

THE POWER OF MEANING

The Good Life of Aristotle

Zin is de weg naar het goede leven. Die weg kan het beste worden uitgelegd aan de hand van de Griekse filosoof Aristoteles en zijn begrip eudaimonia (voldoening). Eudaimonia is geen

vluchtige positieve emotie. Het gaat veel meer om iets wat we doen. Ben jij nieuwsgierig waarom we doen wat we doen? Voor dit ruim tweeduizend jaar oude vraagstuk richten we ons tot Aristoteles. Zijn eudaimonisch leven vraagt dat we onze talenten ontwikkelen, zowel moreel als intellectueel; dat we alles uit onszelf halen.

Aristoteles sprak in de Oudheid al over telos (doelgerichtheid) en eudaimonia (het goede, bloeiende leven).

- **Telos:** ieder mens heeft een doel; een innerlijk kompas.
- **Eudaimonia:** het ware geluk komt van betekenis en vervulling, niet van kortstondig plezier.
- **Aretē:** oftewel deugd in actie. Geluk bestaat pas wanneer je je waarden leeft in je dagelijks handelen.

“The good for man is an activity of the soul in accordance with virtue, in a complete life”. – Aristoteles

Aristoteles (384 v. Chr.-322 v. Chr.) was een Griekse filosoof en wetenschapper, en een van de invloedrijkste denkers uit de westerse geschiedenis. Hij hield zich bezig met vrijwel alle gebieden van kennis die in zijn tijd bestonden: logica, natuurwetenschap, filosofie, ethiek en politiek. Aristoteles probeerde het leven systematisch te begrijpen door rationeel te ordenen en te classificeren. Hij keek naar de concrete werkelijkheid en observeerde de natuur.

Het goede leven volgens Aristoteles

Wat maakt een leven écht geslaagd? Aristoteles noemt

dat *eudaimonia*: een leven waarin je tot volle bloei komt. Niet door oppervlakkige genoegens, maar door *deugdzaam* te handelen (*aretē*). Leven in overeenstemming met je doel (*telos*) en je mogelijkheden, en daarin het beste van jezelf laten zien. Door iedere keer te zoeken naar de juiste balans; de gulden middenweg. De sleutel daarbij is onze rede (*logos*): ons vermogen om na te denken, af te wegen en keuzes te maken. Het allerhoogste geluk ziet Aristoteles in het beschouwend leven (*bios theoretikos*), waarin praktische wijsheid (*phronēsis*) en inzicht centraal staan. Omdat de mens een sociaal wezen is, zijn vriendschap (*philia*), gemeenschap (*polis*) en verbondenheid de basis voor een betekenisvol leven.

Volgens Aristoteles is geluk in de vorm van voldoening/zingeving (*eudaimonia*) dus het hoogste doel in het menselijk leven, dat bereikt wordt door een leven te leiden dat gekenmerkt wordt door deugdzaamheid, het ontwikkelen van karakterdeugden en het optimaal functioneren van de rede. Het gaat hierbij niet om een tijdelijk gevoel, maar om een diepgaande, duurzame vervulling en een ‘goed leven’ door middel van verstandige en rechtvaardige handelingen.

“We are what we repeatedly do. Excellence, then, is not an act, but a habit” – Aristoteles

Hieronder een overzicht hoe Aristoteles dacht over het goede leven (zoals hij dat uitlegt in de *Nicomachische Ethiek* (ca. 340 v. Chr.):

- **Het doel van het leven: Eudaimonia**
 - Elk mens heeft een doel
 - Het hoogste doel van het leven is eudaimonia (geluk of bloei)
 - Dit is geen vluchtig plezier, maar een volledig geslaagd leven waarin een mens zijn/haar vermogens optimaal benut

THE POWER OF MEANING

The Good Life of Aristotle

- **Hoe bereik je eudaimonia?** Niet door rijkdom, macht of genot, maar door deugzaam leven. Twee soorten deugden:
 - *Morele deugden* (bijvoorbeeld: moed, matigheid, rechtvaardigheid)
 - Ontstaan door gewoonte en oefening
 - Steeds handelen in de gulden middenweg (tussen twee uitersten)
 - Voorbeeld: moed ligt tussen lafheid en roekeloosheid
 - *Intellectuele deugden* (bijvoorbeeld: wijsheid, inzicht, praktische rede)
 - Ontstaan door onderwijs en nadenken
 - Geven richting aan morele deugden
- **De rol van rede**
 - Een goed leven betekent dat de mens leeft overeenkomstig zijn rede
 - Praktische wijsheid helpt ons om in concrete situaties het juiste midden te vinden
- **Gemeenschap en vriendschap**
 - Een goed leven kan niet in afzondering, maar alleen in gemeenschap
 - Vriendschap is essentieel: gebaseerd op gedeelde deugd en respect
- **Het hoogste geluk**
 - Voor gewone mensen: een leven in deugd, met ruimte voor vriendschap en maatschappelijke betrokkenheid
 - Voor filosofen: het hoogste geluk is beschouwend leven (nadenken over waarheid en wijsheid)

Kort samengevat: het goede leven van Aristoteles is een leven in deugd, geleid door rede, ingebed in een gemeenschap, en uiteindelijk gericht op innerlijke bloei.

"Happiness depends upon ourselves". - Aristoteles