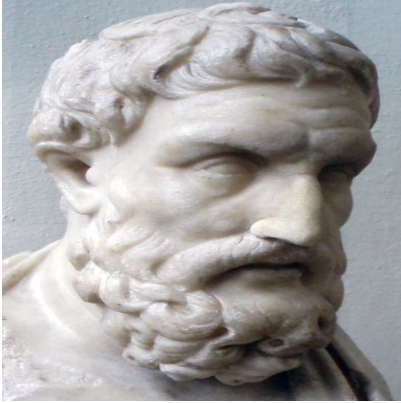




Wie is bang voor de dood?

Beschrijving

Epicurus was een hedonist¹ die geloofde dat plezier het hoogste goed was. Hij geloofde echter ook dat plezier simpelweg de afwezigheid van lijden was. Volgens hem moesten mensen streven naar een staat van *ataraxia* of â??onbezorgdheidâ??. Zijn filosofie was erop gericht om de vier belangrijkste zorgen die de meeste mensen bezighielden te overwinnen.

Een daarvan was de angst voor de dood. Epicurus vond dat de dood niets was om bang voor te zijn, en wel hieromâ?|.

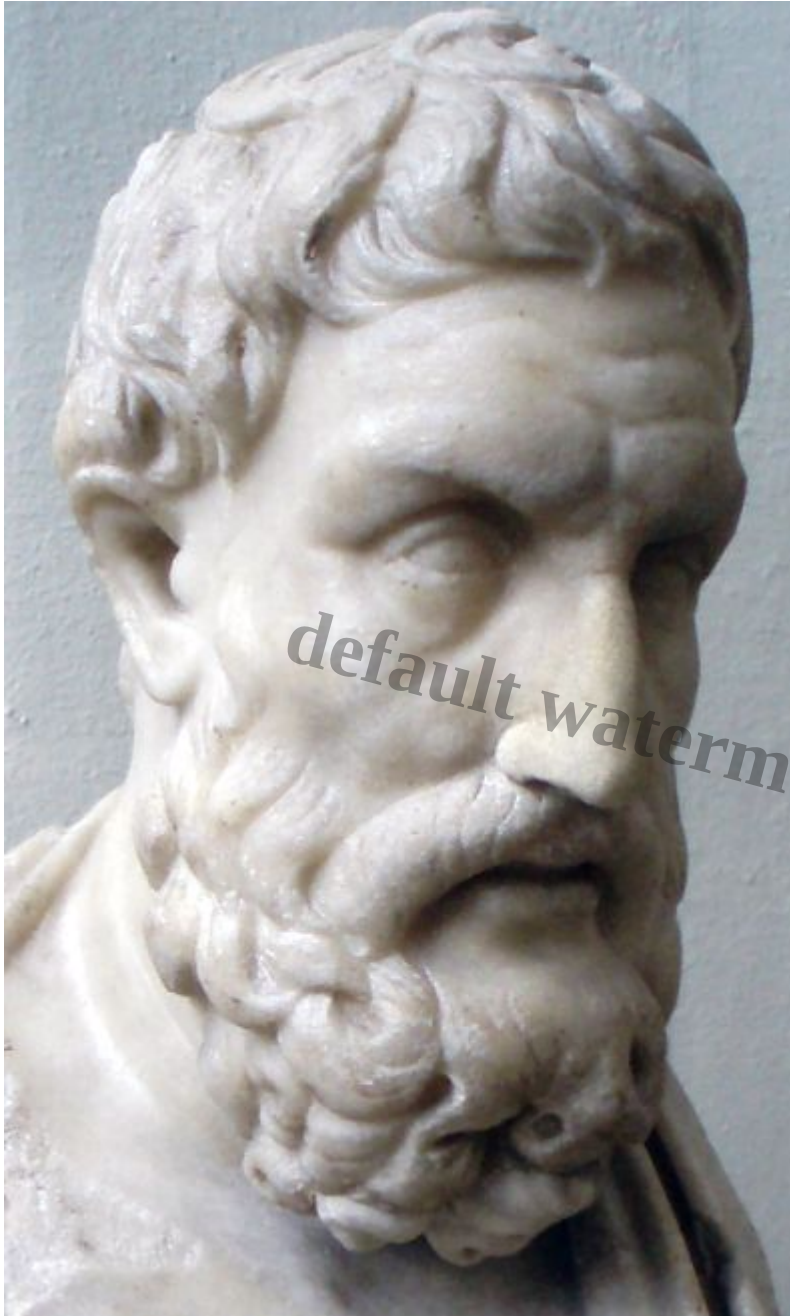
Wie was Epicurus?

Epicurus werd in 341 v.Chr. geboren op het *Griekse* eiland *Samos* als zoon van de Atheners *Neocles* en *Chaerestrata*. Op achttienjarige leeftijd verhuisde hij in 323 v.Chr. naar *Athene*.

Alexander de Grote stierf in dat jaar, wat politieke gevolgen had voor de Atheners die op *Samos* woonden. De vader van Epicurus verhuisde van het eiland naar de stad *Colophon*, die op de plaats van het huidige *DeÄ?irmendere* aan de *Turkse* kust lag.

Epicurus verliet *Athene* en voegde zich bij zijn vader, waar hij de volgende tien jaar bleef om filosofie te studeren. Daarna woonde hij enige tijd op het *Griekse* eiland *Lesbos* en op het vasteland in *Lampsacus*. Op beide plaatsen zette hij zijn filosofische werk voort en verzamelde hij volgelingen.

Rond 307 v.Chr. keerde hij voor de laatste keer terug naar *Athene*, waar hij de rest van zijn leven bleef wonen. Hij stierf op zeventigjarige leeftijd aan complicaties als gevolg van nierstenen: een ongelooflijk pijnlijke dood, maar interessant omdat Epicurus beweerde geen angst voor de dood te hebben, en zelfs geen angst voor pijn. Hierover straks meer.



Epicurus (341 v.Chr. – 270 v.Chr.)

De Tuin

In Athene stichtte Epicurus zijn beroemde school, de *De Tuin*. De naam is afgeleid van het feit dat de school een tuin als ontmoetingsplaats gebruikte. De school lag tussen twee van de beroemdste scholen van Athene, de *Stoa* en de *Academie*.

De *Stoa* gaf zijn naam aan de filosofische stroming die bekend staat als het stoïcisme. Zeno van Citium, de grondlegger van het stoïcisme, gaf daar vanaf 300 v.Chr. les.

De *Academie* was een school die in 387 v.Chr. door Plato was opgericht en waar Aristoteles twintig jaar lang studeerde. Op de deur van de *Academie* stond een bordje met de tekst: *Laat niemand die geen kennis heeft van meetkunde hier binnenkomen.*

Op de deur van De Tuin stond het bordje: *“Vreemdeling, hier doe je er goed aan te blijven; hier is ons hoogste goed genot.”*

Epicurisme

Tegenwoordig wordt het woord *“epicuristisch”* vaak voorafgegaan door andere woorden zoals *“geneugten”* en wordt het gebruikt om het genieten van eten en drinken te beschrijven. Als je echter De Tuin zou bezoeken, zou het eten dat je te wachten staat waarschijnlijk niet veel meer zijn dan brood en water, met misschien een stukje kaas. Epicurus en zijn volgelingen leefden heel eenvoudig. Hij dronk alleen wijn als medicijn om pijn te verzachten, en zelfs dan werd het verdund met water. Waar komt dan deze associatie tussen epicurisme en zintuiglijke genoegens dan vandaan?

Roddels

De verwarring komt waarschijnlijk voort uit een combinatie van misverstanden en kwaadaardige roddels. Epicurus schokte de Atheners door zijn school open te stellen voor vrouwen en slaven. We kunnen dit vergelijken met Plato's Academie, die in theorie openstond voor het grote publiek, maar in de praktijk was het studentenbestand beperkt tot mannen uit de hogere klasse. Door de seksistische houding van die tijd, en het eeuwenoude plezier in wellustige roddels, speculeerden mensen over wat er zich achter de muren van De Tuin afspeelde met deze vrouwen en slaven.

De voorkeur van de kerk

Bovendien werd een groot deel van de geschiedenis van de huidige antieke wereld verzameld en bewaard door geleerden die banden hadden met de kerk. De dominante filosofie in de tijd van Epicurus was het platonisme, en het epicurisme daagt deze filosofie uit. Vanuit christelijk perspectief is de filosofie van Plato veel aantrekkelijker dan die van Epicurus. Dit gaat zo ver dat de Duitse filosoof *Friedrich Nietzsche* (1844-1900) ooit suggereerde dat het christendom slechts platonisme voor de massa is. We kunnen dus zien dat christelijke geleerden het epicurisme waarschijnlijk niet zonder enige vooringenomenheid benaderen.

Ondanks de kwaadaardige roddels over de gang van zaken in De Tuin, prijzen critici unaniem het karakter van Epicurus. Als mens lijkt hij erg vriendelijk, aardig en geliefd te zijn geweest.

Het hedonisme van Epicurus

Hedonisme is de filosofische opvatting dat plezier het hoogste menselijke goed is. Kijk maar naar de tekst op het bord buiten De Tuin: *“het hoogste goed is genot.”*• Simpel gezegd beoordeelt een hedonist de beste handelwijze op basis van hoeveel plezier, dan wel genot, hij verwacht te zullen beleven.

Maar zoals altijd in de filosofie zijn de zaken niet zo eenvoudig! Het epicuristische idee van plezier is enigszins genuanceerd en misschien een beetje onverwacht anders.

Eerder zagen we dat een bezoeker van De Tuin eerder brood en water kon verwachten dan wat wij (vandaag de dag) ons voorstellen bij een *epicuristisch feestmaal*. Voor Epicurus biedt deze eenvoudige maaltijd de mogelijkheid om te genieten. Het is niet moeilijk voor te stellen dat, als iemand absoluut uitgehongerd is, een stuk droog brood en een kopje water om het weg te spoelen als de lekkerste maaltijd ooit kunnen worden ervaren. Epicurus gaat echter verder dan dit. Hij zou beweren dat een uitgebreid feestmaal zeker plezierig zou zijn, maar niet plezieriger dan wat brood en kaas. De genoegens verschillen, maar het ene is niet plezieriger dan het andere.

Wat is dan plezier of genot?

De verklaring die Epicurus geeft, is dat plezier *de afwezigheid van lijden* is. Dus in het geval van het plezier van eten, moet dit voortkomen uit het verminderen en verdwijnen van de pijn van honger. Op dezelfde manier komt het plezier van ontspannen voort uit het verlichten van het lijden van vermoeidheid; het plezier van een massage komt voort uit het verlichten van spierspanning, enzovoort. Als Epicurus gelijk heeft, kan het plezier van een broodje kaas niet groter of kleiner zijn dan dat van een feestmaal. Voor epicuristen is het uiteindelijke doel van de mens het bereiken van *ataraxia* (de staat van *onbezorgdheid*).

Epicurus' tegengif voor wanhoop

Het bereiken van een staat van *ataraxia* lijkt misschien een hele opgave. De meesten van ons denken waarschijnlijk dat alle mensen altijd wel iets hebben om zich zorgen over te maken, simpelweg omdat ze mens zijn. Epicurus had wat hij dacht dat het antwoord was. Hij noemde het de *tetrapharmakos*.

In het *Oudgrieks* verwijst tetra naar *vier* en *pharmakon* betekent *medicijnen, gif of een toverspreuk* (waar we het woord *farmacie* van hebben afgeleid). In de tijd van Epicurus bestond er een medicijn dat *tetrapharmakos* heette en dat werd gebruikt om kwalen van de ziel te behandelen.

Het bevatte vier ingrediënten: was, pek, hars en dierlijk vet. We kunnen de *tetrapharmakos* van Epicurus dus zien als een soort viervoudig medicijn en vier dingen verwachten die ons zullen helpen *ataraxia* te bereiken.

De *vier dingen* zijn de vier doctrines van het epicurisme. Deze zijn:

- Vrees God niet.
- Maak je geen zorgen over de dood.
- Wat goed is, is gemakkelijk te verkrijgen.
- Wat verschrikkelijk is, is gemakkelijk te verdragen.

Het is duidelijk dat al deze dingen mensen bezighouden en kwelen. Epicurus probeert de verontrustende zorgen weg te nemen die iemand kunnen verhinderen *ataraxia* of een staat van *onbezorgdheid* te bereiken.

Vrees God niet

De Griekse goden werden gezien als superkrachtige wezens die mensen vreselijk kwaad konden doen. Daarom deden veel mensen hun uiterste best om de goden gunstig te stemmen en te voorkomen dat ze hen zouden beledigen. De zorg dat een bovennatuurlijk wezen aanstoot zou kunnen nemen aan iets wat je wel of niet hebt gedaan, is zeker verontrustend. Een dergelijke zorg is een belemmering voor het bereiken van ataraxia, de staat van onbezorgdheid.

Het argument van Epicurus is eenvoudig. Hij is het ermee eens dat de goden machtige bovennatuurlijke wezens zijn, onverwoestbaar en vrijwel onkwetsbaar. Ze bestaan ook op een hoger niveau dan gewone mensen en bevinden zich in een staat van gelukzaligheid. Dit alles in aanmerking genomen, is het twijfelachtig of de goden ook maar de minste interesse zouden hebben in de activiteiten van sterfelijke wezens. We kunnen ons de situatie vanuit ons eigen perspectief voorstellen, als we neerkijken op de activiteiten van bijvoorbeeld een mier. Het kleine insect rent rond en probeert iets te doen dat alleen het dier zelf weet. Misschien is het op zoek naar voedsel om mee terug te nemen naar zijn nest of naar een geschikte locatie voor een nieuw nest. Het punt is dat het ons niet echt iets kan schelen â?? het leven van individuele mieren, hun zorgen en bekommernissen, zijn voor ons triviaal. Hetzelfde geldt voor de goden in relatie tot de mens.

Epicurus stelde dat goden niet gevreesd moesten worden, maar gebruikt moesten worden als rolmodel om ons gedrag te sturen. Hij zei dat mensen moesten proberen het geluk van de goden na te streven binnen de grenzen van het menselijk bestaan.

Maak je geen zorgen over de dood

Epicurus dacht dat de dood niets voorstelde. We hebben gezien dat epicuristen geloven dat het grootste goed voor mensen is om een staat van ataraxia te bereiken en door niets te worden gestoord. Angst voor de dood moet worden beschouwd als een van de meest verontrustende angsten die alle mensen delen. Epicurus vond echter dat deze angst niet echt logisch was en dat de dood niet iets was waar we ons zorgen over moesten maken. Dit komt omdat de dood iets is dat we nooit echt ervaren (want dan zijn we dood), en na de dood kan er geen lijden meer zijn. De afwezigheid van lijden is voor Epicurus â??het goedeâ??. Laten we deze ideeën eens nader bekijken.

De dood staat ons allemaal te wachten

Ten eerste, aangezien alle mensen sterfelijk zijn, is de dood iets dat ons allemaal te wachten staat. In tegenstelling tot ervaringen die we moeten doorstaan omdat we leven, is de dood echter **niet** iets dat we daadwerkelijk zullen ervaren. Wanneer de tijd daar is, zullen we van een staat van leven naar de dood overgaan. Omdat we moeten leven om iets te ervaren en we niet leven wanneer we dood zijn, zullen we het daadwerkelijke moment van de dood niet ervaren. De ervaring van de dood is dus iets dat ons nooit zal â??overkomenâ?? en waar we dus ook niet bang voor hoeven te zijn.

Na de dood is er geen lijden

Ten tweede zullen we, als we eenmaal dood zijn, helemaal niets meer ervaren. Dit betekent dat we ook geen lijden kunnen ervaren. De doden hebben geen honger of voelen zich niet moe, hun lichamen doen geen pijn en ze maken zich nooit zorgen over de toekomst. Als het goede de afwezigheid van lijden is, dan moet het slechte de aanwezigheid van lijden zijn. Aangezien er na de dood geen lijden is,

kan het niet slecht zijn en hoeft het niet gevreesd te worden.

Wat goed is, is gemakkelijk te verkrijgen

We hebben al gezien wat Epicurus met de derde leerstelling zou kunnen bedoelen. Een eenvoudige maaltijd is gemakkelijk te verkrijgen en geeft evenveel plezier als een groot feestmaal (dat veel moeilijker te organiseren zou zijn). Voor epicuristen is *het goede* plezier, en plezier is de afwezigheid van pijn; daarom is alles wat pijn en lijden verlicht *goed*. Omdat een mens alleen de eenvoudigste dingen nodig heeft die hun werk doen en eenvoudige dingen zijn eenvoudig te verkrijgen en dat is goed.

Wat verschrikkelijk is, is gemakkelijk te verdragen

Hoewel Epicurus' gedachten over de goden, de dood en het goede voor sommigen aannemelijk lijken, is zijn bewering dat wat verschrikkelijk is, gemakkelijk te verdragen is, veel moeilijker te verkopen. Er zijn inderdaad maar weinig filosofen die het hier met Epicurus eens zijn. Hoe bedoelt hij dit?

Epicurus verdeelde fysieke pijn in twee soorten: *zware* en *lichte* chronische pijn. Vervolgens beweerde hij dat zware pijn gemakkelijk te verdragen is omdat deze meestal niet lang duurt. Chronische pijn daarentegen duurt langer, maar is veel minder intens en daarom ook gemakkelijk te verdragen. Het punt is niet dat pijn onaangenaam is, maar dat de gedachte aan toekomstige pijn iemand niet al te zeer zou moeten verontrusten, omdat beide soorten pijn gemakkelijk te verdragen zijn, ongeacht welke soort er komt.

Deze kijk op pijn lijkt ongeloofwaardig. We moeten echter toegeven dat Epicurus geen onbekende was met pijn. Hij stierf op zeventigjarige leeftijd aan complicaties veroorzaakt door stenen die zijn urinewegen blokkeerden. De pijn die deze aandoening veroorzaakte, moet hevig zijn geweest.

In een brief aan een vriend vertelt Epicurus over de pijn die hij ondervindt doordat hij niet kan plassen en aan hevige *dysenterie*² lijdt. Hij zegt echter ook dat zijn herinneringen aan eerdere filosofische overpeinzingen al zijn lijden compenseren! *Diogenes Laërtius*³ vermeldt deze brief in zijn *Levens en meningen van beroemde filosofen*, en de meningen over de authenticiteit ervan zijn verdeeld; als de brief echter echt is, dan is Epicurus' uithoudingsvermogen ondanks de vreselijke pijn werkelijk opmerkelijk.

Epicurus' quotes

- Wie rijk wil zijn, moet niet zijn vermogen vermeerderen maar zijn hebzucht verminderen.
- Wanneer genoeg te weinig is, is niets genoeg.
- Wil God kwaad voorkomen, maar kan hij niet? Dan is hij niet almachtig. Kan hij wel, maar wil hij niet? Dan is hij kwaadaardig. Kan hij wel en wil hij wel? Waar komt dan het kwaad vandaan? Kan hij niet en wil hij niet? Waarom noemt men hem dan God?
- Als u een mens gelukkig wilt maken, voeg dan niet iets toe aan zijn rijkdommen, maar neem iets weg van zijn verlangens.

-
- De dood kan ons wat we beleefd hebben niet ontnemen, zij kan ons alleen de toekomst ontnemen, die niet bestaat.
 - 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.
-

¹ Een **Hedonist** is iemand die genot ziet als het hoogste levensdoel.

² **Dysenterie** is een zware vorm van diarree.

³ **Diogenes Laërtius** was een Griekstalig biograaf, vermoedelijk uit het begin van de 3e eeuw. Hij is de schrijver van een uitgebreide biografie van Griekse filosofen. De naam "Laërtius" zou eventueel ontleend kunnen zijn aan zijn vermoedelijke geboortedorp Laërte in Cilicië, maar kan ook afgeleid zijn van de Romeinse familie "de Laërtii". Over zijn leven zijn verder geen bijzonderheden bekend.

Men weet zeker dat hij leefde na *Sextus Empiricus* (200), naar wie hij in zijn werk verwijst, en voor *Stephanus van Byzantium* (500), die Diogenes citeert.

Ook over zijn eigen filosofische opvattingen is niets bekend. Sommigen nemen aan dat hij een christen was, maar anderen menen dat hij eerder een epicureër was, vanwege de uitgebreide en van enige empathie getuigende behandeling van het hoofdstuk over Epicurus in zijn biografie van Griekse filosofen.

Datum aangemaakt

2025/10/06