InterviewTinneke Beeckman

Deze filosoof pleit voor een hoopvrij leven. ‘Hoop kan verblinden, beneemt je het zicht op de wereld’

‘Ken jezelf’ van de Vlaamse filosoof Tinneke Beeckman is een tegendraads zelfhulpboek. Ze houdt haar eigen leven tegen het licht, doet niet mee aan psychopraat en wijst hoop en optimisme af.

Lodewijk Dros12 november 2023

“Filosofen maken in mijn leven veel verschil, dat merk ik”, zegt Tinneke Beeckman (47). “Ik sta door Spinoza anders in het leven.”

Spinoza is een van de vele denkers en schrijvers die langskomen in Ken jezelf van de Antwerpse politiek filosoof Beeckman, bekend uit Trouws Filosofisch Elftal. Ze voorziet in dit wijsgerige zelfhulpboek haar eigen leven van filosofische vragen. De titel, een opdracht eigenlijk, stamt uit de Oudheid: ‘Ken jezelf’ stond op de tempels van Delphi en Athene.

**Spinoza, schrijft u ergens, heeft me milder gemaakt.**

“Ja. Hij heeft me geleerd om te begrijpen wat ik voel, me af te vragen: welke ideeën gaan er achter mijn emoties schuil, en dat niet te veroordelen.”

**Dat thema, milder worden, komt enkele malen terug in uw boek. Bent u zo streng voor uzelf?**

“Blijkbaar wel. Ik kan boos zijn op mezelf, me schamen of schuldig voelen. Dan ga ik in gesprek met mezelf. Vroeger verbond ik daar een oordeel aan. Dankzij Spinoza kan ik mezelf nu begrijpen zonder er iets van te vinden. Door op een filosofische manier afstand te nemen, kun je je leven anders benaderen.”

*In haar boek is dat wat ze doet, ruim veertig korte hoofdstukken lang: zichzelf filosofische vragen stellen. Kun je authentiek blijven? Ben je moreel als je verontwaardigd bent? Hoe reageer je op een belediging? Moet je elke pijn verdoven? Vaak grijpt Beeckman, op zoek naar antwoorden, terug naar de Oudheid. Seneca, Aristoteles vooral*.

**Doet u dat omdat die klassieke denkers zo wijs waren, of omdat u zo geseculariseerd bent dat u liever voor-christelijke teksten benut?**

“Allebei. Het is toch bijzonder, hoe Aristoteles deugden beschrijft? Zo geraffineerd, dat blijft inspirerend.” Wat haar aan het denken uit die periode zo aanspreekt, is het praktische ervan, het is ‘levensfilosofie’, waarmee je ‘aan jezelf schaaft’. “ In de Oudheid was filosofie zowel abstracte begrippen bedenken als een praktische levenswijsheid uitvoeren, gericht op innerlijke transformatie.

“Dat seculiere is inderdaad de tweede reden om bij de klassieken uit te komen. Het christelijke idee van zondebesef, van ná de Oudheid, daar neem ik afstand van. Daar waren de klassieken niet mee behept. Het debat met de Oudheid is voor mij vanzelfsprekender dan met het christendom. Al weet ik inmiddels dat het christelijke denken de westerse filosofie zo heeft gestempeld, dat het veel moeilijker is daaruit te stappen dan ik voorheen dacht.”

**U lijkt op uw held Machiavelli, die ’s avonds zijn mooiste kleren aantrok en dan in zijn bibliotheek vragen ging stellen aan de ‘Ouden’, de klassieke denkers.**

“Ja, en Machiavelli schreef dat ze nog antwoord gaven ook. Dat ervaar ik ook. Je bent vertwijfeld, maar niet alleen, want er zijn boeken, mythen, verhalen, die het je mogelijk maken met je eigen ervaringen iets te doen.”

**Veel zelfhulpboeken prediken dat je moet zijn wie je bent. Dat is wat anders dan Machiavelli dacht.**

“Zeker, hij leert me realisme, dat mensen niet perfect zijn, dat ze niet in alle omstandigheden hetzelfde zijn. Ik geloof niet in een authentiek zelf dat constant blijft en dat je kunt opdiepen door maar in jezelf te graven. We veranderen met onze ervaringen en onze omgeving mee.”

**Uw ‘Ken jezelf’ wijkt ook in een ander opzicht af van het doorsnee-zelfhulpboek. Daarin krijgen we te horen dat wat goed voelt ook goed ís.**

“Ik vind gevoelens wel belangrijk, maar ze geven geen juist beeld van de buitenwereld. Je hoeft je er dus niet door te laten meeslepen. Van Seneca heb ik geleerd dat je zelf bijdraagt aan wat je voelt door de manier waarop je de wereld bekijkt. Een wijs mens ontdekt dat hij zelf een rol speelt in wat hij ervaart. Zo ben je niet alleen slachtoffer van wat een ander je aandoet, je hebt daar ook een eigen aandeel in. Als je dat inziet, wordt vergeven makkelijker.”

**In het hoofdstuk ‘Hoe kies je een partner?’ suggereert u dat je bij die zoektocht, of bij een relatiecrisis, beter de hulp kunt inroepen van een filosoof dan van een psycholoog. Waarom?**

“Als ik met vriendinnen praat die een partner zoeken, of problemen met relaties hebben, dan vertellen ze daarover vaak in psychologische termen. Narcist, psychopaat, trauma. Dat soort terminologie is gemeengoed geworden. Maar helpt die taal wel om de volgende keer een betere keus te maken? Mijn antwoord is: nee. Want de psychologisering geeft geen aanwijzingen voor het morele karakter van een potentiële partner. Deel je bepaalde waarden? Is zij betrouwbaar? Handelt hij naar zijn woorden? Wat is het gedrag? Wat héb je aan iemand?”

**Je kunt, op zoek naar huwelijksmateriaal, dus beter naar de levensfilosoof stappen dan naar de psychotherapeut?**

“Ik doe niets af aan de waarde van de psychologie, maar hier zeg ik: ja. Je hoeft niet naar een filosoof te gaan, je kunt ook goede boeken lezen, van schrijvers met een scherp filosofisch inzicht. Voor partnerkeuze beveel ik Jane Austens Pride and Prejudice aan. Zij beschrijft hoe het meisje Elizabeth jonge mannen ontmoet, en moet besluiten of daar wat huwbaars in zit, met alle valkuilen van dien. Elizabeth leert daardoor hoe ze zich laat meeslepen door haar trots en vooroordelen, verlangens, verborgen motieven. Zo verzucht ze vaak: ik dacht dat ik mezelf kende, maar ik ken mezelf helemaal niet.”

**U verkent enkele heftige emoties, die op dit moment toevallig het nieuws beheersen. Israël verdedigt zich met veel geweld tegen Hamas, waarbij de woorden ‘woede’ en ‘wraak’ vaak vallen.**

“Aristoteles definieerde woede als ‘een met pijn gepaard gaande drang tot openlijke wraakneming wegens een blijk van geringschatting’. De razende wil zijn toorn doen voelen. Ik ben zelf niet wraakzuchtig, maar ik begrijp het. Toch zeg ik het Seneca na: woede leidt snel tot wangedrag en dus tot nieuwe slachtoffers.”

**De drang tot openlijke wraakneming moet je dus intomen?**

“Socrates zei: het is beter onrecht te ondergaan dan te doen. Volgens hem moest je namelijk altijd een vriend blijven met jezelf. En dat kan niet bij wraak, die gaat altijd met je aan de haal, het maakt je tot iemand die je niet wilt zijn.”

**Dat gaat voor een persoon op. Geldt hetzelfde voor een instituut of een land, voor Israël?**

“Natuurlijk, het is ook een politieke realiteit. Een land dat uit wraak burgerslachtoffers maakt, schendt zijn eigen integriteit. Dat is een te hoge prijs.”

**De bekendste pleitbezorger van ‘Ken jezelf’ was Socrates. Zoekend naar waarheid kon hij mensen tergen, dat wilde hij ook, als wijsgerige horzel. Af en toe kom ik in uw boek de horzel Beeckman tegen. Zo bent u tegen hoop. Dat is geen populaire gedachte.**

“Ik pleit voor een hoopvrij leven, want hoop kan verblinden, beneemt je het zicht op de wereld. Als je radeloos bent, is hoop een begrijpelijke houding, natuurlijk.”

“Spinoza schreef dat het gemoed van de mensen tussen hoop en vrees schommelt, het is een onzekerheid die bevattelijk maakt voor bijgeloof. Die het vermogen om helder te denken vermindert. Daartegenover staat de mens die niet hoopt. Die staat vrij in het leven. Nee, niet defaitistisch. Je doet wat je kunt om een situatie te verbeteren.”

**Als u hoopvrij leeft, hoe kijkt u dan naar het zoveelste Journaal met oorlogsverslagen?**

“Als realist, dat heb ik van Machiavelli geleerd. Wat ik bij al die beelden vooral ervaar is mijn eigen kwetsbaarheid.”

*Beeckman is volgens de omslagtekst van haar boek ‘een van de meest vooraanstaande filosofen in het Nederlandse taalgebied’; in het boek schrijft ze dat ze te horen krijgt dat ze zo’n ‘sterke vrouw’ is. Dat beeld relativeert ze. “Ik vind het een opluchting om daar nu open over te zijn. Het is een van mijn weinige zekerheden, dat ik kwetsbaar ben omdat ik alleen kan zijn wie ik ben door de zorg van en de verbondenheid met zoveel anderen. Dat weefsel wordt bedreigd”, zegt Beeckman over geweldsspiraal?”*

**U bekijkt die beelden als realist, niet als optimist. Met optimisme hebt u al even weinig op als met hoop.**

“Ja, het heet dan wel een morele verplichting om optimistisch te zijn, maar ik zie er niets in. Positief blijven – ook al zo’n leus die me de strot uitkomt”.

“Ik heb meegemaakt hoe mensen die terminaal waren, te horen kregen: blijf vechten! Dat is geen ondersteuning, maar wreedheid, want je ontneemt een patiënt de kans om eerlijk te zijn over de situatie, om die onder ogen te zien, om het verdriet, de pijn en radeloosheid met anderen te delen.”

*Beeckman hekelt het ‘positiviteitsdiscours’. “Vaak wordt dan – ten onrechte – Nietzsches uitspraak geciteerd: ‘Wat me niet ombrengt, maakt me sterker’. Wat hij bedoelde was dat in het recht aankijken van de realiteit de ware moed schuilt. Niet in de gedachte dat je altijd mentaal of fysiek groeit door tegenslag.”*

**Zit er achter het idee van optimisme niet ook een vooruitgangsideaal?**

“Ja, alsof de tijd steeds groei en beterschap brengt, overal een stijgende lijn. Die curve kan anders lopen: succes als je jong bent en daarna nooit meer, beterschap is niet gegarandeerd. Dan heb je je naar die situatie te schikken. Probeer zaken niet te veranderen in de richting die jij wilt; nee, je moet ze willen zoals ze veranderen.”

*Dat gaat tegen de mode in, dat erkent Beeckman. “De heersende opvatting is dat je aan jezelf hoort te werken, je bent je eigen project en je toekomst wordt beter.” Cynisch: “Daar werken we hard aan.”*