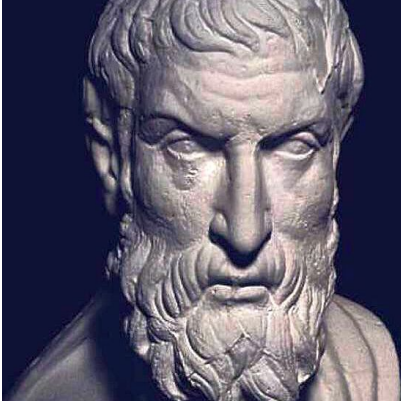




Stoïcijns als Epictetus

Beschrijving

In mijn bibliotheek staat het boekje *Manual on the art of Living*• opgetekend tijdens de colleges van de stoïcijnsse filosoof Epictetus (in het Latijn *Encheiridion* genoemd). Met zijn eerste zin: *De werkelijkheid is in twee categorieën te verdelen: wat wel in onze macht ligt en wat niet in onze macht ligt.* wordt de kern van het [stoïcisme](#) neergezet.

Wat ligt er **niet** in onze macht:

- wat ons overkomt,
- invloeden van buitenaf,
- maar ook ons lichaam,
- onze bezittingen,
- onze reputatie

Kortom alles wat we **niet zelf** doen of in de hand hebben. Het zijn zaken waarvan we veronderstellen dat ze ons onvervreemdbaar eigendom zijn, maar die in feite elk moment van ons weggenomen kunnen worden.

Wat ligt er dan **wel** in onze macht:

- onze gedachten,
- de houding die we aannemen tegenover wat ons overkomt,
- ons handelen (maar niet het effect van ons handelen).

Kortom alles wat we **wel zelf** doen, of zelf in de hand hebben.

Je zou *Epictetus* een pessimist kunnen noemen, omdat we naar zijn idee een speelbal van de gebeurtenissen zijn; je zou hem ook een optimist kunnen noemen, omdat we volgens hem in elk geval meester over onze gedachten zijn.

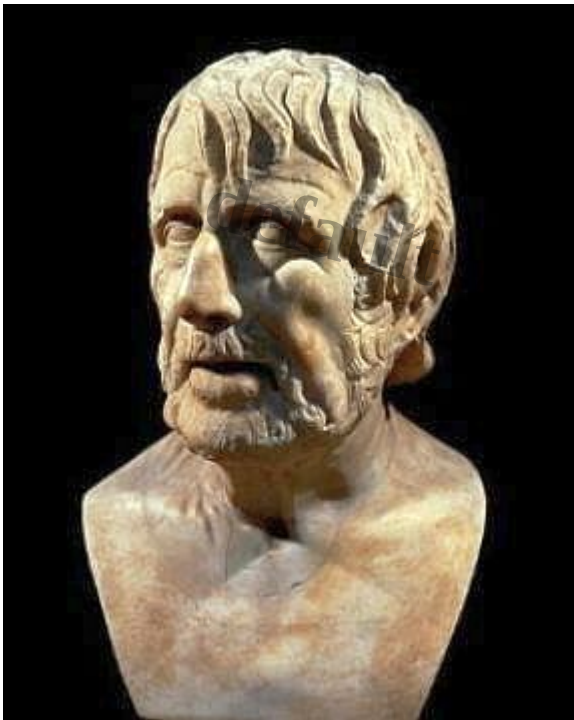
Wellicht neemt hij een extreem standpunt in, zowel wat onze onvrijheid, als wat onze vrijheid betreft, maar iedereen zal het erover eens zijn dat er enerzijds in ons leven belangrijke dingen gebeuren waarop we geen invloed kunnen uitoefenen, en dat het anderzijds verschil maakt hoe je tegen die

dingen aankijkt.

Slaaf

Epictetusâ?? kijk op de wereld snap je beter als je weet dat hij heel bekend was met een gevoel van onmacht tegenover het lot, doordat hij zijn leven in slavernij begonnen was.

Achteraf bezien is het bijzonder dat van de drie boegbeelden van het Romeinse stoïcisme er Ã©Ã©n schrijver en staatsman â?? [Seneca](#) â?? was, Ã©Ã©n keizer van een wereldrijk â?? [Marcus Aurelius](#) â?? en Ã©Ã©n slaaf.

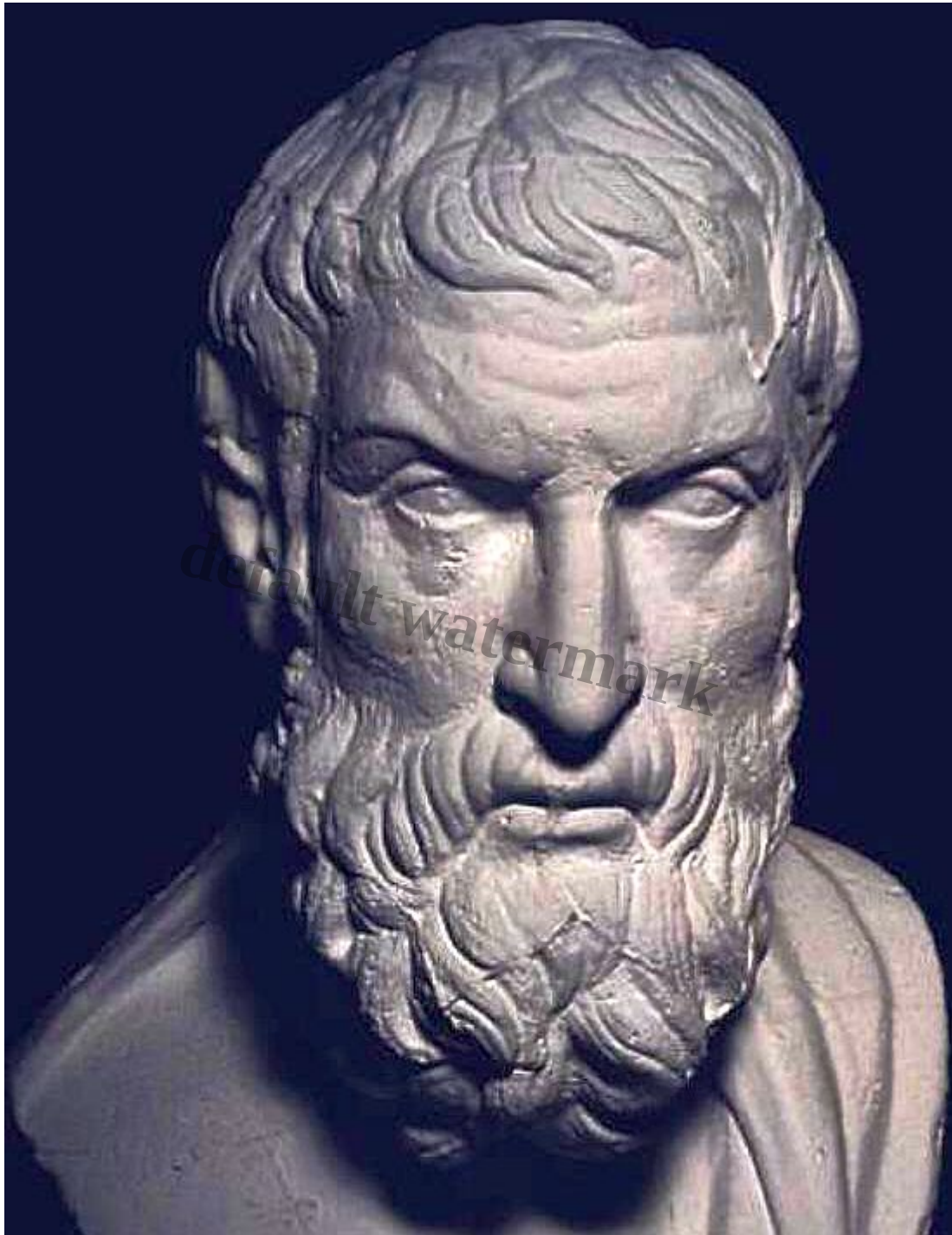


Seneca



Marcus Aurelius

default watermark



Epictetus

Biografie

Er is niet veel over zijn leven bekend. Hij werd rond 50 als zoon van een slavin geboren in *Hierapolis* in *Phrygië*, in het zuidwesten van het huidige Turkije. Hij diende in Rome bij *Epaphroditus*, die secretaris van keizer *Nero* was.

Epictetus was kreupel¹, mogelijk vanaf zijn geboorte, mogelijk door mishandeling door zijn meester. Ondanks zijn slavernij was hij in staat in Rome lessen bij de stoïcijnse filosoof *Musonius Rufus* te

volgen. Na zijn vrijlating en na de verbanning uit Rome (het lot van alle filosofen) door keizer *Domitianus* vestigde hij zich in *Nicopolis*, in het noordwesten van Griekenland, en begon daar zijn eigen school voor filosofie.

Zelf heeft hij niets geschreven, maar een van zijn leerlingen, *Flavius Arrianus*, stelde zijn lessen op schrift. Uit deze Colleges stelde Arrianus vervolgens een uittreksel samen, dat als het *Handboekje* of *Zakboekje* beroemd werd. Epictetus bleef tot op hoge leeftijd lesgeven; zijn precieze sterfjaar is niet bekend.

Rijkdom

Slaaf! Dat bijt Epictetus zijn leerlingen toe, telkens wanneer ze blijf geven van gehechtheid aan zaken die buiten hun macht liggen. Hij laat het niet bij de nuchtere vaststelling dat het geen zin heeft je om zulke dingen druk te maken, hij gaat zelfs zover ze als neutraal te bestempelen.

Rijkdom, aanzien, gezondheid of armoede, slavernij, ziekte en dood zijn niet goed of slecht, maar per definitie neutraal. Neutraal omdat ze bestuurd worden door de natuur, het grote geheel, de kracht die maakt dat alles is zoals het is. Die natuur is volgens de stoïcijnen redelijk, want wat er gebeurt, gebeurt niet zomaar, maar volgens vaste, begrijpelijke wetten. Het wordt door de stoïcijnen ook vaak als rede (Logos), kosmos of God (Zeus) verwoord.

Neutraal

Er is nog een reden waarom we de dingen die buiten onze macht liggen neutraal moeten noemen: ze hoeven niet te bepalen hoe we ons voelen. Je kunt arm of ziek en toch gelukkig zijn, daar hamert Epictetus steeds op.

Ben je slaaf? Ben je kreupel? Dat is jammer, maar geen reden om te klagen. Een wijs man (ofwel een stoïcijn) leeft in overeenstemming met de natuur. Die natuur bepaalt kennelijk dat er ook slaven en kreupelen moeten zijn tot teevallig is dat de rol die jij hebt gekregen, speel die dan zo goed mogelijk. Maak er wat van! Met die instelling komt een filosoof aan zijn *apatheia*, zijn gelijkmoedigheid.

In ons huidige taalgebruik heeft het begrip *apathie* helaas steeds meer een negatieve bijmaak gekregen.

Indrukken

Goed en *slecht* reserveert Epictetus voor de dingen die wel in onze macht liggen.

We moeten de gedachten en emoties die in ons opkomen Epictetus noemt ze *indrukken* voortdurend tegen het licht houden. *Verdomme, het begint te regenen* is voor een filosoof ontegenzeglijk een slechte reactie. *Interessant! Het was de hele dag droog en net nu ik naar buiten moet, begint het te gieten* is een goede reactie, volledig in harmonie met de wisselvalligheid van het weer. Een echte filosoof een stoïcijn loopt ook liever in de zon dan in de regen, maar is er altijd op ingesteld dat de dingen minder aangenaam kunnen verlopen, dus hij zeurt daar niet over. Wensen dat de zon altijd schijnt is simpelweg niet redelijk, en wie in illusies leeft vraagt erom ongelukkig te worden.

Goed is dus een geesteshouding die overeenstemt met de natuur; **slecht** is streven naar wat je niet kunt afdwingen of proberen te vermijden wat onafwendbaar is.

Afhankelijkheid

We moeten handelen in harmonie met de natuur, dus ook met onze eigen natuur. We hoeven van Epictetus niet van elk streven af te zien. Streven is menselijk; het gaat er alleen om op de juiste manier te streven. Het *hic et nunc*, het hier en nu, vormt zijn eigen permanente beloning.

Hier en nu

“Hic et nunc” is een Latijnse uitdrukking die “hier en nu” betekent. Het wordt vaak gebruikt om de nadruk te leggen op het belang van het leven in het huidige moment. De uitdrukking is populair geworden als een motto van het stoïcisme, een filosofische stroming die de nadruk legt op de beheersing van emoties, zelfbeheersing en het leven in overeenstemming met de natuurlijke wetten. Het idee achter “hic et nunc” is dat het leven zich in het heden afspeelt en dat we ons daarop moeten concentreren, in plaats van te veel bezig te zijn met het verleden of de toekomst.

1 Die kreupelheid en hoe daarmee om te gaan heeft hij als volgt verwoordt:

“Ziekte is een hinderpaal voor het lichaam, maar is het niet voor de geest, als ge dat zelf niet wilt. Kreupelheid is een belemmering voor de benen, maar niet voor de geest. Zeg dit nu bij alles wat u ten deel valt, want dan zult ge vinden dat een gebeurtenis wel een hinderpaal kan zijn voor iets anders, maar niet voor uzelf.”

Datum aangemaakt

2024/06/08