mijn advies aan jonge mensen, en eigenlijk aan iedereen: speel! Als dit boek daarbij een stimulans kan zijn, heb ik het niet voor niets geschreven.