

Spinoza

Een emotionele, rationele en spirituele
ontmoeting



Wim Lintsen

Hoorn 2024

Voorwoord	pag. 3
1. Een inleiding tot Spinoza	5
2. God of de Natuur	12
3. De mens als lichaam en geest	19
A. Het lichaamsgevoel	
B. Essentie en existentie	
4. Emoties en hartstochten	29
5. Wat de rede vermag	36
6. Zelfbeeld en zelfliefde	43
A. Ethiek en zelfbeeld	
B. Ethiek en zelfliefde	
7. De vrije mens	50
A. Zijn 'kracht	
B. Zijn lichaam	
C. Zijn geest	
D. Zijn vrijheid	
8. De kennis van God	61
1. <u>E</u> xistentie van het lichaam	
2. God als oneindig wezen	
3. God en zijn <u>A</u> tributen	
4. God en zijn <u>W</u> erking	
5. <u>V</u> rijheid en <u>N</u> oodzakelijkheid	
9. Zelfliefde en Godsliefde	72
– <i>Meditatie 1. Zelfkennis</i>	
– <i>Meditatie 2. Oorzaak en gevolg</i>	
– <i>Meditatie 3. Twee godsliefdes</i>	
Bijlage 1. De Ethica in meetkundige trant uiteengezet + Een meditatie rondom de liefde	80
Bijlage 2. Geestkracht, onze actieve kracht bij uitstek	88
Meditatie 1. Het 'in se esse' van Spinoza	
Meditatie 2. Geestkracht en edelmoedigheid	

Voorwoord

Dit boekje is bedoeld voor een breder publiek. Het wil de filosofie van Spinoza op een toegankelijke en inzichtelijke wijze presenteren, zonder te veel filosofische ballast. *Spinoza*, in de 17de eeuw de *denker des Vaderlands*, kan nog steeds rekenen op een ruime belangstelling. Zijn hoofdwerk, de *Ethica*, maakt mensen steeds weer nieuwsgierig. Helaas worden velen ook steeds weer afgeschrikt door de ‘taal’ die Spinoza bezigt. En dat is jammer, want de *Ethica* is werkelijk een inspirerend boek. Daarom is het goed wanneer we enige hulp krijgen vanuit een invalshoek die het lezen van de *Ethica* kan verhelderen en transparanter kan maken. Dat is de bedoeling van dit boekje.

Met name wordt helder gemaakt hoe Spinoza voortdurend terugvalt op *de taal van het lichaam*. De geest, en daarmee ook onze geest, begeleidt het lichaam in zijn meest prachtige expressies. Tegelijk ontwikkelt Spinoza een godsbegrip dat vandaag de dag actueel zou kunnen zijn. Het is een God die zich laat kennen in de werking van de Natuur en daarmee in *een passieve en actieve kracht* van het lichaam. Passief is het lichaam als open systeem, dat uiterst flexibel reageert op invloeden van buiten. Actief is het lichaam als zijnskracht tussen andere zijnskrachten in de Natuur. In dit passieve en actieve lichaam vinden we, zo stelt Spinoza, een nieuwe liefde voor onszelf. Zij bestaat uit een speciale blijdschap die we kunnen voelen voor en in ons lichaam. De *Ethica* nodigt ons uit om ons te oefenen in deze blijdschap. Daartoe gaan we het menselijk lichaam begrijpen in zijn passieve en actieve kracht.

Spinoza definieert de passieve kracht vanuit alle inwerkingen die het lichaam ‘ondergaat’ en alle reacties die het lichaam daarop heeft. We leven in een lichaam dat op allerlei manieren in wisselwerking is met tal van andere lichamen in de wereld om ons heen. En via deze wisselwerking ontwikkelt het lichaam een geweldige kracht, die ons echter niet altijd tot voordeel strekt. Het sterkst voelen we dit in de dagelijkse emoties, die ons voortdurend heen en weer slingeren. Spinoza is er heel helder en realistisch over: het gaat om een passieve kracht in lichaam en geest die ons zowel sterker als zwakker kan maken. We voelen dit in onze blijdschap en droefheid. *Je hiervan bewust worden is de eerste oefening* die hij ons aanbiedt.

Vervolgens presenteert hij de actieve kracht van lichaam en geest, een kracht die ons terugvoert naar wie we werkelijk zijn. We voelen deze kracht in de emoties van geestkracht en edelmoedigheid. Het zijn actieve emoties die in ons een bijzondere blijdschap opwekken. Het gaat om ‘adequate’ ideeën in onze geest die de zijnskracht van het lichaam in een

helder licht zetten. Spinoza laat zien dat de natuur bestaat uit allerlei lichamen, die ieder op zich een autonome kracht hebben. De geesten bij al die lichamen weerspiegelen deze autonome kracht in adequate ideeën. Bijvoorbeeld wijst hij op de kracht die uitgaat van de democratie; eendracht maakt macht! *Daaruit bestaat de tweede oefening*, het werken met adequate ideeën.

Maar dat betekent niet dat de passieve kracht het gaat afleggen tegen de actieve kracht. De passieve kracht behoudt zijn 'impact'; wij zijn en blijven emotionele wezens. Alleen, we voelen nu onze dagelijkse emoties met een wat lichtere toets. We laten ons niet meer zo snel uit het veld slaan; we leven in zachte blijdschap met datgene wat ons overkomt. Ons leven wordt nu een voortdurende balans tussen de passieve en actieve kracht in onszelf. Ik ben niet meer een onrustige geest in een onrustig lichaam; ik maak nu, *dankzij de actieve kracht*, deel uit van een goddelijke kosmos, een eeuwige Natuur die alle lichamen en geesten laat bestaan als twee aspecten van één en hetzelfde.

En dat is de derde oefening in blijdschap, ik ga mezelf ervaren als expressie van een God die zich manifesteert in de werking van mijn essentie en existentie. *Ik ga intuïtief voelen wie of wat ik ben als eenheid van lichaam en geest* en waaruit mijn eigenlijke kracht bestaat. Het is een actieve kracht die mij rechtstreeks met God verbindt en die maakt dat ik naast geestkracht en edelmoedigheid ook een intellectuele liefde tot God ervaar. Tegelijk blijf ik ook sterk voelen hoe de krachten van de Natuur mijn leven verbinden met de wereld om mij heen via een passieve kracht. Maar ik beleef haar nu vooral als een mogelijkheid om mezelf in een enorme veelzijdigheid te kunnen ontplooiën.

Het is in de voortdurende verheldering van deze actieve en passieve kracht dat ik vrede en rust kan vinden in mezelf. Ik voel een nieuw soort zelfliefde en godsliefde. Ik ben een vrij mens die zich thuis voelt in een nieuwe, mysterieuze eenheid van lichaam en geest. Door Spinoza aldus leesbaar, toegankelijk en zinvol te maken, kan de *Ethica* hopelijk gaan uitgroeien tot een emotionele, rationele en spirituele ontmoeting.

1. Een inleiding tot Spinoza

Om Spinoza te kunnen begrijpen is enige verbale voorbereiding nuttig en nodig. Spinoza is niet zo maar te begrijpen. Ten eerste is zijn taal en denken afkomstig uit de 17de eeuw. En ten tweede wijkt Spinoza nogal af van het vertrouwde westerse denken. Daarom is het goed te beseffen hoe we Spinoza het beste kunnen lezen en begrijpen. Ik geef een voorbeeld. Spinoza stelt dat in de mens geest en lichaam parallel lopen. Wat moeten we hiervan denken?

Allereerst is het nuttig om na te gaan hoe we normaal gesproken omgaan met de begrippen lichaam en geest. Tegenwoordig is het woord geest wat minder gebruikelijk dan het woord bewustzijn. We begrijpen via het woord bewustzijn beter wat we bedoelen, namelijk het bewustzijn dat we hebben van de wereld en van onszelf. We zijn ons bewust van onze omgeving en van ons lichaam. Ook hebben we over het algemeen een duidelijk besef van onze emoties en gedachten. We zijn ons bewust van de taal die we spreken en hoe we die moeten spreken (hoewel dat vaak onbewust gaat!). En tenslotte weten we wie we zijn; we hebben zelfbewustzijn.

Wanneer we bij Spinoza lezen over geest en lichaam, dan kan het vaak geen kwaad om het woord 'geest' (in ons achterhoofd) te vervangen door het woord 'bewustzijn'. *Maar daarmee zijn we er niet.* Spinoza heeft een veel breder begrip van de geest dan puur het bewustzijn. Hij bedoelt er ook allerlei dingen mee die onbewust in ons geest kunnen plaatsvinden. Maar dat gaat bij hem heel ver; het gaat zelfs over dingen die wij normaal gesproken helemaal niet tot het domein van de (bewuste of onbewuste) geest zouden rekenen. In dit boek zal ik regelmatig citeren uit het hoofdwerk van Spinoza, de *Ethica*. In de meeste vertalingen wordt het woord 'geest' gebruikt. Spinoza geeft de volgende definitie van geest:

– *De geest is de idee van het lichaam* (*Ethica*, deel II, stelling 13).

Deze definitie wil laten zien dat geest en lichaam parallel lopen. De geest is niet alleen een idee, zij is ook een productie-orgaan van ideeën. Net zoals het lichaam allerlei handelingen en bewegingen produceert (zowel extern als intern!), net zo produceert de geest, exact parallel, ideeën van handelingen en bewegingen. De geest van Spinoza is een actief volgende geest; zij schaduwt intensief het actieve lichaam. En dan wordt de definitie veelomvattend: niet alleen is de geest de idee van het lichaam; zij is zelf ook en vooral een aaneenschakeling van ideeën die parallel lopen aan processen in het lichaam. Spinoza stelt heel simpel maar ook heel krachtig: *van alles wat gebeurt in het lichaam, daarvan heeft de geest een idee.* Dat is een opmerkelijke visie. Als bijvoorbeeld mijn netvlies de prikkel van

een lichtsignaal via de oogzenuw doorgeeft aan de hersenen, dan heeft de geest daarvan een idee. Uiteraard is dit een onbewust idee, want we zijn ons niet bewust van de zenuwstromen door onze zenuwen.

Wat moeten we hiervan denken?

Weliswaar zijn we vertrouwd met het idee dat er dingen onbewust kunnen gebeuren, en we zijn zo vrij om toe te geven dat het gaat om ideeën, die ergens in ons onderbewuste liggen opgeslagen. Maar dan gaat het vooral over ideeën die we verdrongen hebben, of die ergens in ons geheugen weggestopt zijn. Dat er ideeën zijn van zenuwstromen in ons lichaam, daar hebben we toch wel grote aarzeling over. We hebben de neiging om te zeggen dat het hier om puur materiële processen gaat, namelijk om processen die puur lichamelijk zijn, en waar het onbewuste niet aan te pas komt. Spinoza echter zal willen vasthouden aan zijn visie. De wereld zit nu eenmaal zo in elkaar; geest en lichaam vormen in zijn denken essentiële eigenschappen (attributen), waarmee de grondstructuur van de werkelijkheid kan worden begrepen.

Dat brengt ons bij het gebruik van de woorden 'lichaam' en 'geest' door Spinoza. Ze geven essenties weer van de wereld waarin we leven. We kunnen ze (helaas) niet goed begrijpen vanuit ons vertrouwde taalgebruik. Zo geeft het woord 'bewustzijn' niet goed weer wat Spinoza met het woord 'geest' bedoelt. We hebben dus te maken met begrippen die we ons eerst eigen moeten maken. We moeten de taal van de begrippen leren 'lezen'. En dat valt nog niet mee, gehinderd als we worden door ons westers denken. Zo werken velen van ons met een vertrouwd schema als we naar de wereld om ons heen kijken. We voelen ons dan een subject tegenover een object, opgesloten als we zijn in onze eigen innerlijke wereld. Via de taal zijn we in staat een brug te slaan naar de ander. Maar tegelijk staat de taal ook als een soort gordijn tussen mij en de ander. We zijn twee verschillende subjecten. En voor mij als subject blijft de ander altijd een object.

Spinoza kent het verschil niet tussen een subject en een object. Hij werkt met een ander schema als hij naar de wereld kijkt. Voor hem bestaat de wereld uit lichamen in de meest brede zin van het woord (sterren, planeten, bergen, oceanen, planten, dieren, mensen, maar ook geluid, licht, geur, emotie, aanleg, kracht, vrijheid). Er zijn geen subjecten in Spinoza's wereld; er zijn ook geen objecten. De wereld bestaat uit 'lichamen' en 'geesten'; het zijn woorden die verwijzen naar één en hetzelfde! Namelijk naar de essentie van alles wat bestaat. En die essentie luidt dat alles er naar streeft om in zijn bestaan te volharden, of het nu een ster is of een mens, een emotie of de vrijheid. Ook wij voelen die essentie als we ons gaan realiseren (conform Spinoza's begrippen van lichaam en geest) dat we lichamen en geesten zijn die er alles aan doen

om te bestaan. De wereld is gevuld met essenties, met strevingen, met voortdurende en aanhoudende pogingen om te bestaan en wel zo optimaal mogelijk te bestaan. Spinoza leidt ons een wereld binnen die we niet gewend zijn, een wereld die aan alles wat bestaat een gemeenschappelijke, fundamentele eigenschap geeft, namelijk te 'zijn'.

Hoe werkt dit door in het menselijk bestaan, bijvoorbeeld in het aspect van de taal? De taal is een interessante en geschikte invalshoek om enige greep te krijgen op Spinoza's denken. Ook de taal is een 'lichaam'! De taal is een samenstel van klanken die we horen en van tekens die we zien. Dat samenstel komt organisch voort uit het menselijk lichaam. Dat is wat de taal verbindt met het menselijk lichaam. Sterker nog, de taal is een voorbeeld van allerlei mogelijkheden die het lichaam biedt.

Ons lichaam is uiterst complex in zijn flexibiliteit en interacties met de wereld. Dat is een gegeven dat Spinoza bijzonder interessant en relevant vindt. Wij kunnen zien, horen, ruiken, proeven en voelen. Wij kunnen bewegen in de wereld, grijpen naar allerlei dingen en op allerlei manieren samenwerken met (of juist tegenwerken tegen) andere mensen. Wij kunnen plannen maken, beslissingen nemen en overgaan tot actie. Daarbij helpt ons de taal op een geweldige wijze. Maar tegelijk kunnen we ook zien hoe de taal is ontstaan uit de mogelijkheden van het lichaam. Beperken we ons tot de zintuigen. Daarmee vangen we rechtstreeks prikkels op uit onze omgeving. We verwerken die prikkels vervolgens met het complexe orgaan van onze hersenen. De hersenen geven als het ware een secundair commentaar op wat we primair ervaren met onze zintuigen. Zo maken ze van visuele prikkels een samengesteld neurale patroon, een materieel beeld, dat we tegelijkertijd met onze geest kunnen zien. De geest maakt dan van het materiële beeld een voorstelling.

Dit is waar taal mee begint, maar taal is natuurlijk meer dan dat. Nemen we Spinoza's voorbeeld van een appel. Stel, we horen iemand het woord 'appel' uitspreken en stel, we zien dat hij een bord met de tekst 'appel' omhoog houdt. Stel daarbij ook dat er in onze directe omgeving geen appel te zien is. Wat gebeurt er dan in het lichaam en tegelijk in de geest? Ons oor vangt de klank op, en ons oog valt op de tekst, d.w.z. op de tekens van die tekst. In de hersenen worden klank en tekens verwerkt tot een taal-patroon; onze geest produceert dan onmiddellijk voorstellingen van klank en tekens, voorstellingen die ons het gevoel geven dat we de klank 'horen' en de tekens 'zien'. Onze geest verheldert dus als het ware de taal-processen die in de hersenen plaatsvinden.

Maar er gebeurt meer. De hersenen verbinden aan de klank en tekst 'appel' ook een beeld van de appel dat opgeslagen ligt in het geheugen. Zonder dat beeld (dat materiële, neurale patroon) kunnen de hersenen

niet goed verder in hun taalproces. Het beeld maakt de appel tot een inzet, d.w.z. tot iets dat een functie heeft in het taalpatroon en de geest 'begrijpt' dat, d.w.z. de geest realiseert zich wat er gaande is in het lichaam. Zo roept het woord 'appel' in de hersenen een automatische beweging op om naar een appel te grijpen en als het kan hem op te eten. Het taalpatroon bestaat dan precies uit die beweging en het bevredigen van een eetbehoefte.

De geest weerspiegelt zich in dit complexe taalpatroon van het lichaam. Het vertaalt de bewegingen en patronen rechtstreeks in een parallelle productie van ideeën. De geest is in die zin een letterlijke reflectie, een heldere weerspiegeling van het lichaam. De geest grijpt zodoende precies wat het lichaam grijpt. En zo is de geest in staat tot 'begrijpen', tot helder maken. Maar dat betekent ook dat de geest zonder het lichaam niets kan. De geest heeft geen eigen kracht los van het lichaam. Spinoza ziet de geest één op één vastgeklonken aan het lichaam. De geest is geen subject, het lichaam geen object. Zoals gezegd, dit denkschema past niet op het denken van Spinoza. We zullen moeten wennen aan een geest die samen met het lichaam een 'onvoorstelbare' eenheid vormt.

Taal is in wezen iets functioneels; het helpt ons in ons voortbestaan. En zoals we gezien hebben, dat is voor Spinoza de essentie van de dingen, dat zij voortdurend bezig zijn in hun pogingen om optimaal te bestaan. Ook de taal heeft een essentie, namelijk een manier van bestaan die uiterst effectief werkt. Want taal is ook iets bijzonders. Weliswaar gaat het om taalpatronen die gekoppeld zijn aan bewegingen van het lichaam (zoals het grijpen van een appel), taal functioneert ook als de dingen die we begeren, niet direct aanwezig zijn! Dat is het bijzondere en tegelijk de kracht van taal.

Taal maakt het mogelijk om 'in gedachten' bij personen of dingen te zijn die niet direct aanwezig zijn. Sommige filosofen zien hierin de bevestiging dat wij subjecten zijn die ons kunnen afzonderen van de wereld om ons heen. Spinoza kan daar niets mee; voor hem geldt slechts de parallelle werking van lichaam en geest. Dus als wij 'in gedachten' zijn, dan is dat een proces waarin geest en lichaam tegelijk werkzaam zijn. Wij kunnen ons dus nooit opsluiten in ons bewustzijn, we zijn steeds verbonden met ons lichaam dat ons nooit in de steek laat. Sterker nog, het gevoel van 'innerlijkheid' is voor Spinoza juist een teken dat we bestaan uit een bijzondere eenheid van lichaam en geest. Het is het gevoel van een menselijk lichaam dat tot enorm veel in staat is, zowel via prikkels van buiten als via prikkels van binnen, zijnde reacties en processen van het lichaam.

Hoe kunnen we dit gebruiken als we Spinoza's Ethica lezen? Oftewel, wat is dat voor taal die Spinoza daar bezigt? En met welke bewegingen van het lichaam gaat die taal gepaard? De tekst van de Ethica is opgebouwd uit definities, axioma's, stellingen en bewijzen. Het lijkt er nu op alsof we te maken hebben met een puur abstracte taal die meetkundig is. Een taal waarin driehoeken en cirkels aan ons verschijnen als abstracte ideeën. Maar ook hier geldt dat Spinoza iets anders voor ogen heeft met zijn meetkundige taal. Het gaat om woorden en begrippen die primair hun oorsprong vinden in het lichaam. De geest is slechts een toeschouwer, een reflectie van de 'meetkundige' processen in het lichaam.

Hoe kunnen we dit 'begrijpen'? Nogmaals, dat lukt niet met een westers verstand, we moeten ons een soort van spinozistisch verstand eigen maken. Maar wat kunnen we dan 'denken'? Nemen we als voorbeeld de definitie van een cirkel. Volgens Spinoza begrijpen we de essentie van een cirkel op het moment dat we haar omschrijven vanuit haar ontstaan. De cirkel is de figuur die ontstaat door de rotatie van een lijn in een plat vlak rond een vast uiteinde. We voelen gelijk aan wat Spinoza bedoelt: neem een passer, zet de ene arm met de ijzeren punt vast op een plat vlak, en roteer de andere arm waaraan een potlood zit, zodat er een gekromde lijn verschijnt die in haar voltooiing een cirkel laat zien. De cirkel ontstaat dus vanuit de beweging, d.w.z. vanuit de lichamelijke beweging.

Dit voorbeeld is cruciaal. Het leert ons een aantal centrale begrippen in Spinoza's denken. En het helpt ons om dat denken niet alleen beter te begrijpen, maar ook om het toe te passen op ons eigen leven. We noemen als belangrijkste begrippen die we uit het voorbeeld van de cirkel kunnen leren: *lichaam, definitie, oorzaak en gevolg, in zichzelf zijn, het zijn zelf*.

We denken misschien dat we het begrip 'lichaam' wel begrijpen. Het zijn gewoon alle dingen van materiële aard. Maar waar het Spinoza om gaat is dat we *de essentie* van het lichaam (willen) begrijpen. De essentie, d.w.z. het zijn zelf, die kunnen we alleen maar begrijpen via een genetische definitie, d.w.z. via een definitie die het ontstaan en de werking van het lichaam beschrijft. Met andere woorden, om het ontstaan en de werking te kunnen beschrijven hebben we de taal nodig van oorzaak en gevolg. Oorzaak en gevolg spelen in Spinoza's denken een dominerende rol. Het is zaak om deze termen te gaan aanvoelen met een weerspiegelende geest. Dat wil zeggen met een geest die rechtstreeks kan reflecteren hoe de wereld precies in elkaar steekt en 'werkt'.

Keren we terug naar het voorbeeld van de cirkel. We hebben gezien hoe de cirkel tot stand komt met een passer. De beweging van de passer is de

oorzaak en het ontstaan van de cirkelvorm het gevolg. Volgens Spinoza begrijpen we nu de essentie van de cirkel. De essentie ligt besloten in de genetische definitie die precies beschrijft hoe de cirkel *tot stand komt in zijn cirkelende werking*. De passer is a.h.w. een symbool voor het ontstaans- en werkingsproces van de cirkel. Het gaat vooral om het proces zelf; of de cirkel nu ontstaat met een passer of met een touw rond een vast punt, of op een andere manier, dat maakt niet uit. De cirkel is het resultaat van een specifiek bewegingspatroon.

Een cirkel kan dus ook tot stand komen en werken zonder een passer. De cirkel is een lichaam dat tot stand komt via een ‘eigen’ beweging. Merk op, de cirkel is net zo goed een lichaam! Het is geen lichaamsvorm, maar een zelfstandig werkend lichaam. Bij Spinoza namelijk is alles wat door beweging tot stand komt een lichaam. Het begrip *lichaam* wordt door hem gezien als *een samengesteld iets dat via oorzaak en gevolg ontstaat en werkt*. Merk op hoe dominant hier de begrippen oorzaak en gevolg zijn. Zij bepalen in feite wat we onder lichamen gaan verstaan. Dus ook de cirkel is een lichaam. Het is een samengesteld iets dat via oorzaak en gevolg ontstaat en werkt. De werking van de cirkel zit met name in de ‘eigen’ beweging, de beweging die alle cirkels steeds weer opnieuw laat ontstaan.

Er is iets bijzonders aan deze ‘eigen’ beweging. De beweging laat zien hoe de cirkel a.h.w. vanuit zichzelf ontstaat. In de beweging voelen we al aan waar het naar toe gaat. We hebben hier te maken met een lichaam dat zich tijdens de beweging als vanzelf-sprekend aan ons toont. Anders gezegd, we maken hier kennis met een bewegingsverschijnsel dat als het ware in zichzelf blijft, ongestoord door andere lichamen. Cirkels zijn als het ware eigenwijze trotse lichamen die hun eigen gang gaan. We kunnen ze weliswaar verstoren, maar als we ze laten werken zoals ze zijn, dan zien we hun eigen kracht. We zien dan ‘het zijn zelf’ van de cirkel. En dat is een ‘eewig’ zijn!

Ik herhaal wat ik eerder al zei. Hoe kunnen we de taal gebruiken als we Spinoza’s *Ethica* lezen? Wat is dat voor taal die Spinoza daar bezigt? En met welke bewegingen van het lichaam gaat die taal gepaard? De tekst van de *Ethica* is opgebouwd uit definities, axioma’s, stellingen en bewijzen. Het lijkt er op alsof we te maken hebben met een puur abstracte taal die meetkundig is. Een taal waarin driehoeken en cirkels aan ons verschijnen als abstracte ideeën, die alleen de geest kan begrijpen. Maar ook hier geldt: de geest is slechts een toeschouwer, een reflectie van de ‘meetkundige’ processen in het lichaam.

Als we de Ethica lezen, dan lezen we niet alleen met onze geest maar ook met ons lichaam. Hoe reageert ons lichaam op definities, axioma’s, stellingen en

bewijzen? Bewijzen, zegt Spinoza, zijn de ogen van de geest, waarmee hij essentiële dingen ziet en waarneemt. De essentie van dingen ligt, zoals we zagen, besloten in de ‘genetische’ definitie. Het is een definitie die het ontstaan en bestaan van dingen ‘causaal’ beschrijft via oorzaak en gevolg. In de genetische definitie wordt de essentie van dingen als een soort ‘eigen’ beweging zichtbaar. Ons eigen lichaam is dus ook, net als de cirkel, te beschrijven met behulp van een ‘eigen’ beweging, een beweging die laat zien de vanzelf-sprekendheid waarmee het lichaam ontstaat en werkt. Onze geest ziet dan het lichaam in zijn eigen(lijke) kracht en wordt dus net zo doordrongen van haar eigen essentie.

De meetkundige trant waarin de Ethica is opgezet en uitgewerkt, is een taal die wil laten zien dat de wereld van lichamen en geesten, inclusief ons eigen lichaam en onze eigen geest, een wereld is van essenties, van vanzelf-sprekendheden, van ‘eigen’ bewegingen die puur en alleen uit oorzaak en gevolg bestaan. We komen terecht in een filosofisch spirituele wereld, een wereld waar de essentie van het lichaam en de essentie van de geest voortdurend door alles heen schijnen.

Dit is geen ongrijpbare wereld. Het is nog steeds een materiële wereld, maar nu zo intens gekoppeld aan een geestelijke wereld dat *de werking zelf* van alles wat leeft en beweegt, opeens in het volle licht staat. Wanneer we nu naar onszelf kijken en daarbij de taal toepassen die Spinoza bezigt in zijn Ethica, dan gebeurt er iets bijzonders met onszelf. We komen dan in aanraking met datgene wat ons wezenlijk verbindt met de wereld om ons heen. We laten ons dan opnemen in een enorm complex netwerk van oorzaak en gevolg. We voelen daarin een speciaal soort ‘eewigheid’.

Wat gebeurt er dan met onze emoties? Wat gebeurt er met ons zelfbeeld? Wat gebeurt er met de ander die naast ons staat in allerlei verbanden (familie, vereniging, staat)? Wat gebeurt er met de wereld zelf, hoe verandert zij in onze filosofisch spirituele ogen? En tenslotte, hoe kunnen wij onszelf terug vinden als deel van een groter geheel?

2. God of de Natuur

Spinoza begint zijn Ethica met een achttal definities. Hij beschrijft onder andere wat een substantie en wat God is, wat vrijheid en wat eeuwigheid is. Impliciet beschrijft hij ook wat oneindig is, namelijk als tegenhanger van eindigheid. Maar misschien het belangrijkste: hij beschrijft een bijzonder soort oorzaak, namelijk dat wat de oorzaak is van zichzelf, in het Latijn: *causa sui*.

Het gaat om een bijzondere eigenschap, namelijk datgene waardoor iets kan bestaan als oorzaak van zichzelf. Het toont een bepaald soort werking, waardoor dit 'iets' zich alleen als bestaand laat denken. Het gaat om iets dat *alleen vanuit zichzelf* bestaat. Spinoza gebruikt hier twee Latijnse woorden: *existentia* voor bestaan en *essentia* voor wezenlijk zijn. 'Bestaan' heeft doorgaans betrekking op de *tijdelijkheid* van iets. Ik besta nu, maar eerst bestond ik niet en later zal ik niet meer bestaan. 'Wezenlijk zijn' heeft betrekking op de essentie van iets. Wat het menselijk lichaam 'is' wordt wezenlijk bepaald door zijn eigen causale werking; het is iets dat eeuwig is puur en alleen door zijn 'genetische' definitie, weergegeven door een adequate idee. Maar wat is dit voor 'iets' dat *wezenlijk* vanuit zichzelf *bestaat* en dus *eeuwig* bestaat doordat het alleen nog maar vanuit zichzelf werkt?

Keren we nog even terug naar het menselijk lichaam. Spinoza ziet het lichaam als een complexe machine. Als het op enig moment ontstaat, ontplooit het zich niet alleen als een open systeem, maar het functioneert ook *op* eigen kracht. Enerzijds wordt het lichaam in zijn ontwikkeling voortdurend gevoed door invloeden van buiten waardoor het kan groeien en bloeien, anderzijds is er ook een invloed vanuit het lichaam zelf die er voor zorgt dat het zich kan ontwikkelen als een samenhangend geheel. Het is een interne kracht die het lichaam als het ware voortdurend laat 'zijn'. Wat er ook gebeurt, het hart wil blijven kloppen, het bloed wil blijven stromen, de hersenen willen actief blijven. Het is alsof hier *in* deze interne kracht het lichaam de oorzaak is van zichzelf.

Nu is het goed om te beseffen, zegt Spinoza, dat bij een eindig lichaam bestaan en zijn nooit kunnen samenvallen.¹ Een lichaam is namelijk ook onderhevig aan krachten. Zodra een externe invloed het lichaam teveel wordt (bijvoorbeeld door uitputting, ondervoeding of een fatale ziekte) houdt het lichaam op te bestaan. Maar, en dat is het bijzondere van

1 'Zijn' moeten we steeds lezen als 'wezenlijk zijn'. Wat het lichaam *is* wordt wezenlijk bepaald door zijn werking. Het 'zijn' van het lichaam is een eeuwig zijn, bepaald door de eeuwige werking van oorzaak en gevolg. Maar dit staat los van het *ontstaan en bestaan*. Het lichaam ontstaat op enig moment en zijn bestaan is tijdelijk; zijn kracht legt het altijd af tegen andere, grotere krachten.

Spinoza's visie, de essentie of 'zijn' van het lichaam stopt niet, want *een essentie is eeuwig*. Zo wordt de essentie van een cirkel weergegeven in zijn definitie. We hebben het al eerder besproken. De cirkel is de figuur die ontstaat door de rotatie van een lijn in een plat vlak rond een vast uiteinde. Wat er ook gebeurt, als we de figuur van de cirkel construeren zoals de definitie het aangeeft, dan ontstaat steeds dezelfde figuur, namelijk een cirkel. Zo ook bij het menselijk lichaam. Wat er ook gebeurt, als een figuur ontstaat en functioneert conform de typisch menselijk biologische wetten (bijvoorbeeld tot expressie komend in de menselijke genen), dan ontstaat steeds dezelfde figuur. Natuurlijk zijn er allerlei varianten, maar de figuur is en blijft een mens.

Spinoza wijst ons steeds weer op de wereld van oorzaak en gevolg, een wereld die (voor het eerst in de 17de eeuw) door de wetenschap onderzocht en vastgelegd wordt in wetten van de natuur d.w.z. causale wetten die de oorzaak en het gevolg helder en duidelijk tonen. En deze wetten gelden altijd en overal, d.w.z. waar we ook kijken (nu, in de toekomst of in het verleden), we zien steeds lichamen (sterren en planeten, continenten en oceanen, planten en dieren) die zonder uitzondering hun ontstaan en werking ontleen aan processen van oorzaak en gevolg.

Zoals gezegd wijst Spinoza ons op het verschil tussen het zijn en het bestaan van lichamen. Voor alle lichamen geldt dat ze een eindig bestaan maar een eeuwig zijn hebben. Bestaan en zijn vallen niet samen. In die zin beschikken wij dus niet over een *causa sui*; er is geen oorzaak die er voor zorgt dat ons bestaan en ons zijn samenvallen. Wij bestaan niet eeuwig, terwijl onze essentie bestaat uit een eeuwig zijn. Met andere woorden, we hebben als eindige lichamen een tijdelijk bestaan, maar we hebben ook een essentie die ons eeuwig maakt.

Waar komt dan die eeuwigheid van onze essentie vandaan? Hoe komt het dat, toen we geconstrueerd werden en gingen functioneren als een menselijk lichaam, onze essentie als het ware tot leven kwam. Waar was die essentie voordat we geboren werden en waar blijft zij nadat we niet meer bestaan? Het antwoord is eigenlijk ontvullend simpel: die essentie zit in de definitie van ons mens-zijn. Dat wil zeggen, de essentie zit in de taal die Spinoza gebruikt voor ons mens-zijn. Het is zowel een taal van het lichaam als een taal van de geest. In het begrip 'mens-zijn' ziet Spinoza vooral de specifieke 'eigen' beweging van het lichaam!

Als we de *Ethica* lezen, dan lezen we niet alleen met onze geest maar ook met ons lichaam. Hoe reageert ons lichaam op de eerste acht definities? Spinoza meent dat de essentie van dingen besloten ligt in de definitie van dingen, d.w.z. in de wijze waarop ontstaan en werking van *de dingen zelf*

beschreven worden via oorzaak en gevolg. Ons eigen lichaam is, net als de cirkel, te beschrijven met behulp van een soort 'eigen' beweging, een beweging die a.h.w. de vanzelf-sprekendheid laat zien waarmee het lichaam ontstaat en werkt. Het is een vanzelf-sprekendheid die logisch volgt uit de typisch menselijk biologische wetten. Wetten die niet alleen laten zien hoe het hart klopt of het bloed stroomt, maar die ook de zelf-organiserende kracht van het lichaam tot expressie brengen. Onze geest ziet dan het lichaam in haar eigen(lijke) kracht en wordt dus net zo doordrongen van haar eigen essentie.

Met zijn achttal definities (o.a. wat een substantie en wat God is, wat vrijheid en wat eeuwigheid is) scheidt Spinoza de noodzakelijke, zeg maar 'logische' wereld waarin lichamen en geesten parallel hun 'eigen' beweging voltrekken. Zonder deze definities had de hele Ethica geen zin. Zij vormen de fundamentele bouwstenen van Spinoza's denken. Wat de Ethica laat zien is een diepe symmetrie tussen de zijns-orde (de wereld van de lichamen, inclusief zijn eigen lichaam) en de denk-orde (de wereld van de geesten, inclusief zijn eigen geest). En met die symmetrie wordt in eerste instantie uitgedrukt *dat* er zo iets bestaat als een symmetrisch gestructureerde wereld en vervolgens *wat* dat dan is waaruit die symmetrie bestaat.

We hebben gezien hoe Spinoza via zijn definitie van *causa sui* (dat waardoor iets zichzelf veroorzaakt in zijn 'bestaan') twee soorten van dingen onderscheidt: a) eindige dingen zoals de cirkel die we tekenen slechts kort 'bestaat' en b) eeuwige dingen die via hun genetische definitie puur en alleen 'zijn', zoals de adequate idee van de cirkel. Het gaat om existentie en essentie, die, normaal gesproken, niet samenvallen. Maar de definitie van 'causa sui' suggereert dat er *iets moet zijn* waarin bestaan en zijn, existentie en essentie, wel degelijk samenvallen. Dus iets dat tegelijk *bestaat en is*, oftewel iets, waarvan gezegd kan worden dat het zonder meer de oorzaak is van zichzelf. Het is geen eindig iets, of het nou een menselijke lichaam is of een cirkel. Dus moet het *een oneindig iets* zijn. Maar wat voor 'iets' kan het dan zijn? Dat brengt ons bij de definitie van de substantie: *datgene wat in zichzelf is* (Latijn: *id, quod in se est*) *en door zichzelf wordt begrepen* (Latijn: *et per se concipitur*). Deze definitie is een ware vondst. We voelen intuïtief aan wat hier bedoeld wordt. En we zien hier de zijns-orde (dat wat in zichzelf is) en de denk-orde (dat wat door zichzelf wordt begrepen) keurig parallel verschijnen. We voelen het aan met ons lichaam en met onze geest! Er is iets in ons lichaam dat *in zichzelf is* en er is tegelijk iets in onze geest dat zich *door zichzelf* begrijpt. Het substantie-begrip van Spinoza is een waar feest. We zullen het niet hebben over de ontwikkeling van dit

begrip gedurende de geschiedenis van de filosofie. We zullen het hebben over de kracht die Spinoza aan dit begrip heeft meegegeven.

Als nadere uitleg vermeldt Spinoza dat de substantie iets is waarvan het begrip niet het begrip van iets anders nodig heeft op grond waarvan het gevormd (geconstrueerd) moet worden. De cirkel heeft nog de beweging van de passer nodig om geconstrueerd te worden, het menselijk lichaam heeft de typisch menselijk biologische wetten nodig om gevormd te worden. De substantie echter heeft aan zichzelf genoeg om geconstrueerd en gevormd te worden. Terwijl voor de cirkel en het menselijk lichaam de oorzaak vooraf gaat aan het gevolg, geldt voor de substantie dat oorzaak en gevolg samenvallen. De substantie is de oorzaak van zichzelf! We hebben hier te maken met een bijzonder 'iets'. In de substantie komen bestaan en zijn (existentie en essentie) samen. We zien hier *de grond van alle bestaan en zijn* (van alle existenties en essenties!).

De essentie van de substantie is 'het oorzaak zijn van zichzelf', oftewel het 'doen samenvallen van zijn en bestaan'. Daarmee zegt Spinoza in feite *dat* er een diepere werkelijkheid is, dat zij bestaat. Maar we weten dan nog niet echt *wat* deze diepere werkelijkheid is, wat het is dat bestaat. Oftewel, waaruit bestaat de substantie eigenlijk? Wat is het dat haar 'vormt'? Dat kan alleen een bepaalde definitie zijn, een definitie waarin duidelijk wordt hoe de essentie van de substantie zijn 'vorm' krijgt. Het is in de definitie van *het attribuut* dat we kennis maken met dit 'wat', d.w.z. via het attribuut leren we begrijpen wat we onder een eigenschap van de substantie kunnen verstaan: *iets dat het verstand kent als vormende (construerende) de essentie van een substantie*. Uit het vervolg in de Ethica blijkt dat de substantie twee wezenlijke eigenschappen heeft waardoor we weten *wat* ze is, behalve *dat* ze is.

De essentie van de substantie is *zowel dát* ze bestaat *via* het causa sui, *alook wát* ze is *via* de attributen die haar 'vormen'. De substantie bestaat uit 'Denken' en 'Uitgebreidheid', twee aspecten van één en hetzelfde: de denk-orde en de zijns-orde die parallel moeten lopen om als twee aspecten van één en hetzelfde (namelijk de zichzelf veroorzakende werking) te kunnen functioneren. We herkennen het onderscheid tussen lichaam en geest en begrijpen nu iets beter Spinoza's definitie van de geest als idee van het lichaam.

Tot zover heeft Spinoza zijn gedachten goed 'gevormd'. Maar nu verschijnt een cruciaal thema en dat is de vijfde definitie. Hoe worden wij als eindige wezens gekoppeld aan dan wel verbonden met de substantie?

De parabel van de westerling

Er was eens een mens die dacht dat hij almachtig was. Hij maakte gereedschap, hij bouwde bruggen, boten en huizen, hij brandde bossen af en irrigeerde moerassen tot vruchtbaar land. En hij ging maar door en door. Hij voelde zich de absolute meester van de wereld.

Wat hij vooral voelde was zijn machtige geest, veel sterker dan zijn zwakke lichaam. De taal die hij sprak was de taal van zijn geest, niet de taal van zijn lichaam. Het waren zijn denken en de taal van zijn denken, waarmee hij de wereld, inclusief zijn eigen lichaam, kon beheersen.

Dankzij zijn machtige geest onthulde hij de geheimen van de wereld. Zoals de ervaring leerde was de materie een kneedbare massa, onderhevig aan de simpele wetten van oorzaak en gevolg. Hoe je een kogel moest maken was geen probleem en hoe je hem moest afschieten ook niet.

Deze mens met zijn machtige geest vroeg zich af waar die wetten van oorzaak en gevolg vandaan kwamen. En toen voelde hij perfect aan dat ze moesten komen van een nog machtiger geest. Dat was voor hem een openbaring! En hij gaf aan die nog almachtiger geest de naam God.

Spinoza kent de parabel van de westerling. Althans, hij heeft hem leren kennen uit ervaring. Maar nu moet hij er op reageren en dat doet hij via een bijzondere relatie tussen God en de dingen, de mens niet uitgezonderd. Zo formuleert hij een bijzondere definitie van wat een ding (inclusief de mens) in essentie is:

– *Onder een modus (= ‘wijze’ van zijn) versta ik (Spinoza) de ‘aandoeningen’ van een substantie, m.a.w. een zaak die in iets anders is, waardoor men haar ook begrijpt.*

Dit is een revolutionaire definitie! En zij hangt samen met de revolutionaire taal die Spinoza bezigt. Zoals al eerder gezegd, dit is niet de taal van een subject dat een object beschrijft. Het is niet de taal van een almachtige geest die de wereld aan zich onderwerpt. Nee, dit is de taal van ‘een zaak’ die ‘in iets anders is’. *Het is de taal van de werkelijkheid zelf.* Zo ‘spreekt’ de substantie, namelijk via het werkelijk bestaan van het lichaam, d.w.z. via de essentie van het lichaam. Wij zijn samen met alle dingen essentiële ‘aandoeningen’ van de substantie. Wij zijn niets anders dan ‘expressies’ van de substantie. *Zo ‘spreekt’ de substantie via ons lichaam.* Wij zijn modi, oftewel wijzen van ‘zijn’, d.w.z. dingen die in iets anders zijn waardoor we ook onszelf (echt) begrijpen.

Men moet dit (als mens en als lezer) maar eens rustig laten indalen. Spinoza is net als wij een modus van de substantie. Hij is niet meer die machtige geest die wij hem als westerling graag toedichten. Hij is een zijns-wijze van de substantie. En hij spreekt de taal van het lichaam die gereflecteerd wordt in zijn geest.

Nu we weten wie we in wezen zijn en hoe we ons wezenlijk verhouden tot de substantie, vindt Spinoza het tijd worden om over te stappen naar zijn zesde definitie:

– *Onder God versta ik (Spinoza) een volstrekt oneindig zijnde, d.w.z. een substantie samengesteld uit oneindige attributen, waarvan ieder een eeuwig en oneindige essentie tot uitdrukking brengt.*

We zijn inmiddels gewend aan de termen substantie, attribuut, eeuwig, maar nu wordt een nieuwe term uitdrukkelijk naar voren gebracht: (absoluut) oneindig. En natuurlijk ook de term ‘God’, die hier voor het eerst verschijnt. Er is in Spinoza interpretaties veel te doen over deze term. Zou zij niet vervangen kunnen worden door de term Natuur? Dat doen we hier niet; we zullen de term ‘God’ blijven gebruiken omdat ons lichaam op de een of andere manier *reageert* op deze term. We geven hier alvast een voorbeeld, maar we komen er nog vaker op terug.

Ons lichaam is eindig. Dus als we lezen over iets dat oneindig is (namelijk God), dan reageert ons lichaam. Met name in ons taalgebruik ontstaat een patroon dat grenzen wil doorbreken. We maken kennis met bepaalde werkingen van onze taal. Blijkbaar heeft het lichaam een vermogen om over termen als eindigheid of begrensdheid heen te springen en op de een of andere manier oneindigheid of onbegrensdheid ‘aan te voelen’. *Het lichaam voelt dan als het ware zijn eigen werkelijkheid ‘in essentie’ (in se esse).* Zouden we dit niet lichamelijk kunnen aanvoelen, dan zouden we het ook niet geestelijk kunnen uitdrukken in adequate ideeën. Dat is heel apart bij Spinoza, dat hij op deze manier een sterke kracht toekent aan het menselijk lichaam en parallel aan de menselijke geest.

Maar wat kunnen we verstaan onder het begrip ‘God’ bij Spinoza? En wat verstaat hij onder ‘Natuur’? Nergens in de Ethica geeft Spinoza een definitie van de term natuur. Wel spreekt hij over een naturende natuur en een genatuurde natuur.

– Onder naturende natuur verstaat Spinoza iets wat op zichzelf bestaat en uit zichzelf wordt begrepen.

– Onder genatuurde natuur verstaat hij alles wat uit de noodzakelijkheid van Gods natuur volgt.

De naturende natuur bestaat dan uit God met zijn attributen en de genatuurde natuur uit alle modi die logisch uit die attributen volgen.

Begrijpen we hiermee de God van Spinoza?

Eigenlijk nog niet goed, want het begrip ‘natuur’ wordt nu een puur causaal en logisch begrip. Maar als we deze omschrijvingen laten *inwerken* op ons lichaam, dan voelen we iets bijzonders. We voelen dan hoe het lichaam reageert, oftewel, hoe het beweegt als reactie op Spinoza’s

formuleringen. En het is in die ‘beweging’ dat de oneindigheid en onbegrensdsheid een concrete invulling krijgt.

We voelen dan hoe ons lichaam *zijn eigen(lijke) werking* gaat ervaren *als deel van* een oneindige en eeuwige *causale* werking. We ervaren God als de ultieme oorzaak van alle oorzaken. En we voelen hoe onze geest deze ervaring van het lichaam weerspiegelt *als deel van* een oneindige en eeuwige *logische* werking. We ervaren God als de noodzakelijke bron van alle essenties. Met andere woorden, *God* wordt dan *symbool voor* datgene wat wij in onszelf – d.w.z. in ons lichaam en in onze geest – als *het meest werkelijke* ervaren.

In het Aanhangsel bij deel I van de Ethica geeft Spinoza een onthutsend beeld van zijn God. Maar dat beeld is goed te begrijpen als tegenhanger van de God die de westerling zich voorstelt. Spinoza wordt hier nogal venijnig. We zien nu iets van zijn emotionaliteit. Hij ergert zich aan de voorstellingen die wij normaal gesproken van God hebben. Hij weet ze ook heel precies te benoemen. Het gaat om allerlei vooroordelen die terug te voeren zijn op één algemeen vooroordeel, namelijk:

– *dat alles in de natuur, net als de mensen zelf, gericht is op een doel.*

Het is wel even slikken dat we hierop aangesproken worden. Natuurlijk werken wij mensen vanuit een doel. Waarom zou de natuur, en met name God, dat dan ook niet doen? Maar Spinoza is onverbidlijk. *God heeft geen doel met zijn schepping.* Sterker nog, als God een oneindige substantie is, dan heeft hij (of het) ook helemaal geen doel nodig. Hij is niet gebonden aan een doel, hij is zijn eigen doel, d.w.z. zijn eigen oorzaak. Het begrip ‘doel’ wordt door Spinoza via God uit de wereld verwijderd.

Wat blijft er dan (nog) over? Wat er overblijft is *een nieuwe taal*, een taal die spreekt via de werking van lichamen en geesten. De God van Spinoza is een spirituele mogelijkheid om onszelf in ons lichaam en in onze geest op een nieuwe manier te ervaren. We zijn niet meer een subject tegenover een object. We zijn nu pure expressies van de substantie. We nemen deel aan Gods eeuwige werking via oorzaak en gevolg in ons lichaam en via stellingen en bewijzen in onze geest. *God wordt de taal waarmee we de werkelijkheid van onze emoties gaan begrijpen.* Een taal die ons helpt bij het vinden van een nieuwe zelfliefde en een nieuw zelfbeeld.

3. De mens als lichaam en geest

De taal van de Ethica is de taal van God, d.w.z. van Spinoza's God. Als we in de Ethica lezen, dan lezen we de gedachten van God, d.w.z. van Spinoza's God. Het is een bijzondere taal die in geen enkel ander filosofisch boek te lezen is. Het zijn dan ook geen westerse gedachten zoals van een God die de wereld bedenkt. De God van Spinoza bedenkt niets; hij (of het) reflecteert in zijn verstand wat er gebeurt in de wereld. Bij hem zijn denken en zijn één.

Bij een westerse God hoort de geest tot zijn wezen: God *is* geest. Maar bij Spinoza is de geest een gevolg van God: hij (of het) produceert lichamen en ideeën, inclusief de idee van zichzelf, namelijk zijn geest of verstand. Met andere woorden: God is geen geest, God *is* een bron. En dan is de vraag: wat voor taal hoort bij deze bron? Oftewel, hoe 'spreekt' de God van Spinoza nadat hij zijn eigen geest heeft geproduceerd uit zijn oneindige bron van zijn?

We hebben al eerder gezien en besproken dat de taal die Spinoza in de Ethica bezigt, in eerste instantie de taal is van het lichaam. Laten we dit opnieuw bespreken, want zo vertrouwd is ons deze taal niet. Spinoza laat de taal ontstaan vanuit het lichaam. Dat op zich is al opmerkelijk. We hebben immers het idee dat taal iets is van onze geest; met taal drukken we gedachten uit. En gedachten zijn geen producten van het lichaam maar van de geest.

Spinoza ziet het anders. De taal is een samenstel van klanken die we horen en van tekens die we zien. Dat samenstel komt organisch voort uit het menselijk lichaam. We kunnen zien, horen, ruiken, proeven en voelen. We kunnen bewegen in de wereld en grijpen naar allerlei dingen; we kunnen samenwerken met andere mensen of ze tegenwerken; we kunnen plannen maken, beslissingen nemen en overgaan tot actie. En bij dit alles helpt de taal op geweldige wijze, via klanken en tekens die we koppelen aan bewegingen van het lichaam.

We bespraken het voorbeeld van de appel en we bespraken het voorbeeld van de cirkel. De begrippen 'appel' en 'cirkel' zijn enkel en alleen de reflecties van lichamelijke handelingen; bij de appel het grijpen en eten, bij de cirkel het construeren met een passer. Ook als de appel of cirkel niet direct aanwezig zijn kan het lichaam de beelden ervan terug halen via het geheugen in de hersenen. En van die beelden hebben we dan in onze geest een voorstelling. Zo ziet de geest hoe de taal en de cirkel zich via het lichaam 'ontplooiën'.

Laten we nu eens kijken naar de taal van *de geest als idee van het lichaam*. Het is niet voor niets dat Spinoza in deel II van de Ethica expliciet gaat

spreken over de menselijke geest, zodat we haar niet verwarren met de geesten van andere lichamen. En dan heeft Spinoza het ook nog over de individuele geest, d.w.z. de geest die iemand persoonlijk heeft van zijn lichaam. Met andere woorden, Spinoza confronteert eenieder van ons met de werking van zijn/haar geest in zijn/haar lichaam. *Zo moet ik de Ethica lezen, ervarend wat er gebeurt in mijn geest als idee van mijn lichaam.*

En dan heeft Spinoza een verrassing voor ons in petto. En wel een verrassing die consequent volgt uit zijn bewijs dat onze geest de idee is van ons lichaam. Hij concludeert namelijk dat:

– *het menselijk lichaam bestaat zoals wij het waarnemen* (E2/13, Toegift).

Dit is een fascinerende conclusie met verstrekkende gevolgen. Het zegt iets belangrijks over onze ‘existentiële’ toestand. Wij zijn als het ware in de wereld geworpen met een lichaam. En wel met een heel complex lichaam.

Er ontstond in de 17de eeuw een objectieve kennis van de anatomie en fysiologie van het menselijk lichaam. Men begon te begrijpen hoe het menselijk lichaam is opgebouwd en hoe de verschillende delen van het lichaam op ‘mechanische’ wijze samenwerken. Bijvoorbeeld werd ontdekt dat het hart het bloed in het lichaam rond pompte. Dat gaf gelijk een beeld van de werking van de longen die energie (zuurstof) opnamen en afgaven aan het bloed en van de werking van de organen die gestimuleerd werden door passerend energierijk (zuurstofrijk) bloed. Ook al had men nog geen besef van de cellen waaruit de organen zijn opgebouwd, toch zag men al hoe het lichaam kon functioneren als een complex mechanisme, waarin energie zorgde voor de noodzakelijke bewegingen.

Merkwaardig genoeg gaat Spinoza niet aan de slag met deze kennis van het lichaam. Als hij heeft over ‘de geest als idee van het lichaam’, dan is hij niet zozeer geïnteresseerd in het lichaam als een complex mechanisme, maar veel meer in het lichaam als *een naar de wereld geopend organisme*, een organisme dat bestaat en leeft dankzij allerlei invloeden die het van buitenaf ondergaat. Spinoza wil als het ware in de huid van het lichaam kruipen. Wat betekent het als we zeggen: We *zijn* ons lichaam? Wat betekent het als ik zeg: Ik *ben* mijn lichaam? Het gaat er dan niet om wat we zijn als complex mechanisme met onze anatomie of fysiologie, maar het gaat er om wat we zijn als een in de wereld levend en functionerend lichaam. Hoe ervaar ik dagelijks mijn lichaam? Wat neem ik dan waar? Hoe voelt mijn lichaam aan? Wat ervaar ik in en met mijn lichaam, existing in de wereld?

A. Het lichaamsgevoel

Wat wij dagelijks met onze geest ‘waarnemen’ of ‘voelen’ is het lichaam als ‘open systeem’, d.w.z. het lichaam dat (midden in de wereld) allerlei invloeden ondergaat. Ons lichaam staat naar alle kanten open, en dat is wat onze geest waarneemt en voelt. De geest is de idee van een naar de wereld geopend lichaam. En dan zegt Spinoza: het lichaam bestaat zó als wij het waarnemen. En hij bedoelt daarmee:

– *Ik ervaar mijn lichaam zoals het aanvoelt in allerlei inwerkingen.*

Het gaat vooral om invloeden van buiten die allerlei inwerkingen op het lichaam veroorzaken. Die invloeden zijn voor ons van levensbelang. Spinoza wijst ons er op in zijn postulaten van het lichaam, met name in de postulaten III en IV:

– De enkelingen die het lichaam samenstellen (bijv. de organen en zintuigen) en bijgevolg het menselijk lichaam zelf (het lichaam zoals het functioneert als open systeem) ondervinden op tal van wijzen inwerking van voorwerpen van buiten.

– Het menselijk lichaam heeft, om te kunnen voortbestaan (= te volharden in het bestaan), tal van andere voorwerpen nodig, waardoor het als het ware voortdurend wordt herboren (telkens opnieuw weer tot bestaan gebracht).

En deze postulaten gebruikt Spinoza in stelling 14 van deel II, om te bewijzen dat wij met dit lichaam als ‘open systeem’ bijzonder krachtig zijn. Het is een lichaam dat de geest op allerlei wijzen kan ‘voeden’:

– De menselijke geest is in staat zeer veel in zich op te nemen, en hij is daartoe des te geschikter, *naarmate zijn lichaam op meer wijzen inwerkingen kan ondergaan.*”

Het is *de functie van de inwerkingen* dat zij signalen geven aan het lichaam waarmee én zodat ik kan leven en functioneren als een gezond lichaam en een gezonde geest. Want mijn geest *weerspiegelt* deze signalen, en dat doet zij in een lichaamsgevoel, d.w.z. in de manier waarop het lichaam wordt ‘gevoeld’ of ‘ervaren’. Een paar simpele voorbeelden ter verduidelijking:

– *Ik ervaar mijn lichaam in het hebben van honger, slaap of pijn;* ik krijg honger omdat mijn lichaam, met name de maag, voedsel nodig heeft, ik krijg slaap omdat mijn lichaam, met name mijn brein, een rustperiode nodig heeft om van alle indrukken te kunnen herstellen; ik krijg pijn omdat iets mijn lichaam ergens heeft verwond of het op een of ander manier heeft verzwakt.

– *Ik ervaar mijn lichaam in het zien of horen van iets;* ik heb lichtstralen nodig om iets te kunnen zien, waarbij mijn oog is gespecialiseerd in het verwerken van licht, en ik heb geluidsgolven nodig om iets te kunnen horen, waarbij mijn oor is gespecialiseerd in het verwerken van geluid;

daarbij is mijn brein gespecialiseerd in bewust zien en horen. Ik zie en hoor *met en door* mijn lichaam.

– *Ik ervaar mijn lichaam in het voelen van blijdschap of droefheid*; ik heb andere mensen nodig om te kunnen samenleven. Via de emoties kan ik mij gaan verhouden tot de ander. De belangrijkste zijn blijdschap en droefheid die mij respectievelijk liefde en haat geven. De emoties bestaan uit inwerkingen op mijn lichaam die mijn kracht versterken of verzwakken. Aldus kan ik heel intens ervaren hoe andere lichamen op mij inwerken.

Spinoza heeft in zijn Ethica een bijzondere manier gevonden om het lichaamsgevoel dat we dagelijks hebben, nader te beschrijven. Hij doet dat eerst in algemene termen via een kennis-analyse van de ‘inwerkingen’: hoe kennen we ons lichaam? We hebben, zegt hij, enkel inadequate kennis van ons lichaam (lees daartoe de stellingen 19 t/m 31 in deel II). En dan gaat hij zich in deel III van de Ethica intensief concentreren op de analyse van onze emoties. Hij probeert de inadequate kennis die de emoties dagelijks in ons teweegbrengen, te beschrijven in adequate bewoordingen. Oftewel, hij wil ons laten *begrijpen hoe de emoties ‘echt’ werken*, zodat we ons gaan realiseren wat er eigenlijk met ons gebeurt wanneer we emoties ervaren.

Maar Spinoza heeft mijns inziens nog een diepere bedoeling met zijn beschrijving van ons lichaamsgevoel. Ik geef hier een eigen interpretatie die kan helpen een diepere boodschap in de Ethica te horen. *Mijn interpretatie* is gebaseerd op bepaalde teksten, met name op die teksten die willen getuigen van *de kracht van het lichaam*. (zie ook achterin het schema bij dit hoofdstuk 3). Spinoza begint daar pas over te praten in deel IV van de Ethica, bijvoorbeeld wanneer hij deugd en vermogen definieert (def. 8);

– “*Onder deugd (kracht) en vermogen (macht) versta ik hetzelfde. D.w.z. deugd is, voor zover zij betrekking heeft op de mens, het wezen of de natuur van de mens zelf, voor zover die natuur het vermogen bezit dingen tot stand te brengen, die uit de wetten van deze natuur alleen reeds verklaarbaar zijn.*”

Spinoza wijst in deze definitie met name op *een actieve kracht*, d.w.z. een kracht die het lichaam en de geest vanuit zichzelf hebben. Maar er is in de Ethica, volgens mijn interpretatie, ook sprake van *een passieve kracht* van lichaam en geest. En dat is de kracht van het lichaam als open systeem, d.w.z. van het lichaam dat door zijn complexe werking allerlei *invloeden van buiten* kan aanwenden om in zijn bestaan te volharden. Het is de kracht van een lichaam dat midden in de wereld moet zien te overleven.

Ik merk aan alles dat Spinoza onder de indruk is van de passieve kracht van het lichaam. Dat is dus de vertrouwde kracht waarmee en waarin we

dagelijks leven. En het is, zo hoor ik Spinoza denken, niet voor niets een belangrijke kracht. Want daardoor kunnen we blijven leven. Het lichaam toont in z'n 'passiviteit', d.w.z. in het ondergaan van allerlei inwerkingen (als reactie op allerlei invloeden van buiten), *een veelzijdige werking*. Dat is *een serieuze kracht* van het lichaam. Het is een kracht die we kunnen beseffen wanneer we het lichaam waarnemen. Dat we *kunnen* zien met onze ogen, hoe krachtig is dat! Ons lichaamsgevoel vertelt ons niet alleen over wat ons lichaam aan inwerkingen 'ondergaat', maar juist daardoor ook over de passieve kracht waarmee het werkt.

Naast deze passieve kracht plaatst Spinoza een actieve kracht. Het lichaam toont in zijn passiviteit al een sterke veelzijdigheid, maar wat gebeurt er als we het lichaam gaan 'waarnemen', gaan 'voelen' vanuit zijn eigen activiteit, d.w.z. vanuit het lichaam als oorzaak van zichzelf. Dat is wat Spinoza gaat onderzoeken. Stel dat er naast een passieve ook een actieve kracht bestaat, wat kan ik dan ervaren en beseffen aan kracht. Hij ontdekt in zijn Ethica dat er inderdaad een nieuw soort veelzijdigheid van het lichaam bestaat. Het is een 'samengaan' van essenties. Dat kan zijn via rationele samenwerking tussen mensen: eendracht maakt macht. Maar het kan ook via de veelzijdigheid en complexiteit van de natuur zelf: de natuur als één lichaam, oftewel de orde van de natuur.

De opgave bij het lezen van de Ethica is om naast onze passieve kracht ook een actieve kracht in ons leven te gaan ervaren. Het is niet zo dat we ons lichaamsgevoel zouden moeten wantrouwen; het is ons juist zeer vertrouwd. Maar wel dat we *begrijpen* wat onze geest *doorgaans* doet wanneer zij het lichaam waarneemt. Onze geest produceert allerlei voorstellingen die niet het lichaam als essentie betreffen (d.w.z. het lichaam zoals het functioneert vanuit zichzelf), maar die het lichaam als voortbestaan betreffen, namelijk het lichaam zoals het voortdurend wordt onderhouden (of herboren) in zijn bestaan via inwerkingen die nuttig en nodig zijn.

Spinoza karakteriseert de kennis die we van het lichaam hebben via zijn inwerkingen als *inadequate kennis*, als kennis die niet de essentie van het lichaam raakt. Het is inadequaat doordat het geen heldere kennis is; weliswaar ervaren we duidelijk de inwerkingen op het lichaam, maar dat zijn allemaal invloeden van buitenaf die door het lichaam als het ware 'omgevormd' en 'vervormd' zijn (puur voor eigen gebruik), waardoor we de ware aard van die invloeden niet meer (kunnen) kennen. *Ons vertrouwde lichaamsgevoel is dus een inadequaat gevoel*. Niet dat dit gevoel *als* gevoel onjuist is; het blijft een vertrouwd gevoel. Maar wel dat het ons geen adequate kennis verschaft over de wereld en over onszelf.

B. Essentie en existentie

Spinoza is realistisch en hij nodigt ons uit om ook realistisch te worden. Ieder mens met zijn lichaam en zijn geest weet zichzelf, als hij/zij daar goed over nadenkt, *omsloten door een lichaamsgevoel*. De omgangstaal die we dagelijks gebruiken, versterkt ons in dat gevoel, zonder dat we dat echt in de gaten hebben. Alle gesprekken die we met elkaar voeren, verlopen via inwerkingen op ons lichaam. Alle emoties die we dagelijks met elkaar delen, verlopen via wederzijdse inwerkingen. Gelukkig maar.

Het is dus echt een opgave om bij het lezen van de Ethica ons normale, vertrouwde lichaamsgevoel voor even op afstand te zetten. En eigenlijk kan dat ook helemaal niet! Hoe moeten we dat doen, gekluisterd als we zijn aan een lichaam dat we laten bestaan zoals we het waarnemen. Dat maakt het lezen en begrijpen van de Ethica tot een uitdaging. Het lijkt er op alsof we onszelf zouden kunnen los maken uit dat lichaamsgevoel via het ontwikkelen van adequate kennis als tegenwicht tegen inadequate kennis. Maar dat gaat niet zo maar.

Spinoza is realistisch; hij wordt zelf in zijn geest ook omsloten door een lichaamsgevoel. Hij kan niet anders dan zijn eigen lichaam waarnemen via de inwerkingen en reacties die dat lichaam ondergaat. *Zijn lichaam bestaat zoals hij het waarneemt*. En dat weet hij! Daarom besteedt hij in zijn Ethica ook zoveel aandacht aan die situatie; een existentiële situatie waarin ieder van ons noodzakelijk verkeert. Daarom ook nodigt hij ieder van ons uit om zelf realistisch te worden, d.w.z. om zelf zijn/haar eigen existentie te erkennen en verkennen. En wel samen met zijn/haar essentie.

We moeten Spinoza niet zien als een moderne humanist die de mens centraal stelt. We moeten hem en zijn Ethica juist leren begrijpen vanuit een boven-menselijk standpunt; een perspectief dat ons laat voelen hoe zeer wij onderworpen zijn aan de krachten van de natuur. Maar dat zijn niet alleen bedreigende krachten die ons overrompelen en stuurloos maken. Er zijn ook constructieve krachten die ons in ons mens-zijn extra energie en sturing geven.

In de Opmerking bij stelling 13 uit deel II van de Ethica merkt Spinoza op:

1. Naarmate enig lichaam geschikter dan andere is om velerlei tegelijk te doen en te ondergaan, zal ook zijn geest geschikter dan andere zijn om velerlei in zich op te nemen.
 2. Hoe meer verrichtingen van enig lichaam van dit lichaam alleen afhangen en hoe minder andere lichamen tot zijn verrichtingen meewerken, hoe beter ook zijn geest in staat zal zijn helder te begrijpen.
- En hij voegt daar veel betekenis aan toe:

3. Hieraan kunnen wij de voortreffelijkheid van de ene geest boven de andere onderkennen, terwijl wij hierin tevens de reden mogen zien waarom wij slechts een verwarde kennis van ons eigen lichaam bezitten. Deze drie opmerkingen vormen een soort van handleiding hoe wij specifiek met ons lichaam zouden kunnen omgaan, d.w.z. hoe wij het zodanig kunnen waarnemen zó dat het lichaam gaat bestaan met meer dan normale capaciteiten. Een lichaam dat veelzijdig georiënteerd is, is tot meer in staat dan een lichaam dat eenzijdig georiënteerd is, en de geest kan daarmee ook veel (meer) in zich opnemen. En een lichaam dat de kans krijgt om vanuit zichzelf te werken, zal tevens waargenomen worden door een geest die helder begrijpt. We spreken dan van een geest die een adequaat idee heeft van het lichaam, een geest die de essentie van het lichaam waarneemt. Maar tegelijk geldt nog steeds dat we slechts verwarde kennis van het lichaam hebben. Want het dagelijks leven gaat door en alles wat we doen en zeggen in de omgang, zal nog steeds geschieden via de inwerkingen en reacties van het lichaam. Hoe is het een met het ander te rijmen? Hoe kunnen we de existentie van het lichaam in contact brengen met zijn essentie?

Wellicht kan hier een speciale stelling uit deel 5 van de Ethica ons te hulp schieten. Het betreft E5/39:

– *Wie een lichaam heeft dat tot velerlei in staat is, heeft een geest waarvan het grootste deel eenwig is.*

We slaan het bewijs over en citeren de Opmerking:

“... Er zij hier op gewezen dat wij in een voortdurende afwisseling leven en nu eens in beter, dan weer in slechter toestand geraken en dientengevolge gelukkig of ongelukkig worden genoemd. Immers wie van kind of knaap voortijdig sterft, wordt ongelukkig genoemd; daarentegen beschouwt men het als een geluk wanneer men de hele levensstrijd met een gezonde geest en een gezond lichaam kan doorlopen.”

Zie hier het doel van de Ethica: de ‘levensstrijd’ aangaan met een gezonde geest én een gezond lichaam. Maar hoe gebeurt dat? We citeren opnieuw de Opmerking:

“... Inderdaad, wie als kind of knaap een lichaam heeft dat tot zeer weinig in staat is en in de hoogste mate afhankelijk is van uitwendige invloeden, heeft ook een geest die op zichzelf beschouwd, zich haast niet bewust is van zichzelf, van God of van de dingen. Omgekeerd, wie een lichaam bezit dat tot veel in staat is, heeft ook een geest die op zichzelf beschouwd zich sterk bewust is van zichzelf, van God en van de dingen.”

En dan concludeert Spinoza:

“Wij streven er dus naar in dit leven in de eerste plaats om het kinderlijk lichaam, voor zover zijn aard dit gedooft en voor zover het nuttig voor

hem is, te veranderen in een lichaam dat tot velerlei bekwaam is en bij een geest behoort die zich zo sterk mogelijk bewust is van zichzelf, van God en van de dingen. En dat wel zozeer dat (ten laatste) al wat betrekking heeft op zijn geheugen of verbeelding, in vergelijking met zijn verstand van nauwelijks enige betekenis wordt.”

We worden hier attent gemaakt op een bepaalde kracht van het menselijk lichaam. Door zijn gevoeligheid kan het lichaam een enorm complex aan inwerkingen en reacties ondergaan. Dat maakt dat onze geest ook zo enorm veel voorstellingen kan hebben. Van concreet tot abstract; van honger, beelden en emoties tot rede, adequate voorstellingen en de orde van de natuur. Het zijn allemaal weerspiegelingen van het lichaam in een lichaamsgevoel. Tegelijk kennen wij in ons lichaamsgevoel ook een sterke beperking. Wij hebben geen idee van de samenstelling van ons lichaam. Wij zien niet ons hart, onze longen, onze hersenen. Die blijven voor ons onzichtbaar, omhuld als we zijn door ons lichaamsgevoel. Maar we voelen wel een nieuw soort kracht, *een kracht die maakt dat we helder kunnen denken*, dat we adequate ideeën kunnen hebben.

We hebben te maken met een lichaam dat werkt en complex is. Ook al kennen we het lichaam niet dan alleen via zijn inwerkingen, dan nog hebben we een helder idee van het bestaan, het bestaan van het lichaam. Het hebben van honger is de weerspiegeling (in de geest) van een werking in het *existerende* lichaam. Het zien van iets is de weerspiegeling (in de geest) van een werking in het *existerende* lichaam. Het voelen van blijdschap is een weerspiegeling (in de geest) van een werking in het *existerende* lichaam. Het is via al de inwerkingen op het lichaam dat we het lichaam kunnen gaan ervaren *in zijn volle existentie*. En *zodra we dit helder gaan zien met een heldere geest, zien we ook het lichaam in zijn essentie*, namelijk als een veelzijdig werkend en strevend lichaam in de wereld, als een lichaam dat zijn kracht put uit de enorme mogelijkheden die het in zich heeft. *Het lichaam existeert zó als wij het waarnemen*.

We komen hier bij een machtig inzicht van de Ethica. Mijn geest *als* adequate idee van het lichaam weerspiegelt de existentie én essentie van het lichaam. Maar dat is een enorme opgave, want dat kan mijn geest alleen als zij *deel is van God's geest*, d.w.z. als zij een geest is die door God in zijn denkend attribueert – namelijk *als deel van een oneindig verstand* – tot uitdrukking wordt gebracht. We komen hier bij de essentie van de Ethica en dus ook bij de essentie van het lezen van de Ethica.

Zodra mijn geest adequaat gaat denken, d.w.z. gebruik gaat maken van de rede, gaat zij het lichaam anders ‘waarnemen’. Zij gaat dan waarnemen, *hoe het lichaam existeert in de orde van de natuur*, d.w.z. de orde die een manifestatie is van God als ‘werking’. Ik ‘zie’ dan het volgende

‘gebeuren’. Doordat ik mijn bestaan (= mijn lichaam als open systeem) zo veelzijdig mogelijk maak (= *de orde* van de natuur daarin ‘laat indalen’), neemt mijn passieve kracht van bestaan (= het functioneren van het open systeem dat ik hoe dan ook ben) enorm toe. Ik voel dan de essentie en de actieve kracht van mijn lichaam (= dat wat het aan mogelijkheden *in zichzelf* heeft) in al haar ‘volheid’.

Maar hoe doe ik dat: het laten indalen van *de orde* van de natuur? Dat kan ik doen door eerst zelf te ervaren hoe krachtig mijn emoties ‘werken’ (deel III en deel IV van de *Ethica*), en door te beseffen welke wetmatige ordening daar achter zit. *Mijn emotionele wereld* (= *mijn emotionaliteit*) hoort tot *de orde van de natuur!* Dat te beseffen is mijn eerste opgave. Daarna kan ik kijken en begrijpen hoe ik met mijn verworven inzicht *een nieuw soort emotionaliteit* zou kunnen ervaren, d.w.z. hoe ik een nieuw lichaamsgevoel kan bewerkstelligen, oftewel: *hoe ik een vrij mens kan worden*. Dat is de weg die Spinoza bewandelt in zijn *Ethica*.

Het is een weg die ik samen met Spinoza kan bewandelen door een creatieve wisselwerking te ervaren tussen het lichaam als passieve kracht en het lichaam als actieve kracht. *Het lichaam bestaat zo als we het waarnemen*.

4. Emoties en hartstochten

Het is zomer, ik loop op straat, de zon schijnt, ik ontmoet een vriend, we hebben een goed gesprek. En als ik doorloop heb ik een gevoel van blijdschap. Ik vond het fijn om hem even gesproken te hebben. Ik heb een goed gevoel, ik ben blij. Of moet ik zeggen: mijn lichaam en mijn geest voelen zich goed, mijn lichaam is blij en mijn geest is blij? En wat is dat dan: blijdschap?

Voor Spinoza is het lichaam een fundamenteel primair gegeven. De wereld is samengesteld uit allerlei lichamen. Daar moet je mee werken, vindt Spinoza. En geesten zijn daar één op één aan gekoppeld. Lichaam en geest worden bepaald door één en hetzelfde, namelijk door de drang om te 'zijn'. Het is het streven om (net als de substantie) 'in zichzelf te zijn en door zichzelf te worden begrepen', waardoor ieder van ons 'zichzelf' kan gaan ervaren in zijn of haar essentie. En het is in de ervaring van onze essentie dat we blijdschap voelen. We voelen dan onze *actieve kracht*.

Blijdschap is een expressie van kracht, van zijnskracht, een kracht die onze essentie tot uitdrukking brengt. Maar wij hebben ook een existentie, d.w.z. een kracht die werkt via een samenstel van krachten. Zo heeft ons lichaam zodra het tot existentie komt, een *passieve kracht*, d.w.z. een kracht die het lichaam meekrijgt om voortdurend te reageren op invloeden van buiten. Ons lichaam heeft een geweldig vermogen om 'aangedaan te worden' (via inwerkingen) en om 'aan te doen' (door in te werken op anderen). De passieve kracht is dan de energie die het lichaam ondervindt doordat het allerlei inwerkingen ondergaat. Het lichaam reageert dan met 'passieve' (= van buitenaf veroorzaakte) handelingen. Daartegenover staan de 'actieve' handelingen die enkel en alleen vanuit onze essentie tot stand komen. In deze handelingen wordt de actieve kracht van het lichaam tot uitdrukking gebracht.

Wat is de kracht van een mens, wat is het streven van een mens om in zijn 'zijn' te volharden? Hoe ervaren wij die kracht en dat streven? Spinoza werkt weer consequent met lichaam en geest. Kracht is de levensdrang in ons lichaam en in onze geest. Drang drukt uit dat wij met ons lichaam en onze geest als het ware gedwongen worden, of beter nog genoodzaakt zijn om in ons 'zijn' te volharden. Met andere woorden, we kunnen niet anders dan alsmaar te streven, we zijn van nature een wezen dat vol immense drang zit. En we voelen dat zowel in ons lichaam als in onze geest.

Nu is de geest in eerste instantie een spiegel, doordat zij van alle (in)werkingen op en in het lichaam een voorstelling heeft. (Denk aan Spinoza's motto: *de geest is de idee van het lichaam*). Maar dat betekent ook

dat de geest nog iets meer kan; zij kan niet alleen alle (in)werkingen van het lichaam weerspiegelen, zij kan ook als een spiegel fungeren van de voorstellingen zelf; zij kan dus een voorstelling hebben van de voorstellingen. En dan gebeurt er iets bijzonders. De geest *kent zichzelf*, doordat zij namelijk (behalve de (in)werkingen op zich) ook de voorstellingen van de (in)werkingen 'waarneemt'. Volgens Spinoza kunnen we nu zeggen dat de geest *zich bewust is* van zichzelf.

De geest kan zichzelf waarnemen in haar eigen drang (!), namelijk doordat zij haar eigen voorstelling van de drang waarneemt. Zij wordt zich dan bewust van de oer-drang die het lichaam en haarzelf voortdrijft. En dan geeft Spinoza een andere meer aansprekende naam aan de drang. Voor zover wij ons bewust zijn van onze levensdrang, de drang die ons voortdrijft in het leven, dus voor zover onze geest daarvan een voorstelling heeft en zich van die voorstelling bewust is, ervaren wij, d.w.z. ervaart onze geest een krachtige 'begeerte'. Wij zijn ons dus bewust van onze levensdrang *in de begeerte*. Daarmee wordt de begeerte de meest primaire emotie die we hebben, zij is het die ons voortdurend laat bewegen. Spinoza heeft een krachtige definitie van de begeerte opgesteld, die luidt:

Begeerte is 's mensen wezen zelf, opgevat als krachtens een of andere van zijn inwerkingen genoopt iets te doen. (Ethica, deel III, eerste definitie in de lange lijst van emoties).

De begeerte is het wezen van een mens. Spinoza is hier helder en duidelijk over. En dat maakt Spinoza tot een naturalist en een passionalist. Hij beschouwt de mens eerst en vooral als een natuurverschijnsel, en wel als een natuurkracht. Het wezen van een mens is de kracht waarmee en tegelijk de oorzaak waardoor hij functioneert als organisme. Het wezenlijke is in eerste instantie iets causaals. Een mens existeert door een soort van levenskracht of levensdrift. In Spinoza's woorden: *streven of begeerte*.

Vrij vertaald zegt hij het volgende. Je wordt bepaald door wat je nastreeft. Je bent als mens wat je verlangt en begeert. Het bepaalt je innerlijke gesteldheid. Bijvoorbeeld, gesteld zijn op bezit betekent voor sommigen onder ons dat zij voortdurend streven naar bezit; deze begeerte, ook wel hebzucht genoemd, vult hun hele leven. Oftewel, de hebzucht wordt een hartstocht. En dat komt, aldus Spinoza, door de kracht van de begeerte. In de begeerte vind je de eigenlijke motivatie om voort te leven; in de begeerte voel je dat je leven de moeite waard is om te leven.

De begeerte is (zonder dat we het echt in de gaten hebben) *de kern van ons bestaan*, het bepaalt wie en wat wij werkelijk (wezenlijk) zijn en hoe wij overleven in de wereld. Dat begint al bij de primaire behoeften van ons

lichaam. We zoeken voedsel, we halen adem, we nemen rust, omdat we als organisme moeten zien te overleven. Maar we zijn ook sociale wezens en daarom zoeken we contact, veiligheid en waardering, opdat we ook op deze wijze kunnen voortleven. En zo ontwikkelt de begeerte zich tot een machtig hartstochtelijk gevoel, waarin en waardoor we zoeken naar vormen van zelfbevestiging die onze eigen aard blootleggen. Een mens kan niet anders dan zijn eigen begeerte volgen, d.w.z. hij kan niet anders dan zich richten op zaken in de wereld die voor hem van levensbelang zijn. Hij wordt gedwongen te doen wat in zijn eigen belang is. In de nuttige en nodige vervulling van zijn behoeften ligt zijn natuurlijke voortlevingsdrang.

Dat brengt ons bij de emotieleer van Spinoza. Wat zijn emoties? Hoe werken ze en wat is hun functie? Ook hier gaat het om een parallelle werking van lichaam en geest. Dat zien we in de definitie die Spinoza geeft: *emoties zijn de inwerkingen op het lichaam waardoor zijn vermogen tot handelen wordt vermeerderd of verminderd, bevorderd of belemmerd. Tevens, zegt Spinoza, zijn het de voorstellingen die de geest heeft van die inwerkingen.* We herkennen de genetische (=oorzaak-gevolg) vorm van de definitie. De *oorzaak* van een emotie is een 'inwerking op het lichaam' en het *gevolg* een toename of afname van onze handelingskracht. Parallel daaraan voltrekt zich in onze geest een noodzakelijke aaneenschakeling van ideeën.

Dit is een opmerkelijke definitie, vooral vanwege de consequentheid waarmee Spinoza lichaam en geest parallel laat lopen. Maar zoals gezegd, in de Ethica wordt een nieuwe taal ontwikkeld die we (als westerling) niet gewend zijn. Het gaat over de manier waarop we door prikkels in de wereld om ons heen geraakt kunnen worden, en wel geraakt in onze essentie, in ons streven, in onze begeerte. De begeerte is een drang waarin we onszelf tot uitdrukking brengen, d.w.z. onszelf *als 'open systeem'*, als een lichaam dat existeert in zijn passieve kracht.

Het is een drang in onszelf om *dingen te doen* onder invloed van inwerkingen. Het liefst willen we natuurlijk dat we de dingen kunnen doen die we begeren. In de passieve handelingen (Spinoza spreekt van 'lijdingen', d.w.z. handelingen onder invloed van...) willen we onze begeerte in vervulling laten gaan; we willen bevrediging van onze behoeften. En zo komt Spinoza tot zijn definities van blijdschap en droefheid. Ook hier weer gaat het om causale definities. Lukt het om onszelf te realiseren in onze begeerte (oftewel, neemt onze passieve kracht toe) dan voelen we blijdschap, maar lukt dat niet (oftewel, neemt onze passieve kracht af) dan voelen we droefheid.

Zie hier het (onverbiddelijke) mechanisme dat Spinoza schildert van onze emotionaliteit. Via zijn definities zien we nu twee essenties:

1. *We kunnen niet anders dan voortdurend (emotioneel) reageren.* Dat komt omdat wij in wezen bestaan uit strevingen en begeerten. Wij moeten ons eigenbelang nastreven. Wij kunnen niet anders, want dat is onze essentie: te streven, te begeren, te doen, teneinde te 'zijn'. Dus reageren wij voortdurend op alles wat er gebeurt om ons heen. Wij moeten onszelf zien te handhaven in een enorm prikkelrijke omgeving. En dat valt niet mee getuige al de emoties die we in ons leven ervaren en die, zo denkt Spinoza, allemaal (!) te maken hebben met onze begeerte. Maar gelukkig zijn er de blijdschap en droefheid om ons op koers te houden.
2. *Blijdschap en droefheid kleuren al onze emoties.* Het is de blijdschap die ons laat voelen hoe we geholpen worden in onze begeerte. En het is de droefheid die ons laat voelen hoe we gehinderd worden in onze begeerte. Blijdschap en droefheid vormen de causale basis van al onze emoties, of het nu gaat om liefde of haat, hoop of vrees, hebzucht, eerzucht of genotzucht (Spinoza somt bij elkaar 45 emoties op!). Blijdschap en droefheid zijn primaire emoties waarmee lichaam en geest *terugkoppelen* op de begeerte. Blijdschap en droefheid laten ons namelijk voelen wat wij willen en niet willen. Daardoor houden ze ons voortdurend gemotiveerd om ons belang (of geluk!) na te streven.

Een voorbeeld. Persoon A wordt verliefd op persoon B. Wat 'gebeurt' er dan bij A? Spinoza beschrijft dit opvallend objectief.

Beginnen we met de definitie van liefde en kijken we vervolgens hoe dit 'werkt' bij persoon A. Spinoza is heel precies:

– *Liefde is blijdschap, gecombineerd met de voorstelling van een uitwendige oorzaak.*

1. A's lichaam (zintuigen en hersenen) wordt geraakt door prikkels van B en A heeft hiervan een voorstelling, d.w.z. hij neemt B waar.
2. A voelt (opeens) hoe zijn lichamelijke actiekracht toeneemt en hoe hij parallel daaraan in zijn geest blijdschap voelt, namelijk als voorstelling van zijn toegenomen handelingskracht.
3. De prikkel van B wordt vervolgens in de hersenen van A *gecombineerd* met zijn toegenomen lichaamskracht en parallel hieraan vat A nu in zijn geest, *omdat hij B opvat als oorzaak van zijn blijdschap*, liefde op voor B.
4. A's lichaam richt zich naar B en maakt zich gereed om te handelen. Parallel hieraan voelt A in zijn geest een begeerte om B te bezitten dan wel (voortdurend) bij zich te hebben.
5. Er kunnen nu twee dingen gebeuren. B gaat in op de avances van A, of B is er niet van gediend. In het eerste geval ondervindt de blijdschap van A een extra stimulans, A gaat nog meer van B houden. In het tweede geval ervaart A droefheid, hij wordt gehinderd in zijn begeerte, hij vindt B niet meer leuk en de vraag is hoe hij zijn blijdschap kan hervinden. Spinoza's analyse is duidelijk bedoeld om dit als lezer 'na te voelen'. Wat gebeurt er als 'ik' verliefd word? De stappen die Spinoza beschrijft

worden helder en duidelijk zodra we het zelf ervaren. Iemand die nooit verliefd is geweest kan kennis nemen van Spinoza's analyse. Maar iemand die zelf wel een keer (flink) verliefd is geweest, begrijpt perfect wat Spinoza beschrijft. En de ervaring van afwijzing zal ook menigeen hebben ondervonden. Maar toch zal de lezer enige verbazing voelen bij Spinoza's analyse. Is het echt zo dat lichaam en geest op deze manier parallel 'werken' en 'reageren', *zonder* dat ze elkaar beïnvloeden?

Het is goed om (opnieuw) te beseffen dat Spinoza in zijn Ethica een aparte taal ontwikkelt, *de taal van een geest die de idee is van het lichaam*. En misschien is het goed om nu te gaan beseffen dat we eigenlijk de gevangene zijn van ons eigen lichaam en onze eigen geest. Het zijn dit lichaam (van mij) en deze geest (van mij) die bepalen wat er gebeurt (met mij)! Mijn emotionaliteit wordt gedictieerd door allerlei inwerkingen die mijn lichaam en geest overkomen en door de mechanismen waaraan mijn lichaam en mijn geest onderhevig zijn. De macht die ik zelf heb over mijn emoties is eigenlijk zo goed als nul. De emotieleer van Spinoza dringt het sterkst tot mij door wanneer ik de stellingen uit deel III persoonlijk ga opvatten.

Een paar voorbeelden uit deel III (E3/nummer stelling):

- Elk willekeurig ding kan *bij toeval of zo maar* (!) oorzaak zijn van mijn blijdschap, droefheid of begeerte (E3/15).
- Wanneer ik mij voorstel dat een zaak mij zowel blij als bedroefd maakt, zal ik deze zaak *zowel liefhebben als haten* (E3/17)
- Ik zal trachten alles te doen *wat* naar mijn voorstelling *de mensen met vreugde zien gebeuren* en omgekeerd ... (E3/29).
- Wanneer ik iets heb gedaan dat naar mijn voorstelling anderen verblijdt, zal ik blijdschap, vergezeld van *de gedachte aan mezelf als oorzaak* daarvan voelen; ofwel ik zal mezelf met blijdschap beschouwen. Daarentegen ... (E3/30).

Via Toegiften en Opmerkingen bij zijn stellingen, weet Spinoza een grote variatie aan vertrouwde emoties op te roepen: sympathie en antipathie, vertwijfeling, hoop en vrees, medelijden, genegenheid en verontwaardiging, trots en schaamte, zelfvoldaanheid en berouw. Het is geen willekeurige opsomming. Spinoza laat zien hoe *de ander* invloed uitoefent op mijzelf, bijvoorbeeld in mijn neiging om te *associëren* (wat is ze lief, ze lijkt heel erg op mijn moeder), in mijn neiging om mij te *hechten* (zo wie zo als kind dat zich hecht aan zijn ouders en daarbij sterke emoties voelt), in mijn neiging om me met anderen te *identificeren* (wat ik denk dat zij doen of denken ga ik zelf ook doen of denken).

We maken in Ethica deel III kennis met een nieuwe Spinoza. Hij is niet meer de filosoof maar vooral de psycholoog. Hij 'ontpopt' zich als een

‘genadeloze’ kenner van de menselijke ziel. Hij ziet hoe wij, gedreven door begeerte, blijdschap en droefheid, gedwongen worden om mechanisch te ‘bewegen’ in allerlei situaties maar ook door allerlei voorstellingen die we hebben. De emoties van hoop en vrees, bijvoorbeeld, laten heel sterk zien hoe we gevangen zitten in een ‘rad van fortuin’. We hopen op een goede afloop, maar tegelijk vrezen we dat het fout kan gaan. We komen niet tot een balans in onze emoties. Wat we eerst nog lief hadden, kunnen we opeens weer gaan ‘haten’. Het is alsof onze begeerte ons geen seconde rust gunt. We worden alsmaar heen en weer geslingerd door de emoties van blijdschap en droefheid die ons continu belagen als positieve en negatieve ‘signalen’ van onze begeerte.

Het doel van de Ethica is om rust te vinden in de woelige wereld van de emoties. De lezer leert begrijpen hoe hijzelf of zijzelf een kracht is (in eerste instantie een passieve kracht) te midden van tal van andere (passieve) krachten, en hoe hij of zij gedwongen is om op al deze krachten te reageren, en hoe dit kan uitlopen op het heen en weer geslingerd worden door de eigen emoties. Je kunt dan zeggen: mijn lichaam en mijn geest worden (in hun kracht) heen en weer geslingerd, en Spinoza wil ook dat we zo gaan denken. Maar dat betekent ook dat ik *mijzelf* op een nieuwe manier ga zien. Hij wil dat ik mij ten volle realiseer wat de emoties zo al met mij *kunnen* doen. Nemen we weer als voorbeeld de verliefdheid.

Een gevolg van verliefdheid kan zijn dat ik *gefixeerd* raak op het geliefde object dat mij blij maakt en meer energie geeft. Want zo’n object, dat is wat ik ‘wil’. Maar eenmaal gefixeerd op zo’n object kan ik mij niet meer losmaken. Ik ben dan geobsedeerd; ik raak ‘in de ban’. Het gaat hier om de neiging dat ik mij ‘kost wat kost’ blij wil voelen. De emotie wordt een hartstocht, een doorschietende begeerte. Ik verlies mijzelf totaal in de ander en ga de ander zien als mijn enige reddingsboei. De romanticus in mij zou dit wel mooi, want gepassioneerd vinden. Maar Spinoza waarschuwt mij er voor, hoewel hij het volledig begrijpt.

We zien hier hoe de passieve kracht kan werken als een krachtige *illusie*. Ik word misleid, met name door bepaalde gedachten. Bij verliefdheid kan ik gaan denken: ‘alleen hij/zij kan mij gelukkig maken’. Ik zie dan de wereld niet meer in al haar verscheidenheid en veelzijdigheid. Dat is het risico van mijn emotionaliteit. Tegelijk zijn het de emoties die mij verbinden met de rest van de wereld!

De emotieleer van Spinoza is *niet* bedoeld om mijn emoties te beheersen. Want daarvoor hebben de emoties teveel kracht. Mijn bestaan is voor 99% een emotioneel bestaan. Daar zal ik het mee moeten doen. Maar misschien lukt het *wel* om mijn emoties te ‘managen’. Daar lijkt de Ethica zich op te richten. Want tegelijk met al de woelingen van de

emoties kan ik, lezende in de Ethica, een idee krijgen van de kracht waarmee ik zelf in het leven sta. *Spinoza laat mij voelen waaruit mijn kracht bestaat, en dat is niet de kracht van de rede, het is juist de kracht van mijn begeerte.* Alleen, hoe kan ik deze kracht op een andere manier gaan aanvoelen dan enkel via de emoties die mij overvallen als gevolg van inwerkingen van buiten op mijn lichaam en mijn geest?

Aan het eind van deel III van de Ethica wordt een tipje van de sluier gelicht, bijvoorbeeld in de volgende stelling die vanuit een 'ik' perspectief luidt:

– Wanneer ik mijzelf en mijn macht tot handelen beschouw, verblijd ik mij en dat des te meer, naarmate ik mij die macht tot handelen duidelijker voorstel (E3/53).

De tekst van de Ethica luidt echter als volgt:

– Wanneer de geest zichzelf en zijn macht tot handelen beschouwt, verblijdt hij zich en dat des te meer, naarmate hij zich die macht tot handelen duidelijker voorstelt (E3/53).

De eerste formulering begrijpen we waarschijnlijk: als ik mijn eigen kracht beschouw, dan kan ik daar (wel eens) flink blij van worden. In het algemeen geldt dat mensen blij worden als ze hun eigen macht kunnen voelen. Tegenwoordig wordt daar zelfs op getraind. Neem bijvoorbeeld de hype rond 'empowerment'.

Maar wat moet ik, wat kan ik met de tweede formulering? Zoals gezegd is het een hele uitdaging om Spinoza's taal van lichaam en geest te leren lezen en begrijpen. Maar hoe komen we via die taal tot een helder begrip van onze 'identiteit'? Of moeten we gaan accepteren dat het 'ik' begrip net als het 'doel' begrip (zie eind hoofdstuk 2) uit de Ethica verwijderd wordt. Misschien helpt de rede ons hier een handje? Want Spinoza spreekt ook een andere taal, namelijk de taal van oorzaak en gevolg. Het is goed om die taal wat nader te bekijken.

5. Wat de rede vermag

Het verhaal dat Spinoza in zijn *Ethica* vertelt over de rede is een wonderlijk verhaal. Nergens in de *Ethica* wordt het begrip ‘rede’ gedefinieerd. Het begrip wordt als het ware opgebouwd uit een aantal elementen die samen duidelijk (moeten) maken wat de rede vermag. We lezen aan het eind van deel II van de *Ethica* (vanaf stelling 35) hoe Spinoza aan de slag gaat met adequate ideeën. Zij vormen de inhoud van *kennis door de rede* (E2/40, Opmerking II).

Spinoza zet dus in op het begrip ‘kennis’. Hoe weten wij iets zeker? Dat kan door eigenschappen te herkennen die gemeenschappelijk zijn aan alle dingen in de kosmos. En dat zijn precies de attributen van uitgebreidheid en denken waaruit lichaam en geest ontspringen. Door deel te nemen of, beter nog, deel uit te maken van het verstand van God, verwerven we ‘zekere’ kennis. Adequate, d.w.z. heldere en duidelijke ideeën worden door ons ‘begrepen’ zoals God, d.w.z. de God van Spinoza, ze begrijpt.

We hebben het hier over kennis zoals men er in de 17de eeuw mee bezig was. Kennis moest waar zijn, want kennis moest de wereld weerspiegelen in haar werking. Belangrijk hierbij was *de methode* om tot juiste kennis te komen. Logica, wiskunde en meetkunde boden 100% zekerheid en leverden dus adequate methodes. We zien dit terug in de *Ethica*. Spinoza concentreert zich op de essentie van lichaam en geest, d.w.z. op de adequate kennis ervan.

Het gaat Spinoza om de causale en logische werking in lichaam en geest, d.w.z. om de manier waarop oorzaak en gevolg het verborgen mechanisme zijn van elk ding. Spinoza hoeft dit mechanisme niet te definiëren. Het gaat namelijk om een beginsel dat in feite zonneklaar is. En daarom is het door hem vastgelegd in een axioma:

– *Uit een gegeven oorzaak volgt noodzakelijk een bepaalde uitwerking, en omgekeerd: wanneer geen bepaalde oorzaak is gegeven, is het onmogelijk dat een uitwerking optreedt* (E1, axioma 3). Hierbij hoort een parallel axioma:

– *De kennis van een uitwerking hangt af van de kennis van de oorzaak en sluit deze in zich* (E1, axioma 4).

We zien nu waarom de geest de idee is van het lichaam. De geest weerspiegelt namelijk in zijn adequate kennis de causaliteit van het lichaam. En dit ‘weerspiegelen’ gebeurt in de vorm van stellingen en bewijzen. In de meetkunde bijvoorbeeld zijn stellingen logische eigenschappen van figuren, bijvoorbeeld van de driehoek of de cirkel. Neem bijvoorbeeld de stelling:

– *De drie hoeken van een driehoek zijn samen altijd 180 graden.*

Deze stelling kan worden bewezen via *als-dan* redeneringen. Het is een redeneervorm die werkt met een ‘stel dat’ aanname (de oorzaak) waaruit een conclusie (de uitwerking) kan worden afgeleid. Stel, we tekenen een *willekeurige driehoek* ABC met lijnstuk AB als basis. We zien dan een driehoek waarvan het lijnstuk AB horizontaal loopt. Stel, we trekken door C een lijn evenwijdig aan AB; we zien dan een lijnstuk door C dat ook horizontaal loopt. Merk op dat we ‘lichamelijke’ handelingen uitvoeren. Vervolgens gebruiken we een stelling over evenwijdige lijnen die doorsneden worden door een derde lijn, en letten daarbij op de verwisselende binnenhoeken. Stel dat we deze stelling toepassen op de situatie van de driehoek, dan zien we dat de hoeken A en B kunnen fungeren als verwisselende binnenhoeken, zodat ze samen met hoek C op een rechte lijn gaan liggen, namelijk de evenwijdige lijn door C, en dat ze dus samen 180 graden zijn.

De als-dan redenering, oftewel de ‘*stel dat*’ – ‘*dan zien we*’ redenering, is een weerspiegeling in de geest van een oorzaak gevolg proces in het lichaam. In dit geval het lichaam van de driehoek waarin we een constructie maken, de evenwijdige lijn door C, die als ‘oorzaak’ laat ‘zien’ wat het ‘gevolg’ is: hoek A+hoek B+hoek C =180 graden. ²

Spinoza ontwikkelt in zijn *Ethica* de idee dat *alle* causale processen zijn weer te geven, te weerspiegelen in als-dan redeneringen. Dat zijn precies de redeneringen die hij toepast in zijn stellingen en bewijzen. Het gaat dus om een logische taal die de taal van oorzaak en gevolg perfect kan afdekken. Merk op dat *elke* stap in het redeneerproces in principe *elke* werking in het causale proces kan weerspiegelen. Het is God, d.w.z. de God van Spinoza, die garant staat voor de waarheid van de weerspiegelende ideeën. Het zijn namelijk allemaal adequate ideeën die in hun helderheid niets aan duidelijkheid te wensen overlaten. Adequate ideeën zijn voor Spinoza bij uitstek de ideeën die laten zien hoe God op een meetkundige wijze (over) zichzelf en de wereld denkt.

Laten we de definities waarmee de *Ethica* begint (zie hoofdstuk 2) eens beschouwen vanuit de ‘*stel dat*’ – ‘*dan zien we*’ redenering. Het gaat dus om de begrippen *causa sui*, substantie, attribuuat en *modus*. Laten we deze begrippen eens vanuit ‘stel dat ...’ bekijken. Stel dat er iets is/bestaat dat zichzelf veroorzaakt en dat volledig in zichzelf is en door zichzelf wordt begrepen. Stel dat dit ‘iets’ kan worden begrepen in zijn essentie, in wat het is waardoor het ‘werkt’, en stel dat in/door dit ‘iets’ de kosmos met al

2 Het is een wonderlijke ervaring om dit nu zelf als lezer te gaan tekenen en construeren. We voelen hoe via lichamelijke handelingen van ‘oorzaak-gevolg’ een inzicht in de vorm van een ‘als-dan’ redenering ontstaat. Alsof onze geest het causale gebeuren weerspiegelt in een logische afleiding. Of zoals Spinoza zegt: de bewijzen (= redeneringen) zijn de ogen van de geest waarmee hij zulke dingen ziet en waarneemt (E5/23, Opmerking).

haar inhoud kan worden voortgebracht. Hoe zouden we dat ‘iets’ dan noemen en wat zou hier allemaal uit volgen?

Spinoza introduceert zijn definities met de formulering: ‘Onder ... versta ik’. In het Latijn staat ‘intelligo’ wat betekent ‘ik versta’ of ‘ik begrijp’. Welke vertaling je kiest is hier belangrijk! Kies je voor ‘ik versta’, dan suggereer je dat Spinoza deze definities eigenhandig heeft opgesteld zoals we in de meetkunde eigenhandig definities van een punt, een lijnstuk, een driehoek of een cirkel kunnen opstellen. Het zijn dan werk-definities die het ons mogelijk maken om er vervolgens allerlei eigenschappen uit te kunnen afleiden. Maar kies je voor de vertaling ‘ik begrijp’, dan suggereer je iets anders. Je hoort dan Spinoza als het ware zeggen dat hij iets heeft begrepen wat hij nooit vanuit zichzelf had kunnen bedenken. Het gaat om iets wat hem is overkomen en wat zich meester heeft gemaakt van zijn begrip.

De definities die Spinoza aan het begin van zijn Ethica opstelt zijn geen werk-definities, maar zijns-definities. Het zijn definities die ons eigen ‘zijn’ op voorhand insluiten. Het zijn definities die ons denken en zijn op voorhand bepalen. Het zijn definities van een werkelijkheid die er altijd al was en die er altijd zal zijn. Sterker nog, het zijn definities die de werkelijkheid *over zichzelf* opstelt!

Dat is de taal van de Ethica. Het is de taal van de werkelijkheid zelf. En dat gaat in tegen ons gevoel. Wij hebben het idee dat *wij* het zijn die bepalen hoe de werkelijkheid er uit ziet. Wij voelen ons een subject tegenover de wereld als object. Wij kunnen onszelf een geest met taal toedichten terwijl de wereld geest-loos en taal-loos blijft, dus iets dat zichzelf niet kan begrijpen. Maar de taal van de Ethica laat dat niet toe. Het is een taal die dwingt om anders te kijken naar de wereld en naar onszelf.

De Ethica ‘in meetkundige trant uiteengezet’ is een boekwerk waarin Spinoza de stem van God laat horen. Een God die zichzelf volledig begrijpt en die volledig in zichzelf is. Een God die zich manifesteert via zijn attributen en daarin zijn werking laat zien. Een God waarvan Spinoza bijvoorbeeld kan zeggen:

– *Al wat is, is in God en niets kan zonder God bestaan of worden gedacht* (E1/15).

Maar Spinoza kan dit niet vanuit zichzelf zeggen. Hij kan dit alleen zeggen doordat hij God’s stem laat horen. En daarmee wordt de Ethica de stem van een bijzondere rede. Voor sommige vertalers van de Ethica is het een reden om het woord ‘rede’ te schrijven met een hoofdletter R. Spinoza zelf schrijft in het Latijn het woord ‘ratio’ met een kleine r, terwijl hij de woorden Deus (God), Corpus (Lichaam) en Mens (Geest) met hoofdletters schrijft. Het geeft weer hoe belangrijk hij deze woorden

vindt; het zijn namelijk de woorden waarmee God zichzelf in zijn essentie, d.w.z. in zijn werkelijkheid laat zien. De rede weerspiegelt dan de causale werking van het lichaam via de logische (meetkundige) werking van de geest. De rede heeft een zichzelf uitsprekende functie.

De rede is als het ware de dynamische stem van God zelf. En die stem klinkt door in onze eigen geest. Zij werkt in ons via God. Dus wanneer wij aan meetkunde doen of de natuur op wetenschappelijke wijze onderzoeken, dan doen wij dat niet vanuit onszelf, maar vanuit de werking van God's rede in ons. Als wij de Ethica op deze manier kunnen gaan lezen, als wij dus de taal van God direct in ons laten doorklinken, dan gebeurt er iets met ons. We worden dan deel van een groter geheel.

Het is de rede die ons laat begrijpen op welke manier we deel zijn van een geheel. De rede is het vermogen, of beter nog, de handeling (van het redeneren) om dingen te begrijpen via oorzaak en gevolg. *De rede is zowel iets lichamelijks als iets geestelijks.* Via de rede weerspiegelt de geest adequate bewegingen van het lichaam. Redelijk zijn is in feite redelijk handelen. De rede is dus geen exclusief geestelijk 'iets', zoals we geneigd zijn te denken. Bij Spinoza is de rede gekoppeld aan de actie van lichaam en geest.

We zien dit terug in twee centrale actieve emoties die aan het eind van deel III van de Ethica worden gepresenteerd als de eerste emotionele signalen van de directe werking van God in onze geest. Het gaat om *geestkracht en edelmoedigheid*. Maar voordat we hier op ingaan, bezinnen we ons opnieuw op onze positie als westerling.

De westerling en zijn 'Rede'

Er was eens een mens die dacht dat hij almachtig was. Hij onthulde met zijn geest de geheimen van de wereld. En het geheim van zijn eigen geest was zijn machtige Rede. Hij voelde perfect aan dat God hem een machtige geest had gegeven in de vorm van een machtige Rede.

In de 18de eeuw, de eeuw van de Verlichting, werd de Rede losgekoppeld van God. De Rede werd nu iets opmerkelijk menselijks, een geschenk door God gegeven aan de mens. De Rede werd het stralende licht op de kandelaar in een menselijke tempel, de tempel van de wetenschap.

Drie functies kreeg de Rede. Zij werd het vermogen in de mens om zichzelf te verheffen. Daarbij werd zij het instrument bij uitstek om als mens zelfstandig en onafhankelijk te worden. En tenslotte ging de mens zichzelf de wet stellen; hij kon nu zelf vooruit zonder hulp van God.

'Mens, durf zelf te denken' werd het devies. En dat liet de westerling zich geen twee keer zeggen. Hij voelde een goddelijke kracht in zichzelf. Hij voelde hoe de Rede,

door God gegeven, een ongekeerde heerschappij beloofde over de materiële wereld. Eindelijk was hij volwassen als rentmeester.

Spinoza kende de parabel van de westerling (zie hoofdstuk 2), maar hij kende nog niet het verhaal van de westerling en zijn Rede. Mogelijk vermoedde hij welke kant het zou opgaan. Maar als het aan hem had gelegen, dan was het een ander verhaal geworden. Het verhaal van een lichaam en een geest als expressies van een God die zijn rede laat doorklinken in onze rede. Te weten in een lichaam en een geest die hun actiekraft ontlene aan de wijze waarop God als *natura naturans* (God als oorzaak) doorwerkt in God als *natura naturata* (God als uitwerking). God is bij Spinoza geen geest die los gezongen is van de wereld. De God van Spinoza werkt *even sterk* in het lichaam als in de geest!

Hiermee neemt Spinoza uitdrukkelijk afstand van de Rede zoals de Verlichting die zag. Natuurlijk, Spinoza leefde in de 17de eeuw; we zullen dus nooit weten wat hij zou hebben gedacht in de 18de eeuw. Maar afgaande op de tekst én de taal van de Ethica zien we een ander soort rede haar werk doen. Het is goed om dit te beseffen, niet omdat het verhaal van de westerling over de Rede onwaar zou zijn (het is een aantrekkelijk verhaal over de kracht van de mens!), maar omdat er een ander verhaal mogelijk is (een verhaal waar we wel moeite voor moeten doen om het aantrekkelijk te vinden). Het gaat dus niet om een juiste uitleg van de rede (die is er niet), maar om het perspectief dat de filosofie van Spinoza ons kan bieden. Het gaat dan om de vraag hoe de rede adequaat kan functioneren als zij zowel in het lichaam als in de geest werkzaam is. En tegelijk gaat het om de vraag wat de rede dan vermag, oftewel wat haar kracht is tegenover de begeerte en de emoties.

Wat doet de rede bij Spinoza? Kernachtig gezegd, de rede zorgt ervoor dat onze geest dingen begrijpt, d.w.z. dat zij 'ziet' hoe dingen ontstaan en bestaan, en dan vooral hoe dingen werken via oorzaak en gevolg. Via de rede is onze geest in staat om al de processen van *oorzaak en gevolg* adequaat, d.w.z. helder en duidelijk te *weerspiegelen*. Dat is wat de rede doet in onze geest. Spinoza noemt dit op enig moment in zijn Ethica de kracht of deugd van onze geest. Maar hij koppelt dit consequent aan de kracht van het lichaam. Ik verwijs hier specifiek naar de stellingen 20 tot en met 28 uit deel IV van de Ethica. Wanneer je deze stellingen leest en de taal ervan leert waarderen, dan voel je op enig moment wat Spinoza je wil laten voelen: *kennis verwerven van God via kennis van je eigen(lijke) kracht*.

Nu bestaat kennis bij Spinoza uit drie soorten: kennis door verbeelding, kennis door de rede en kennis door intuïtie. De eerste soort, *kennis door verbeelding*, is kennis die de (menselijke) geest opbouwt en samenstelt uit inadequate ideeën. Het gaat hier, dat moeten we ons realiseren (aldus

Spinoza), om *een machtig soort kennis*. Het is een kennis waartegen de kennis van de rede nauwelijks opgewassen is. Wat is dan die kracht van kennis door verbeelding? En is het ook kennis die we aantreffen in het verstand van God?

De laatste vraag is interessant. Spinoza geeft een opmerkelijk antwoord in Ethica deel II, stelling 11, Toegift:

– *Wanneer wij zeggen dat God deze of gene voorstelling heeft, niet alleen voor zover hij de aard van de menselijke geest uitmaakt, maar ook voor zover hij tegelijk met de menselijke geest de voorstelling van iets anders heeft, dan zeggen wij dat de menselijke geest die zaak ten dele of inadequaet begrijpt.*

Spinoza beschrijft in deze tekst de situatie van de menselijke geest en daarmee ook van het menselijk lichaam. We begrijpen die situatie wanneer we ons gaan realiseren wat er in ons existentiële leven aan de hand is met ons lichaam en met onze geest. In ons functioneren als mens worden we enorm beïnvloed door inwerkingen op ons lichaam en onze geest. We hebben er al over gesproken in hoofdstuk 3 (het lichaam bestaat zoals we het waarnemen) en hoofdstuk 4 (de werking van de begeerte en van de emoties).

Nemen we weer als voorbeeld de verliefdheid die persoon A voelt opkomen voor persoon B. We hebben uitgebreid beschreven wat er dan gebeurt bij persoon A, zowel in zijn lichaam als in zijn geest. We hebben daarbij gebruik gemaakt van de definitie van liefde:

– *Liefde is blijdschap, gecombineerd met de voorstelling van een uitwendige oorzaak.*

In deze definitie zit in feite het hele proces dat A doormaakt terwijl de verliefdheid toeslaat. A wordt geraakt door prikkels van B; hij voelt een toename van actiekracht; en vervolgens combineert hij zijn toegenomen actiekracht (= blijdschap) met de voorstelling die hij heeft van B. Het resultaat: A voelt liefde voor B.

Stel, ik ben A. Wat gebeurt er dan met mij? Het proces van verliefdheid beschrijft wat ik doormaak in mijn lichaam en mijn geest. Maar ik heb geen idee hoe B zal reageren. Ik kan niet kijken in zijn lichaam en geest. Ik kan hoogstens gissen wat B denkt en voelt. En dat probeer ik ook, want de reactie van B is voor mij van 'levensbelang'. Maar ik zal het nooit zeker weten.

Wat Spinoza nu suggereert in zijn Toegift bij stelling 11 is dat God alles zeker weet. Hij begrijpt wat er gebeurt met A en hij begrijpt wat er gebeurt met B. *God is in alles*; hij is de werking van alles wat ontstaat en bestaat, dus ook van alle personen om mij heen. *De God van Spinoza begrijpt alles omdat hij zijn eigen werking weerspiegelt!* Hij weet zeker wat persoon A overkomt en hij weet zeker wat persoon B overkomt, want hij zit in hun beider lichamen en geesten.

We kunnen twee conclusies trekken uit dit voorbeeld:

1. Ik heb door mijn lichaam noodzakelijk een beperkte, inadequate blik op de werkelijkheid om mij heen, vanwege de inwerkingen op mijn lichaam. Mijn geest als idee van mijn lichaam weerspiegelt al die inwerkingen en kan dus niet verder kijken dan wat zij door die inwerkingen krijgt aangeboden. Tegelijkertijd geldt dat ik slechts kan leven dankzij al die inwerkingen. Het kleurt mijn emotionele bestaan: mijn 'denken en voelen' wordt bepaald door wat ik nuttig en noodzakelijk vind. Nu eens voel ik blijdschap, dan weer droefheid. Ik ben wat ik begeer, dat is mijn existentie.
2. De God van Spinoza 'ziet' hoe ik probeer mezelf te handhaven in mijn leven. Hij begrijpt waarom ik nu eens blij en dan weer bedroefd ben. God heeft een volstrekt adequate blik op de wereld, vanwege het feit dat hij geen inwerkingen voelt op zijn 'lichaam'. Hij/het is namelijk *het geheel als zodanig* waarbuiten niets is dat hem zou kunnen beïnvloeden. Hij/het voelt alleen zijn eigen werking. En daarvan heeft hij/het een adequaat idee. Het is een werking in zichzelf die enkel de hoogste actiekraft kent en dus altijd blijdschap geeft. Gods existentie valt samen met zijn essentie.

Deze God brengt (dwingt) Spinoza er toe om in zijn *Ethica* enkel adequate ideeën te formuleren. De definitie van liefde is een adequate beschrijving van een inadequate proces. We komen bij het geheim van Spinoza's taal! Ik leer mezelf in eerste instantie kennen via al de inadequate processen die mij overkomen en die mij noodzakelijk overkomen omdat ik mezelf wil handhaven in mijn bestaan. Maar de taal van God biedt een nieuw perspectief. Ik kan *mezelf* op een andere, meer adequate manier leren begrijpen. Daartoe biedt Spinoza mij *via de rede* twee actieve emoties aan:

- *Geestkracht* is de begeerte (!) waarmee een ieder op voorschrift van de rede streeft naar instandhouding van zijn bestaan.
- *Edelmoedigheid* is de begeerte (!) waarmee eenieder eveneens op voorschrift van de rede er naar streeft anderen te helpen en door vriendschap aan zich te verbinden.

Met deze *emoties* (!) gaan mijn lichaam en geest anders handelen. Geestkracht brengt mij er toe om beheerst, matig en alert te zijn, edelmoedigheid om bescheiden en zachtmoedig te zijn. Ik voel nu een nieuw soort kracht in mezelf. Maar wie of wat is dan dat 'zelf'? En vooral: wat is dan die kracht?

6. Zelfbeeld en zelfliefde

Waarom lezen we eigenlijk in de Ethica? Wat denken/hopen we te vinden in de Ethica? Kunnen we er iets uit halen voor ons eigen leven? Biedt het boek zingeving?

Tegenwoordig wordt veel filosofie beoefend onder de naam 'praktische filosofie'. Filosofie moet niet te abstract zijn en we willen er iets aan hebben. Het kost energie om je te verdiepen in filosofie, dus dan willen we er ook voor beloond worden. Maar waaruit bestaat die beloning?

Dat is, denk ik, een probleem. Het is helemaal niet duidelijk wat filosofie zou moeten opleveren. Het is ook niet duidelijk waarom mensen zich interesseren voor filosofie. De motieven lopen uiteen. Voor sommigen is filosofie louter een intellectueel genoegen, een mogelijkheid om de hersenen te laten kraken bij moeilijke filosofische kwesties, zoals de relatie lichaam-geest. Voor anderen is filosofie een gelegenheid om de blik te verruimen, om te zien wat er zo al uitgedacht is in de loop van de geschiedenis: Plato, Aristoteles, Descartes, Kant, Wittgenstein, Russell, Sartre, etc. Voor weer anderen is filosofie een bron van inspiratie en zingeving, vooral waar het gaat om belangrijke levenskwesties, zoals je eigen vrijheid, je omgang met de ander of de betekenis van de dood.

Hoe staat Spinoza hierin? Is hij, kort gezegd, een praktisch filosoof, met adviezen over ons emotionele leven? Of is hij een metafysicus, met diepgravende ideeën over God en de natuur? En hoe verhiel Spinoza zich tot de geschiedenis van de filosofie?

Het interessante aan Spinoza is dat hij zich manifesteert als een veelzijdig filosoof. Hij wil niet alleen theoretiseren over de substantie en haar attributen, hij wil ook zijn ideeën toepassen op het dagelijks leven dat we leiden, en hij interesseert zich voor de problemen die politiek en religie in zijn tijd met zich mee brachten. Spinoza is eigenlijk een filosoof die midden in de maatschappelijke ontwikkelingen van zijn tijd wil staan. Daar zijn niet veel filosofen toe bereid. De meesten trekken zich terug in hun academische toren, van waaruit ze de wereld en de mensen beoordelen.

Toen Johan de Wit werd vermoord in 1672 in den Haag, wilde Spinoza de straat op met een pamflet. Zijn verontwaardiging was enorm en hij veroordeelde de moord als een barbaarse daad. Het was zijn huisbaas die hem gelukkig bij de kraag greep en de deur op slot deed. Aldus behoedde hij Spinoza maar ook zijn eigen gezin voor de woede van de (Oranje gezinde) menigte. Spinoza leefde nog vijf jaar tot 1677 en kreeg daarmee de tijd om zijn Ethica volledig af te ronden.

A. Ethiek en zelfbeeld

Spinoza schreef zijn Ethica voor zichzelf en voor zijn vrienden. Het was een project waarover uitvoerig gecorrespondeerd en gediscussieerd werd, vooral met de vrienden in Amsterdam. Daar is ook het boek, zowel in het Latijn als in het Nederlands, een jaar na zijn dood uitgegeven. Merkwaardigerwijs luidt de titel:

– Ethica in meetkundige trant uitgelegd

Dat is nou niet een titel die je zou verwachten bij een verhandeling over ethiek. En Spinoza legt ook niet uit wat hij verstaat onder ethiek. Dus moeten we zelf proberen te begrijpen wat hij eigenlijk bedoelt met, dus wat hij verstaat onder ethiek. Het is goed om te beseffen dat Spinoza het niet wil hebben over de christelijke ethiek of de christelijke moraal, die in zijn tijd richting gevend was: de ethiek van de theologen. Hij wil het hebben over de ethiek in de antieke zin van het woord, d.w.z. ethiek zoals die werd opgevat door de Griekse filosofen.

Wat is het verschil? Allereerst de overeenkomst. Voor beiden, theologen en filosofen, is ethiek een gebied dat handelt over gedrag, over normen en waarden, over deugden en kwaliteiten, over spelregels in het samenleven van mensen. Maar hoe men daarover denkt, dat kan heel verschillend zijn.

Voor de theologen is ethiek een *zedeleer* die handelt over goed en kwaad. We hebben ons te houden aan bepaalde normen en waarden die door God gegeven zijn. Denk aan de 10 geboden. Wie zijn leven inricht conform de christelijke ethiek kan rekenen op zingeving en zaligheid. Hier en later.

Voor de Griekse filosofen is ethiek een *levenskunst* die handelt over deugd en kracht. Een mens wil sterk zijn, dan leeft hij goed; hij wil niet zwak zijn, want dan leeft hij slecht. De antieke ethiek is gericht op het goede leven, d.w.z op wijsheid en zelfliefde, op dat wat het leven kwaliteit geeft.

Spinoza's Ethica is een prachtig voorbeeld van ethiek in de antieke zin van het woord. Het is een ethiek gericht op het goede leven in wijsheid en zelfliefde. Wijsheid met betrekking tot de orde van de natuur en zelfliefde waar het gaat om de relatie die een mens kan opbouwen met zichzelf. In de zelfliefde komt dan tot uitdrukking hoe de orde van de natuur een mens extra kracht geeft doordat hij zich voegt in het krachtenveld van de wereld. Bij Spinoza gaat het duidelijk om het krachtenveld van de mensenwereld. Daar speelt ons leven zich af en daar kunnen we gaan begrijpen wat onze zwakte en wat onze kracht is. En naarmate we er in slagen beter in onze kracht te leven, in die mate gaan we ook meer liefde voor onszelf voelen, liefde voor de kracht die in onszelf zit.

Het begrip ‘zelfliefde’ bij Spinoza is geen makkelijk begrip. Om dat te begrijpen is het goed om eerst te begrijpen hoe hij omgaat met het begrip van het ‘ik’ of het ‘zelf’. Spinoza kende het *cogito ergo sum* (ik denk dus ik ben) van zijn ‘leermeester’ Descartes: ons ik-besef is de kern van onze geest. En onze geest is een geschenk dat we van God gekregen hebben. Alle andere wezens in de natuur hebben geen geest, alleen de mens is daarmee begiftigd en heeft dan ook een besef van zichzelf, inclusief de krachten van zijn emoties. Descartes was hierin ‘modern’; hij liet zien hoe een christen zich kon verhouden tot zijn emoties. Het geloof in God was daarbij een steun om zich te ontwikkelen tot een goed mens.

Spinoza was hevig geïnteresseerd in de emotieleer van Descartes, maar hij had stevige kritiek op diens ‘cogito ergo sum’. Ons ik-besef is geen geschenk van God, het is gewoon een inadequaat begrip. Het ‘ik’ is iets wat de geest bedenkt om het gevoel van bewustzijn een naam te geven. Het is een inadequaat idee dat me laat denken dat ik me bewust ben van mezelf. Het ‘ik’ hoort bij een mens die denkt dat hij zich vrij voelt in de wereld en die denkt dat hij kan doen en laten wat hij wil. Maar voor Spinoza is een mens helemaal niet vrij; hij is met lichaam en geest gebonden aan de wetmatigheden van de natuur. Niet ik ben me bewust van mezelf, maar het is mijn geest die zich bewust is van zichzelf. En wel een geest die zich manifesteert als de idee van mijn lichaam.

Wil ik mezelf begrijpen, dan zegt Spinoza dat ik mezelf eerst als een eenheid van lichaam en ziel moet begrijpen. En daarmee zegt hij ook: ik moet een ander zelfbeeld gaan ontwikkelen. Namelijk een zelfbeeld als een beeld dat mijn geest (en niet ikzelf) heeft van zichzelf. En dat is wel even wennen! Want hoe kan ik weten wat voor beeld mijn geest heeft van zichzelf?

Laten we een poging wagen. Lezen we de volgende stelling:

– “Wanneer de geest zichzelf en zijn macht tot handelen beschouwt, verblijdt hij zich en dat des te meer naarmate hij zich die macht tot handelen duidelijker voorstelt.” (E3/53).

Het bewijs begint als volgt:

– “De mens kent zichzelf niet, dan alleen volgens de inwerkingen op zijn lichaam en de voorstellingen daarvan.”

Spinoza verwijst hier naar twee vorige stellingen:

– “De menselijke geest kent het eigen lichaam niet en weet niet anders van zijn bestaan, dan alleen door de voorstellingen van de inwerkingen die het lichaam ondergaat.” (E2/19);

– “De geest kent zichzelf niet dan voor zover hij de voorstellingen van de inwerkingen op het lichaam waarneemt.” (E2/23).

We zien hier hoe Spinoza denkt dat de geest zichzelf kan zien of kan kennen. Het gebeurt vrijwel volledig via inwerkingen op het lichaam. In hoofdstuk 3 hebben we een aantal van die inwerkingen besproken:

- a) in het ervaren van honger, slaap of pijn
- b) in het zien of horen van dingen
- c) in het voelen van blijdschap en droefheid.

En nu voegt Spinoza er een vierde ervaring aan toe:

- d) in het waarnemen van al die inwerkingen.

Daarin gaat de geest zichzelf kennen, namelijk als een geest die het lichaam voortdurend waarneemt.

Vervolgen we het bewijs van E3/53:

– “Wanneer het geval dus wil dat de geest zichzelf en zijn macht tot handelen kan beschouwen, wordt hiermee tevens verondersteld dat hij tot grotere volmaaktheid overgaat, d.w.z. dat hij wordt verblijd en wel des te meer naarmate hij zichzelf en zijn macht tot handelen duidelijker kan voorstellen.”

Spinoza verwijst nu naar de volgende stelling:

– “De voorstelling van al wat het vermogen tot handelen van ons lichaam vermeerdert of vermindert ... moet ook het vermogen tot denken van onze geest vermeerderen of verminderen.” (E3/11).

We zien hier iets wonderlijks gebeuren in deze formuleringen van Spinoza. We weten hoe hij denkt over de passieve kracht van het lichaam. Dat hebben we uitvoerig besproken in hoofdstuk 3. Wij zijn met lichaam en geest onderworpen aan een enorme passieve kracht die ons op een fantastische manier helpt om te functioneren als ‘open systeem’. Het is echter ook een kracht die enkel inadequate kennis oplevert. Wij kennen de wereld om ons heen, inclusief ons eigen lichaam, alleen via inwerkingen van buitenaf en niet via de essentie van de dingen, namelijk hoe alle dingen ‘vanuit zichzelf’ functioneren.

Je ziet nu in stelling E3/53, inclusief het bewijs, hoe Spinoza die passieve kracht gaat gebruiken om de geest een nieuwe impuls te geven. Mijn geest kan zich bewust worden van het feit dat zij het lichaam voortdurend waarneemt en op dat moment kan mijn geest iets gaan beseffen. Zij kan nu gaan ervaren hoe het lichaam en zij zelf verweekeld zijn in een leven (een existentie) dat bestaat uit een handelingskracht en een denkkraft, die enerzijds kunnen vermeerderen en anderzijds kunnen verminderen. En deze ervaring, dit besef, is een belangrijk moment.

We krijgen als het ware een totaalbeeld van ons leven te zien. We voelen hoe ons denken over onszelf en de wereld zich verdiept. En dit gebeurt geheel via onze geest, niet via onszelf. We voelen tegelijk hoe wij

daardoor een bijzondere blijdschap ervaren, een nieuw soort vreugde of genot, namelijk een bijzondere kracht die maakt dat wij dit kunnen 'begrijpen'.

Maar Spinoza is nog voorzichtig met zijn stelling E3/53. Dit zien we in de Toegift:

– “Deze blijdschap wordt steeds meer aangewakkerd, hoe meer men zich voorstelt door anderen te worden geprezen. Immers hoe meer men zich voorstelt door anderen te worden geprezen, hoe groter blijdschap men zich voorstelt *zelf* die anderen te bereiden en dat wel vergezeld door de gedachte aan zichzelf. Derhalve zal men ook *zelf* groter blijdschap, vergezeld door de gedachte aan zichzelf, voelen.”

Deze tekst in de Ethica is van cruciaal belang en tegelijk laat zij ons in verwarring achter. Wat bedoelt Spinoza nu met 'zelf'? Ik denk dat we de tekst van de Toegift moeten lezen *in samenhang met* de tekst van de stelling en het bewijs. Als ik word geprezen door anderen en mezelf daardoor trots ga voelen, wie of wat is dan dat ik? Zoals al eerder opgemerkt: het 'ik' of het 'zelf' is voor Spinoza een inadequaat begrip. We hebben, zegt hij, een ik-gevoel dat ons op het verkeerde been zet. We denken dat we een zelfstandig individu zijn met een vrije wil, en dat we kunnen doen en laten wat wij zelf willen. We zijn immers 'onszelf' en we weten toch zelf wat we willen. Maar Spinoza ziet hoe wij hierin 'onszelf' bedriegen. Eigenlijk, zegt hij, kennen we onszelf helemaal niet. Dus laten we dat maar eerst gaan beseffen. Maar daarmee introduceert hij een zelfbeeld, dat nog niet direct duidelijk is. Wanneer kennen we onszelf dan wel?

B. Ethiek en zelfliefde

Zelfliefde is een liefde die ik kan voelen voor mezelf, zodanig dat ik vrede en rust kan vinden in mezelf. Dat is de zelfliefde die Spinoza nastreeft in zijn Ethica. Het is een zelfliefde die samenhangt met onze actieve kracht. Het is echter goed om te beseffen dat deze zelfliefde ook de liefde is die een christen kan voelen voor zichzelf; ook een christen is op zoek naar vrede en rust in zichzelf. We moeten weer terug naar de ethiek om te begrijpen wat Spinoza bedoelt met zelfliefde en wat een christen als vanzelfsprekend zelfliefde noemt. We hebben eerder twee opvattingen van ethiek besproken. Wat zijn de consequenties van deze opvattingen voor mijn zelfbeeld en zelfliefde?

1) *ethiek als zedenleer*. In deze ethiek voel ik mezelf in de goede en kwade dingen die ik doe. Ik voel dan in mijn ziel hoe ik God al of niet gehoorzaam. Mijn zelfbeeld wordt bepaald door wat God van mij denkt. Ik voel alleen liefde voor mezelf via de liefde die God voor mij voelt. Oftewel, Ik kan mezelf in de ogen zien en mezelf vrede en rust geven als ik een waardig mens ben in de ogen van God.

2) *ethiek als levenskunst*. In deze ethiek voel ik mezelf in de sterke en zwakke kanten van mezelf. Ik voel dan in lichaam en geest hoe ik al of niet in mijn kracht zit. Mijn zelfbeeld wordt bepaald door wat ik in mezelf ervaar aan passieve en actieve kracht. Ik voel hoe ik mezelf liefheb op een passieve en een actieve manier. Oftewel, ik kan mezelf begrijpen en rust en vrede vinden in mezelf zodra ik een balans gevonden heb in mezelf.

Dat is wat de Ethica mij kan bieden:

- inzicht in eigen kracht, zowel passief als actief,
- via dit inzicht toegroeien naar een op mijn persoon afgestemde balans, en
- in die zich ontwikkelende balans een bijzonder soort zelfliefde gaan voelen, namelijk voor mijn eenheid van lichaam en geest.

Spinoza spreekt in zijn Ethica niet over ‘zelfliefde’ maar over zelfvoldaanheid (*acquiescentia in se ipso*):

- “zelfvoldaanheid (of tevredenheid met zichzelf) is *blijdschap*, ontstaan door de beschouwing van zichzelf en de eigen macht tot handelen.” (E3/definitie 25).

Hij stelt daar tegenover de neerslachtigheid:

- “neerslachtigheid is *droefheid*, ontstaan door de beschouwing van eigen machteloosheid of zwakheid.” (E3/definitie 26).

Uit deze definities blijkt hoe Spinoza zich als een psycholoog buigt over de kracht die we ‘denken te’ hebben en over de onmacht die we ‘denken te’ hebben. Maar hij koppelt daar ook een ethische analyse aan vast, getuige de toelichting bij definitie 26:

- “... voor zover wij onder zelfvoldaanheid ook verstaan de *blijdschap* door de voorstelling van een of andere daad, die wij *krachtens vrij besluit van de geest* menen te hebben verricht, staat zelfvoldaanheid tegenover berouw:

- berouw is *droefheid*, vergezeld door de voorstelling van een of andere daad, die wij *krachtens vrij besluit van de geest menen* te hebben verricht.” (E3/definitie 27).

Over berouw schrijft Spinoza in deel IV van de Ethica:

- “Berouw is geen deugd, oftewel het komt niet voort uit de rede. Integendeel, wie een daad berouwt is dubbel ongelukkig of machteloos.” (E4/ 54).

En in het bewijs licht hij toe:

- “Eerst laat men zich door zijn lage (of slechte) begeerte en daarna bovendien nog door droefheid overheersen.”

Het is duidelijk: Spinoza ziet weinig heil in berouw, zeker als we het bekijken vanuit de rede. Berouw is een typisch christelijk/religieus

gevoel. In ons berouw voelen we hoe we met onze (door God gegeven) vrije wil hebben gefaald oftewel gezondigd (tegen Gods wet). In het berouw voelen we dat we ‘een slecht mens’ zijn. Volgens Spinoza bewijst deze ethiek ons geen dienst als we het hebben over onze (door de natuur gegeven) kracht. Zij maakt onze kracht afhankelijk van het geloof in God. Bovendien helpt zij niet om het beeld dat we hebben van onszelf, te versterken. Integendeel, wanneer we gezondigd hebben, durven we God niet meer onder ogen te komen. We gaan onszelf zien als slecht, d.w.z. als iemand wiens aard slecht is, omdat hij zijn vrije wil verkeerd heeft gebruikt.

Bij Spinoza is aan alles te merken dat hij niet gelooft in de slechte aard van de mens. Oftewel, ik kan nooit een slecht mens zijn. Ik kan me wel slecht gedragen, maar dat is wat anders. Ik ben van nature *een wezen met kracht*. Mijn handelen valt niet samen met mijn essentie. In het christendom is dat anders. Wat je doet bepaalt ook wat je bent.

Zie hier hoe een verschil in ethiek ook een verschil kan maken in hoe je naar jezelf kijkt. De levenskunst die Spinoza propageert, legt alle nadruk op de kracht die we van nature hebben meegekregen, namelijk de *conatus*, het streven om in je bestaan te volharden, oftewel de begeerte. Terwijl de begeerte voor veel christenen een bron is van kwade verleiding, is de begeerte in de *Ethica* de kracht bij uitstek die ons leven, wie en wat wij zijn, bepaalt.

Daarmee is niet gezegd dat de begeerte ons behoedt voor onbezonnen, dan wel onbegrepen gedrag. Integendeel, begeertes als eerbij, hebzucht en genotzucht laten ons al snel ‘verdwalen’. Maar in onze begeerte leven we wel onze eigen kracht uit. Een kracht die we hebben *als eenheid van lichaam en geest*. En voor zover we worden gehinderd in die kracht gaan we onszelf, geholpen door de rede, juist beter leren kennen en daardoor *dieper* liefhebben. Lees bijvoorbeeld wat Spinoza zegt over hoogmoed, zelfverachting, trots en schaamte. (E3/definities 28 t/m 31). En je krijgt weer de nodige stof om over jezelf na te denken.³

3 Ethiek is voor veel mensen (terecht) een serieuze zaak. Onze alledaagse ethiek hangt samen met ideeën over wat het betekent een goed mens te zijn. Die ideeën hebben we meegekregen tijdens onze opvoeding en later in het contact met anderen. Daardoor weten en voelen we wat onze ‘verantwoordelijkheid’ is. Spinoza bekritiseert onze alledaagse ethiek, maar hij wil haar niet afschaffen. Hij beseft hoe belangrijk ze is voor de samenleving en de rechtspraak. Maar tegelijkertijd zoekt hij naar een nieuwe ethiek die ons maakt tot een ‘vrij mens’.

7. De vrije mens

De vrije mens van Spinoza is de mens die zich vrij voelt in de noodzakelijke werking van God, de God van Spinoza. Dat is kernachtig weergegeven de betekenis van het begrip ‘vrije mens’ bij Spinoza. Maar het vraagt nog wel enige duiding én oefening om de betekenis van dit begrip ook echt te ervaren. Want zo makkelijk is het niet om een vrij mens te zijn in de betekenis die Spinoza er aan geeft. Voordat we hieraan beginnen eerst een citaat uit Ethica deel IV, hoofdstuk XXXII:

“Het menselijk vermogen is (echter) zeer beperkt en wordt oneindig overtroffen door de macht van uitwendige oorzaken. Wij zijn dus niet in alle gevallen in staat de uitwendige dingen voor ons bruikbaar te maken. Toch dragen we de dingen die ons overkomen en ingaan tegen wat voor ons nuttig is, *gelijkmoedig*, in het besef onze plicht te hebben gedaan, en ook beseffend 1) dat onze macht ontoereikend was om hen te kunnen vermijden en 2) dat wij een deel zijn van de gehele natuur, wier orde wij (moeten) volgen.

Met dit heldere en onderscheiden inzicht legt het deel van ons dat wij verstand noemen – *het beste deel in ons* – zich geheel en al bij deze orde neer en streven wij er naar in die berusting te volharden. Want naarmate wij meer begrijpen, kunnen wij alleen verlangen wat noodzakelijk is en in niets anders berusten dan de waarheid, en wanneer wij deze dingen goed begrijpen, is het streven van ons beste deel in overeenstemming met de orde van de gehele natuur.”

A. Zijn ‘kracht’

Deze tekst in de Ethica wordt vaak uitgelegd als een stoïcijnse belijdenis. Spinoza predikt gelijkmoedigheid en berusting in het lot. Maar het is goed te beseffen dat Spinoza niet gelooft in ‘het lot’. Dat wat ons overkomt is niet het product van een of andere verborgen richting in mijn leven. *Alsof* wat mij overkomt door een of ander lot is bepaald. Wij hebben de neiging om dat *wel* zo te voelen. We zien in ons eigen leven *graag* een soort van bestemming, alsof we ergens voor bedoeld zijn. Dat gevoel geeft *richting en betekenis* aan ons leven. En dat gevoel vinden we belangrijk.

Wanneer we dan door tegenslag worden overvallen, voelen we ons onmachtig. We voelen ons overgeleverd aan het lot. En dat gevoel maakt ons onrustig, we voelen vooral hoop en vrees. Wat heeft het lot voor ons in petto? Zal het nog goed met ons aflopen of moeten we het ergste vrezen? Heeft het nog wel zin om je eigen geluk na te streven? Kunnen we ons niet beter ongevoelig maken voor de tegenslagen van het leven? Is het niet beter om het leven puur met strengheid en discipline te leven?

Kunnen we op die manier niet het noodlot de baas? We kunnen bijvoorbeeld afstand doen van ons geluk en daarmee ook van ons ongeluk, doordat we ons niet meer laten beïnvloeden door macht, eer, rijkdom en zingenot? Moeten we niet ophouden met ons te hechten aan dingen of aan mensen? Is het niet veel beter om te onthechten? En in hoeverre laten we de toekomst of het verleden in ons gevoel doorwerken? Kunnen we niet beter gewoon leven in het hier en nu? Tenslotte, moeten we ons niet vooral voorbereiden op onze dood, zodat we weten wat ons te wachten staat? Het zijn dit soort overwegingen die naar een stoïcijnse levenshouding leiden. Met een ijzeren wil je leven leven is het beste wat je kunt doen.

Misschien geef ik hier een karikatuur van het stoïcisme, maar het gaat mij vooral om de gevoelens die de stoïcijn de baas wil worden. En dat zijn herkenbare gevoelens die ieder van ons in zijn leven kan ondervinden. We zoeken geluk, we vermijden droefheid, we willen ons leven zin en betekenis geven. En dat gaat gepaard met wensen die, dat weten we, kwetsbaar zijn. Het leven is immers sterker dan onze wensen. Maar toch blijven we, kost wat kost, zoeken naar geluk. Zo zitten we nu eenmaal in elkaar.

In hoeverre is Spinoza in zijn *Ethica* bezig om hier een antwoord op te geven? Hij kent de mens en zijn neigingen en wensen. Maar hij heeft daar geen oordeel over! Hij constateert slechts wat mensen denken en doen. Als hij een leven onder leiding van de rede bespreekt, dan is dat niet een leven dat we *moeten* leven (alsof de rede dingen voorschrijft), maar dan is dat een leven dat we *kunnen* leven (doordat de rede ons laat zien wat nuttig is).

In het bovenstaande citaat reageert Spinoza op de opmerkingen en adviezen die hij eerder in deel IV heeft afgeleverd. Daarin toont hij zich *optimistisch over de mogelijkheden van een leven onder leiding van de rede*. Maar daarmee is niet gezegd dat zo'n leven ons behoedt voor tegenslagen. Wij zullen die 'aan den lijve' ondervinden. En we zullen daar onze gevoelens bij hebben. Maar tegelijk zullen we helder kunnen begrijpen wat ons overkomt. Naast voorspoed is er ook tegenspoed. Die gedachte alleen al maakt rustig. De dingen gaan zoals ze gaan. En misschien is het dan beter (nuttiger, voordeliger voor onze innerlijke balans) om vooral de vreugde, d.w.z. onze energie te zoeken in een speciaal soort kracht in onszelf: *ons verstand als het beste deel in ons*.

De vrije mens zal tegenslagen niet alleen gelijkmoedig maar ook blijmoedig dragen, *zodra* hij een dieper inzicht heeft in de natuur, inclusief zijn eigen natuur. Spinoza is geen onverstoorbare stoïcijn. Hij laat toe dat hij tijdens zijn leven zowel droefheid als blijdschap kan

ondergaan. Maar hij legt zich daar niet bij neer. Het leven is voor hem meer dan alleen een 'existentieel' leven. Er is ook een essentie die aan zijn leven een nieuwe kracht kan geven. En dat is dat hij in wezen een expressie is van Gods natuur.

Zijn leven speelt zich, net als ons leven, af in twee dimensies: de dimensie van de passieve emoties waar blijdschap en droefheid de boventoon voeren, en de dimensie van de actieve emoties waar enkel nog blijdschap heerst. Maar wat is dat voor blijdschap? Het is een gevoel dat permanent de werking van de rede begeleidt. De rede is in feite een geest gevuld met adequate ideeën. Niet dat al die ideeën al aanwezig zijn in onze geest, we moeten ze nog tot ontwikkeling brengen. Maar naarmate de geest vervuld raakt van adequate ideeën, des te sterker voelt zij haar kracht in de vorm van een permanente blijdschap. En dan zien we hoe Spinoza zich in zijn *Ethica* ontwikkelt als een onverschrokken epicurist, die vooral wil *genieten* van de mogelijkheden die het leven te bieden heeft.

Ik heb hier met opzet een lange inleiding gegeven tot de idee van de vrije mens in relatie tot zijn 'kracht'. Enerzijds om verwarring met het stoïcisme te voorkomen. Anderzijds om te gaan begrijpen waar het om gaat. De *Ethica* is vooral geschreven vanuit een epicuristisch perspectief. Spinoza ziet graag dat mensen blij en opgewekt in het leven staan en dat ze daar met al hun kracht en energie aan werken. Maar hij ziet ook wat er gebeurt en hoe de wereld werkt. Daarover is hij niet treurig. Hij bekijkt mens en wereld met onophoudelijke aandacht. Hij ziet vooral de *mogelijkheden en potenties* die er klaarliggen voor de mens om ontdekt of uitgevonden te worden. En daarmee is het beste deel in ons, ons verstand, tegelijk het deel dat ons de meeste vreugde en energie geeft. Het is dat deel in ons dat wezenlijk verbonden is met de *puur creatieve kracht* van de natuur.

In die zin zou je Spinoza een *vooruitgangs-denker* kunnen noemen. Wat ons verstand nog allemaal te bieden heeft, daar kun je vooral optimistisch van worden. Maar tegelijk is hij een vooruitgangs-denker die realistisch en nuchter blijft. Het typeert Spinoza dat hij niet in pessimisme vervalt, ook al gaat het soms vreselijk mis (denk bijvoorbeeld aan zijn verbanning of aan de moord op Johan de Wit). Hij blijft zich concentreren op de kracht die in mensen zit. Want daar put hij zelf de meeste energie uit. Dat die kracht, als ze niet begrepen wordt, soms tot ongelooflijke rampen leidt is dan een gegeven waar we rekening mee moeten houden. Het is een risico dat nu eenmaal in mensen ingebakken zit. Maar de rede herkent voorspoed en tegenspoed vooral als signalen van vooruitgang en achteruitgang. Wie dat begrijpt, die is er ook op voorbereid.

B. Zijn lichaam

De vrije mens kent op een heldere manier het onderscheid tussen onbegrepen en welbegrepen kracht. Maar dat kent hij pas wanneer hij zich oefent. Hij is bereid en in staat zichzelf diepgaand te analyseren. En hij gebruikt daarbij zijn lichaam. Hier is het goed om nog even terug te halen wat Spinoza zegt over de geest als idee van het lichaam.

– *Het lichaam bestaat zoals wij het waarnemen.*

Wij hebben de consequenties van deze stelling besproken in hoofdstuk 3. Wij kennen ons lichaam alleen maar inadequaal, wij kennen het slechts via inwerkingen op het lichaam, d.w.z. wij kennen het in de vorm van inadequate ideeën. Dus wat onze geest ons ‘meldt’ over het lichaam, bijvoorbeeld via de emoties, dat is slechts ‘kennis door verbeelding’. Het is kennis die hoort bij een geest gevuld met inadequate ideeën.

Maar we kunnen de zaak ook omdraaien. Als onze geest een idee is van het lichaam, hoe zien we dan het lichaam via een geest die gevuld wordt met adequate ideeën. Blijkbaar blijven we in die ideeën nog steeds ons lichaam waarnemen. Oftewel, adequate ideeën zijn ideeën in een geest die ons iets anders te melden heeft over het lichaam. Het gaat nu om een lichaam dat puur op eigen eigen kracht werkt; het gaat om de essentie van het lichaam.

De oefening bestaat hieruit dat we gaan begrijpen hoe het adequate denken van de geest *gepaard gaat met* een adequaat handelen van het lichaam. Daartoe moeten we ons bevrijden van een hardnekkige verwarring. Bekijk de volgende twee vragen:

a) Wat doet het lichaam vanuit zichzelf?

b) Wat doet het lichaam onder leiding van de rede?

Het lijkt zo op het eerste gezicht dat we hier twee zinvolle vragen stellen. Maar Spinoza zal vraag b) afwijzen als verwarrend en dus inadequaal. Zijn stelling is dat lichaam en geest in hun werking volstrekt parallel lopen, en dat ze *geen invloed* hebben op elkaar. Hoe vreemd we dit ook vinden, het is wel de manier om een diep geheim van de Ethica te leren begrijpen. Namelijk dat er twee talen zijn in de natuur: de taal van het lichaam en de taal van de geest. En die twee talen functioneren volledig onafhankelijk van elkaar!

Enerzijds is er de taal van oorzaak en gevolg, de taal van alle lichamen in de natuur (de materiële kosmos met sterren en planeten, landen en zeeën, planten, dieren en mensen, hart, longen en cellen, hersenen en neurale structuren). Anderzijds is er de taal van de geest als idee van het lichaam. En deze taal heeft twee dimensies. Het is de taal van ons lichaamsgevoel in onze alledaagse existentie; de taal van een passieve kracht. Maar er is ook de taal van stellingen en bewijzen, de taal van een actieve kracht. Dit is de taal van de geest die in zijn logische redenering

(in zijn 'rede') een weerspiegeling is van het lichaam in zijn causale werking (in zijn 'oorzaak'). Op verschillende plaatsen schrijft Spinoza: *causa sive ratio*, oftewel oorzaak en reden als twee aspecten van één en hetzelfde. We noemen hier als voorbeelden

– E1/11, Een ander bewijs: ...bijvoorbeeld, indien er een driehoek bestaat, moet er een reden of oorzaak (*causa seu ratio*) zijn waarom hij bestaat...

– E1/33, Opmerking 1: ...Een ding wordt noodwendig genoemd óf ten opzichte van zijn wezen, óf ten opzichte van zijn oorzaak. *Immers, het bestaan van een of ander ding vloeit noodzakelijk voort óf uit zijn wezen en definitie, óf uit een gegeven bewerkende oorzaak.*

Het antwoord op vraag b) is dat het lichaam helemaal niets doet onder leiding van de rede. Het lichaam doet wat het moet doen vanuit een causale werking, terwijl de rede zijn werk doet vanuit een logische werking. *En die twee werkingen lopen parallel!*. De rede heeft geen invloed op het lichaam. In de rationele werking van de geest wordt een causale werking van het lichaam weerspiegeld. *We moeten de causale taal niet verwarren met de logische taal.* En als we daartoe in staat zijn (na enige oefening!), dan gebeurt er iets met ons. Ons redelijk handelen is dan *gelijktijdig* een bijzondere werking van het lichaam. Namelijk van een lichaam dat gaat werken vanuit een eigen kracht, *een puur van binnen uit werkende kracht*, zonder inwerkingen van buitenaf. Dat nu is *de actieve kracht van het lichaam*. Het is een werking die we concreet kunnen voelen in de emoties van geestkracht en edelmoedigheid. Daarom is het goed om te zien hoe deze emoties zich laten gelden in de vrije mens.

Wat voelt de vrije mens in zijn lichaam? Zodra wij adequate ideeën verwerven voelen wij tegelijk iets in ons lichaam. Wat is dat? Het is een bijzonder soort streven. Geestkracht en edelmoedigheid zijn hiervan de duidelijkste expressies. Het is een streven dat aanvoelt als alertheid en ingetogenheid, d.w.z. als een lichaam dat zich alert en ingetogen toont en alert en ingetogen handelt. We kunnen dit concreet zien bij anderen, bijvoorbeeld in de *scherpe blik* van hun ogen of in hun *diep-menselijke omgangsvorm*. Het zijn gedragingen die parallel lopen aan bijzondere waarnemingen door de geest. In een geestkrachtige en edelmoedige geest voltrekken zich heldere ideeën en momenten van pure blijdschap.

C. Zijn geest

Spinoza definieert geestkracht en edelmoedigheid in termen van een begeerte die onder leiding van de rede dingen gaat nastreven. Let wel, het een begeerte die gedreven wordt door een actief handelen

(lichamelijk) en een adequaat denken (geestelijk). Aldus hebben zowel het lichaam als de geest een actieve (redelijke) kracht.

Spinoza laat de actieve kracht van de geest tot uitdrukking komen in *actieve emoties*. Dit zijn emoties die te maken hebben met een actieve, d.w.z. begrijpende geest.

Kijken we naar de definitie van geestkracht:

– “die begeerte, krachtens welke eenieder, alleen op voorschrift van de rede, er naar streeft in zijn bestaan te volharden.” (E/3, 59, Opm.).

Onder rede verstaan we dan de productie van adequate ideeën in een heldere geest. Het is een geest die laat zien wat het betekent om gematigd (d.w.z. veelzijdig), nuchter (d.w.z. onverstoorbaar) en alert (helder en scherp van denken) te zijn. Opnieuw kunnen we geneigd zijn om te denken dat geestkracht een zekere invloed uitoefent op het lichaam: gematigd, nuchter en alert zijn termen die horen bij een geest, zo lijkt het, die controle heeft over het lichaam. Maar de geest van de vrije mens is bij Spinoza een geest die louter weerspiegelt wat er in het lichaam gebeurt.

Geestkracht is de weerspiegeling van een actieve lichaamskracht. Het weerspiegelt de kracht van een lichaam dat puur gericht is op zichzelf, en zich realiseert vanuit zichzelf. *Het actieve lichaam is een zichzelf realiserende kracht en daarmee is ook de actieve geest een zichzelf realiserende kracht*. Beide hebben een vanzelfsprekende kracht ten opzichte van zichzelf. En daarmee realiseren zij ook allerlei vanzelfsprekende dingen, die puur vanuit zichzelf te voorschijn komen, als krachten ten opzichte van zichzelf. Ik noem hier als voorbeeld het bewijs dat de drie hoeken van een driehoek samen 180 graden zijn.

We kunnen aan dit bewijs werken puur vanuit het lichaam. We maken dan een concrete, lichamelijke constructie: we tekenen een willekeurige driehoek, we trekken een lijn door de top evenwijdig aan de basis, we voegen de basishoeken samen met de tophoek en we zien dat ze nu op een rechte lijn liggen. Klaar is ons bewijs, puur vanuit het lichaam! De handelingen die we verrichten zijn vanzelfsprekende handelingen voortkomend uit de vanzelfsprekende kracht van het lichaam. (Zie begin hoofdstuk 5).

Maar we kunnen ook aan dit bewijs werken puur vanuit de geest. We maken dan een begripsmatige constructie: we zien voor ons ‘geestesoo’g de definitie van de driehoek (*de figuur, gevormd door de 3 lijnstukken, die 3 niet op één rechte gelegen punten tot eindpunten hebben*), we hebben begrip van evenwijdige lijnen (*namelijk lijnen die géén punt gemeen hebben*), we begrijpen de eigenschappen van een derde lijn die twee evenwijdige lijnen snijdt (*de gelijkheid van aldus ontstane hoeken*). Wanneer we al deze inzichten toepassen op een driehoek, dan kunnen we een constructie ‘bedenken’, waaruit als

vanzelfsprekend te zien is dat de drie hoeken samen 180 graden zijn. En klaar is ons begripsmatige bewijs.

Samen in volledige parallelle wordt door lichaam en geest de stelling bewezen. Althans, zo kijkt Spinoza naar de werking van lichaam en geest. Dat is wat hij doet in zijn *Ethica*. Het lichaam, zegt hij, is een enorm krachtige *modus*, en daarmee is dus ook de geest een enorm krachtige *modus*, of het nu is als passieve geest (in het dagelijkse lichaamsgevoel) of als actieve geest (in de helder denkende geest). We zien nu ook hoe de geestkracht bij Spinoza vooral een kracht is om kennis te verwerven, en wel kennis met betrekking tot fysieke krachten, zoals de krachten van de menselijke emoties. Want in de kennis van de fysieke natuur komen causale relaties te voorschijn die noodzakelijk werken, d.w.z. met een logische noodwendigheid. Vandaar dat de actieve geest met zijn adequate ideeën in staat is de (actieve!) natuur in zijn causale werking te doorgronden, d.w.z. te weerspiegelen.

We kunnen nu ook beter de actieve emotie van edelmoedigheid begrijpen, in Spinoza's definitie:

– “die begeerte krachtens welke ieder, alleen op voorschrift van de rede, er naar streeft anderen te helpen en door vriendschap aan zich te verbinden.” (E3/59, Opm.).

In de edelmoedigheid toont de geest een actieve kracht die samen wil gaan met de actieve kracht van anderen. We laten ons niet meer passief beïnvloeden door de ander, maar we stellen ons nu op als vrije mensen. We ontwikkelen dan vanuit onszelf een actieve kracht die maakt dat we gezamenlijk *een nieuw lichaam* vormen dat zoveel malen krachtiger is dan dat van ieder van ons afzonderlijk.

D. Zijn vrijheid

In de *Ethica* is de vrijheid van de mens een complex gegeven. Ten eerste is het een *vrijheid van*: een bevrijding uit de passieve emoties. We zijn in staat ons als het ware (al is het maar even) los te maken uit onze passieve kracht. En tegelijkertijd erkennen en accepteren we hoe de passieve kracht ons verbindt met onze existentiële leven. Enerzijds is het een leven van vallen en opstaan dat als maar doorgaat. Anderzijds is de passieve kracht ook een werking van het lichaam die ons laat functioneren als levend organisme. We kunnen niet zonder die kracht. Maar we kunnen wel, gelet op de passiviteit van de emoties, bewust enige afstand nemen.

Ten tweede is er de *vrijheid tot*: leven in de kracht van onze natuur. Het gaat dan om een kracht die lichaam en geest bezitten *ten opzichte van zichzelf*. Wat die kracht inhoudt hebben we in het voorgaande uitvoerig

besproken. Maar waar komt die actieve kracht die we blijkbaar hebben, waar komt die vandaan? Spinoza gaat nu een beslissende stap verder, een stap die veel denkkraft van ons zal vragen. Namelijk een stap die ons voert naar de grond van al het zijn: God. Spinoza presenteert zijn ideaalbeeld van de vrije mens aan het eind van deel IV van de Ethica. Hij heeft dan al uitvoerig gekeken naar de kracht van de rede. Dat is geen kracht in de rede zelf, maar in een streven dat plaatsvindt onder leiding van de rede. Het is een kracht in lichaam en geest waarin lichaam en geest zichzelf realiseren, los van alle invloeden die op beide inwerken. Die kracht om zichzelf te realiseren ontleent lichaam en geest aan een alomvattende kracht in de natuur: God. We komen er nog uitgebreid op terug in de laatste twee hoofdstukken.

De idee van de vrije mens vormt een belangrijke tussenstap tussen de mens die leeft vanuit zijn passieve kracht naar de mens die wil leven vanuit zijn actieve kracht. We krijgen hier te maken met een sociale/politieke visie van Spinoza. Voordat we onszelf echt kunnen ervaren als 'vrij', is het nuttig om ons eerst vrij te voelen in het samenleven met anderen. Spinoza draait het gezegde 'verbeter de wereld, begin bij jezelf' om. Het wordt nu 'verbeter jezelf, begin bij de wereld'.

De vrije mens is in eerste instantie een mens die edelmoedig is, d.w.z. een mens die zich loyaal, oprecht en rechtvaardig toont. Hij zoekt naar datgene wat mensen gemeenschappelijk hebben, met name zoekt hij naar overeenkomsten waarin mensen hun rationeel 'handelen' kunnen tonen. d.w.z. hun eigen *welbegrepen* belang kunnen praktiseren. Spinoza ziet vooral in de vrijheid van denken de expressie van een dergelijk belang, want daarin kan de eigen, actieve denkkraft tot ontplooiing komen. Maar dan is de vraag: hoe kunnen vrije mensen met elkaar overeenkomen, terwijl ze toch van mening kunnen verschillen?

Dit is een belangrijke vraag, want ze verwijst naar de praktijk van onze democratie. Mensen zullen zo wie zo een eigen kracht en (dus) ook een eigen mening hebben. Dat maakt mensen interessant, zeker als ze met elkaar gaan samenleven: eenieder brengt zijn eigen kracht in. Dus mensen zullen verschillen in hun kracht en denken. Maar wat ze één maakt, d.w.z. waarin ze met elkaar (kunnen) overeenkomen, dat is hun vrijheid om de kracht te zijn die ze zijn en om te denken wat ze denken.

Dat is wat de vrije mens het meest karakteriseert. Het is de vrijheid van de ontplooiing van kracht, die hij in zichzelf en in de ander bevestigt en versterkt. En het is alleen onder leiding van de rede dat wij die vrijheid kunnen vinden. Het is een vrijheid die ons in onze natuurlijke (d.w.z. in de *welbegrepen*) werking het meest tot zijn recht laat komen. In deze vrijheid gaan wij onszelf op een nieuwe manier zien en liefhebben. Het is in de *actieve* zelfliefde dat we de ander het beste en krachtigste kunnen

liefhebben, namelijk hem beschouwende en vrij latende in zijn eigenlijke kracht.

In deel III van de Ethica wordt de emotie van zelfliefdede gedefinieerd via de emotie van zelfvoldaanheid:

– *Zelfvoldaanheid is de blijdschap die ontstaat, doordat de mens zichzelf en zijn vermogen tot handelen beziet* (E3/definitie 25).

Spinoza bepreekt deze definitie opnieuw in deel IV van de Ethica:

– *Zelfvoldaanheid kan uit de rede ontstaan, en alleen de tevredenheid die uit de rede ontstaat, is de hoogst mogelijke* (E4/51).

Nu lijkt het alsof Spinoza de oplossing te pakken heeft. We hoeven ons leven alleen maar in te richten volgens de rede, en de gemoedsrust zal ons ten deel vallen. Maar zo simpel is het niet! We zien dit al in de opmerking bij stelling 51, waar Spinoza opnieuw waarschuwt voor het risico van een *passieve*, onbegrepen zelfliefdede. Want dat risico zit met name in de passieve kracht waaraan wij tijdens ons leven onderworpen zijn, Het is een kracht die wij niet zomaar kunnen afwerpen. Integendeel!

In hoofdstuk 5 (Wat de rede vermag) hebben we gezien hoe God alles begrijpt. Hij begrijpt niet alleen mij maar ook de ander. Hij zit zowel in mij als in de ander! Oftewel, hij zit in mijn lichaam en in mijn geest alsook in het lichaam en in de geest van de ander. God denkt niet alleen, hij handelt ook. Denken en handelen zijn twee aspecten van één en hetzelfde.

Met deze visie op God kunnen we gaan werken aan een actieve kracht in onszelf. Let wel, *we moeten ons deze visie wel eerst nog eigen maken!*. En dat is helemaal niet zo simpel. Wat is dit voor God? En hoe kunnen we hem herkennen in ons leven? Het eerste waar we aan moeten wennen is het feit dat het hier niet gaat om een religieuze God. De God van Spinoza is een 'genaturaliseerde' God, een God die in alles leeft en werkt. Het is een God die de werking zelf van de Natuur voortdurend tot expressie brengt. Maar als het gaat om de Natuur zelf, waarom noemt Spinoza het dan God? Ik denk dat hij wil wijzen op een heldere alles doordringende kracht in de Natuur die door zijn vanzelf-sprekendheid *een alom aanwezige straling* verspreidt.

Het is de rede die ons kan helpen om deze *kracht en straling van God* ook daadwerkelijk te voelen. De rede begeleidt namelijk de actieve kracht in ons langs twee sporen. De actieve kracht is niet alleen de kracht van het rationele, wiskundige en wetenschappelijke denken, het is ook de kracht van een actief handelend lichaam, d.w.z. van een lichaam dat zijn eigen kracht wil bundelen met de kracht van anderen. Dit is een centraal thema in deel IV van de Ethica. We zien het bijvoorbeeld in stelling 31:

– *Voorzover enig ding met onze aarde overeenstemt, is het noodzakelijk goed.*

In de toegift schrijft Spinoza:

– *Hieruit volgt dat hoe meer enig ding met onze aard overeenkomt, hoe nuttiger of beter het voor ons is, en omgekeerd, hoe nuttiger iets voor ons is, hoe meer het met onze aard overeenkomt.*

Het is de rede die ons laat nadenken over de vraag hoe en waarin we met elkaar overeenkomen. Mijn lichaam komt overeen met een ander lichaam voor zover onze lichamen een van binnenuit werkende kracht vertonen. Maar we zijn ook een lichaam dat zich laat leiden door van buitenaf werkende krachten. In dat geval kunnen wij makkelijk tegenover elkaar komen te staan. De liefde die we voelen voor een ander kan snel omslaan in haat. Denk aan de onbeantwoorde verliefdheid. Of denk aan meningsverschillen die kunnen leiden tot ruzie of zelfs oorlog. Spinoza bespreekt de ontwrichtende werking van onze passieve kracht in de stellingen E4/29 t/m 34.

In de stellingen E4/35 t/m 37 bespreekt Spinoza de constructieve werking van onze actieve kracht. Hij ziet hoe de mens *in essentie* (d.w.z. van binnenuit) een sociaal wezen is en hoe zijn lichaam en geest daarin de grootst mogelijke kracht tot ontwikkeling brengen. Het welbegrepen sociale samenzijn is een vorm van redelijk handelend samenzijn. Zo stelt hij in de opmerking van stelling 35:

– *Wat wij hier aantoonden bevestigt ook de ervaring dagelijks met zoveel en zo glasheldere voorbeelden, dat haast elkeen zegt: de mens is voor de mens een god. Toch komt het zelden voor dat de mensen zich in hun leven laten leiden door de rede. Meestal benijden en hinderen zij elkaar. Niettemin kunnen zij een eenzaam leven niet goed verdragen... Dat wijst er op dat uit het gemeenschapsleven van de mensen veel meer voordelen dan nadelen voortvloeien.... En zo leert ook de ervaring, dat de mensen door onderlinge hulp zich het makkelijkst al wat zij nodig hebben kunnen verschaffen...*

Zie hier in deze passage hoe Spinoza onze passieve kracht (meestal benijden en hinderen wij elkaar) zet *tegenover* onze actieve kracht (door samenwerking verkrijgen we allerlei voordelen). We moeten bedacht blijven op onze passieve kracht. Maar die kracht is niet alleen destructief, zij is ook constructief! In onze passieve kracht hebben we *tal van* mogelijkheden om op een positieve manier ‘samen te zijn’ met andere mensen. Echter, dat ‘samen-zijn’ kan ook weer snel ‘verstoord’ worden door ‘de hitte’ van de emoties. Wanneer we dus naast onze passieve kracht ook de rede, d.w.z. *de kalmte en helderheid van lichaam en geest*, blijven gebruiken (in een voor ons haalbare en menselijke balans), dan wordt het ‘samen-zijn’ constructiever en stabiel.

Geestkracht en edelmoedigheid zijn de actieve krachten, d.w.z. de actieve strevingen van de vrije mens. In deze actieve emoties worden we gestimuleerd om een actieve zelfliefde te voelen, een liefde die we enkel nog voelen voor de kracht van ons lichaam en onze geest. We ondergaan die liefde niet, zoals bij een passieve zelfliefde; *we worden nu die liefde zelf*; we vallen samen met een begeerte die voortdurend blijdschap oplevert. Want we nemen samen met anderen actief deel aan het krachtenspel van de Natuur, *als werkend deel van de werking van God*.

Geestkracht en edelmoedigheid zijn actieve emoties van onze geest. Het zijn emoties waarin de rede de kracht van het lichaam weerspiegelt in de pure begeerte tot 'zijn' én 'samenzijn'. Mijn zelfbeeld verandert. Ik ga mijn actieve kracht ontplooiën in een verruimd 'zelf-gevoel', een zelf dat zich nu deel voelt van een heldere, alles doordringende kracht in de Natuur. Door dit nieuwe zelf-gevoel ga ik nu ook een liefde voelen die verbonden is met de liefde van God voor zichzelf.

8. De kennis van God

Dit is het moeilijkste onderdeel van de Ethica en daarom tot het laatst bewaard. Tot nog toe ging het over concrete zaken, zoals de menselijke emoties, de macht en onmacht van de rede, zelfbeeld en zelfliefde, en het profiel van de vrije mens. Het ging ook over kennis door verbeelding, iets waar we weinig moeite mee hebben, gewend als we zijn om te denken in beelden. Zelfs kennis door de rede ging ons goed af, omdat we het in ons hebben om redelijk en logisch te denken. Maar nu dus kennis van God. Wat moeten we ons daarbij voorstellen?

Spinoza stelt eigenlijk heel simpel dat het gaat om een God wiens verstand bestaat uit louter adequate ideeën. Dus kennis van God is in eerste instantie kennis die God heeft van zichzelf via zijn adequate ideeën. Welnu, deze kennis is ons niet gegeven; zij hoort enkel bij God zelf. Maar we kunnen wel een zekere kennis verwerven van God. We hebben die mogelijkheid, zegt Spinoza, omdat onze geest in essentie deel is van God's verstand. Zij heeft daaraan deel doordat wij zelf ook adequate ideeën kunnen hebben. Het is de adequaatheid van ideeën die maakt dat we kennis kunnen hebben van God.

Maar daar begint gelijk de moeilijkheid. Want wat is een adequaat idee? Spinoza wijdt er een uitgebreide definitie aan in het begin van deel II van de Ethica:

– Onder een adequate idee versta ik een idee, dat wanneer men het op zichzelf en los van de relatie met het object beschouwt, alle wezenlijk en onafhankelijke eigenschappen van een waar idee heeft.

Toelichting: Ik zeg 'onafhankelijke' om datgene uit te sluiten, dat van iets anders afhangt: namelijk de overeenstemming van het idee met het object.

Het is een definitie die ons onderdompelt in de abstractheid van Spinoza's denken. Het gaat om een idee dat in principe beeld-loos is. Het staat volledig los van enig object. Het is een in zichzelf besloten begrip dat vanuit zichzelf helder en duidelijk, dus waar is. De adequaatheid van het idee blijkt uit zijn helderheid, d.w.z. uit zijn vanzelf-sprekendheid. Daar komt geen beeld meer aan te pas. We worden als het ware in het diepe gegooid van een denken dat zichzelf van binnenuit 'verlicht'.

Het is alsof we het bewijs dat de drie hoeken van een driehoek 180 graden zijn, in één klap kunnen doorzien. Althans, dat is waar Spinoza op koerst. Uiteraard moet de rede nog wel zijn redeneer stappen zetten om het bewijs te kunnen leveren. Daarbij is het ook handig om met beelden te werken (zie hoofdstuk 5). Maar in principe heeft de rede het beeld niet nodig. En dan verandert zij in kennis door intuïtie. Dat is waar Spinoza naar toe wil. Zijn Ethica wil ons toegang bieden tot een intuïtief kennen dat gebaseerd is op adequate ideeën.

Maar wat voor kennis levert dat dan op? Het is hier dat we het geheim van de Ethica, d.w.z. het geheim van onze essentie naderbij komen. Adequate ideeën zijn heel bijzondere ideeën; zij geven uitdrukking aan onze essentie als bestaanswijze van de substantie. In en door deze ideeën leren we onszelf kennen in ons wezenlijke zijn. Het is alsof onze existentie en onze essentie daar samenvallen! Dat kan eigenlijk niet, want Spinoza maakt voor eindige dingen een scherp onderscheid tussen hun essentie en hun existentie. Weliswaar komen ze allebei van God, maar tegelijk blijven ze gescheiden (zie bijvoorbeeld axioma 1 van Ethica deel II).

1. Existentie van het lichaam

Een stelling die ons kan helpen om dit goed te begrijpen is E4/4:

– Het is onmogelijk dat de mens geen deel is van de natuur en alleen veranderingen kan ondergaan, die louter uit zijn aard (essentie) begrepen kunnen worden en waarvan hij de adequate oorzaak is.

Het bewijs is interessant; het bestaat uit twee delen:

1) De macht waardoor de individuele dingen en dus ook de mensen hun ‘zijn’ (hun in se esse) handhaven is tegelijk de macht van God, niet voor zover deze macht oneindig is, maar voor zover deze macht zich in het actuele wezen van de mens uitdrukt. De menselijke macht, die zich in zijn eigen wezen manifesteert, is dus een deel van de oneindige macht van God of de natuur.

2) In het tweede deel bewijst Spinoza de stelling uit het ongerijmde. Stel, de mens is louter de adequate oorzaak van zichzelf. Dan heeft hij een oneindige macht om zichzelf in stand te houden, namelijk een macht waardoor hij nooit te gronde kan gaan en voortdurend in zijn bestaan zou kunnen volharden. We citeren de Toegift: “Hieruit volgt dat de mens noodzakelijk altijd blootgesteld is aan zijn emoties, dat hij de algemene orde van de natuur volgt en gehoorzaamt en voor zover de aard van de dingen dit vereist, zich daarbij aanpast.”

We zien hier hoe Spinoza de existentie en essentie van een mens in elkaar past. De mens blijft met zijn essentie een noodzakelijk deel van de natuur namelijk als kracht om ‘in zichzelf te zijn’, en in die zin is hij eeuwig. Terwijl hij met zijn existentie gehoorzaamt aan de orde van de natuur, en in die zin is hij ook eeuwig, namelijk als deel van een natuur, waarin alle delen noodzakelijk (causaal) op elkaar inwerken.

De taal van de adequate ideeën heeft dus een dubbele functie. Enerzijds drukken mijn lichaam en mijn geest zich uit in een eeuwige essentie, anderzijds drukt de orde van de natuur zich uit in lichamen met eeuwige essenties die mijn existentie beïnvloeden. Zo kunnen we de volgende

wonderbaarlijke stellingen in deel II gaan begrijpen, die handelen over de existentie van het lichaam:

E2/45: Elk idee van een lichaam of van een actueel bestaand (= existierend) ding sluit noodzakelijk het eeuwige en oneindige wezen van God in.

E2/46: De kennis van het eeuwige en oneindige wezen Gods, die in elke idee ligt opgesloten, is adequaat en volmaakt.

E2/47: De menselijk geest heeft adequate kennis van het eeuwige en oneindige wezen van God.

Het bewijs bij de laatste stelling is kort maar krachtig:

– “De menselijke geest heeft *ideeën* op grond waarvan hij zichzelf en zijn lichaam en de lichamen erbuiten (voortdurend) *als actueel bestaand* (= existierend) waarneemt.”

Merk op dat hier weer opnieuw geldt: het lichaam bestaat zó als wij het waarnemen. We kunnen dus het lichaam inadequaat waarnemen via zijn inwerkingen (zie hoofdstuk 3), maar we kunnen het ook adequaat waarnemen, en dan zien we het *als actueel bestaand*, d.w.z. *als in de orde van de natuur (noodzakelijk) ‘in werking zijnde’*. In dit geval het lichaam werkend als een ‘open systeem, oftewel, het lichaam werkend in zijn passieve kracht.

Spinoza besluit deze serie stellingen met de volgende intrigerende opmerking:

“Wij zien hieruit dat Gods oneindige wezen en zijn eeuwigheid *aan eenieder bekend zijn* (!). Daar nu alles in God is en uit God moet worden begrepen, volgt daaruit, dat wij uit deze kennis velerlei kunnen afleiden dat wij *adequaat* kennen, en dat wij zodoende die *derde soort van kennis* kunnen vormen, over welker voortreffelijkheid en nut ik in het vijfde deel gelegenheid zal vinden te handelen. Dat de mensen evenwel niet een even heldere kennis hebben van God als van algemeen erkende begrippen, is een gevolg van het feit, dat men zich God niet als beeld kan voorstellen gelijk voorwerpen, maar dat men toch het woord ‘God’ verbindt aan verbeeldingen omtrent dingen die men gewoon is te zien; hetgeen voor mensen wel nauwelijks te vermijden is omdat zij voortdurend inwerkingen van uitwendige voorwerpen ondergaan.”

Hier voelen wij ons aangesproken! Wij kunnen ons geen begrip vormen van God anders dan via een beeld van hem. Oftewel, een zuiver adequaat begrip van God is, zo lijkt het, voor ons niet weggelegd. En daar heeft Spinoza gelijk in. Hij benadrukt op een aantal plaatsen dat we ons van de (absolute) oneindigheid geen idee kunnen vormen, anders dan via het begrip van onze eindigheid. Met ander woorden, ons is dat begrip van ‘absolute oneindigheid’ niet gegeven.

En toch kunnen we, zegt Spinoza, een adequaat begrip hebben van God's oneindige wezen en zijn eeuwigheid. Want die zijn aan eenieder bekend! Maar hoe zijn ze bekend? *Enkel als intuïtieve kennis*, d.w.z. kennis van de derde soort. God is in geen beeld te vangen, dat voelen we allemaal aan. Hij is ook niet als een rationeel idee te begrijpen. Maar hoe moeten we ons God dan 'voorstellen'? Dat blijft een raadsel en een geheim, althans voorzover we gewend zijn om te denken in beeldende en rationele begrippen. Er is dus nog een ander soort 'begrip', namelijk het intuïtieve begrip, waarover we blijkbaar wel beschikken maar dat we niet direct ter beschikking hebben.

2. God als oneindig wezen

Het begrip 'oneindig' is bij Spinoza bij uitstek een positief begrip, want het begrip gaat over God die een volstrekt oneindig wezen is (zie E1/definitie 6). Oftewel God *is* het oneindige, d.w.z. hij wordt nergens door beperkt behalve door zichzelf. God is oneindig, uniek en ondeelbaar. Als God uit delen zou bestaan, dan zou God mede bepaald en dus in die zin beperkt worden door zijn delen. Maar God wordt alleen bepaald door zichzelf en nergens anders door, dus ook niet door delen die hem zouden samenstellen. De God van Spinoza bestaat absoluut niet uit delen, ook al denken wij dat wij schepsels zijn in Gods natuur, dus dat wij functioneren als delen in God. Nogmaals, de God van Spinoza is oneindig, uniek én ondeelbaar!!!

Hoe moeten wij dan onszelf begrijpen wanneer wij als modi expressies zijn van God of de substantie. Zijn wij dan niet beperkt? Definitie 2 uit deel I van de Ethica luidt:

– *Datgene noem ik 'eindig in zijn soort' (bijvoorbeeld een eindig lichaam of een eindige idee) wat door iets anders van dezelfde aard kan worden beperkt.*

Hier heeft het begrip 'eindig' een negatieve betekenis, d.w.z. er ontbreekt iets aan een eindig lichaam en aan een eindig idee, waardoor ze nooit oneindig kunnen zijn. Maar de Ethica van Spinoza gaat juist over het oneindige. Het gaat hem om een bijzondere stem van een bijzondere God. Deze God vertelt een puur positief verhaal over zichzelf. En wij komen in dat verhaal te voorschijn zodra we gaan bestaan in de noodzakelijke orde van zijn natuur. Dan zijn we in God *voor zover* we op dat moment ons 'modus zijn' *actualiseren*, d.w.z. gaan *werken* (=existeren) als een expressie van de substantie. Wij actualiseren dan onze essentie (die voor eeuwig in God bestaat!!!) in *een eindige existentie*. Tegelijk zijn we dus als essentie altijd al in God (!), namelijk als eeuwige modi (zie E1/definitie 5), wier essentie en existentie volledig bepaald worden door God (zie E1/24 en 25).

God is behalve de oorzaak van zichzelf ook de oorzaak van de wereld. Maar, en dat is typisch Spinoza: God is de oorzaak van de wereld als gevolg van zichzelf. God als oorzaak is natura naturans en God als gevolg is natura naturata. Het zijn twee zijden van één medaille, God. In beide hoedanigheden is God uniek, oneindig en ondeelbaar. Hoe komen dan de eindige dingen tot stand? Anders gezegd, hoe kunnen we dan allerlei (onder)delen in de wereld onderscheiden? Dat kan door de wijze waarop we gewend zijn het oneindige te construeren, namelijk van onderaf, vanuit de delen, namelijk door het aantal delen oneindig te laten oplopen.

Maar dat is niet de wijze waarop God oneindig is. Zijn oneindigheid wordt niet bepaald door de wijze waarop wij het oneindige zien. Eigenlijk zien wij het oneindige als een negatief begrip. Voor ons is het eindige iets positiefs, want iets concreets. En dan is het oneindige iets dat wij ons niet meer kunnen 'voorstellen', wij kunnen er geen beeld bij hebben. Daarom noemen wij het oneindige op een negatieve wijze als iets dat niet eindig oftewel *on-eindig* is. Maar, zoals gezegd is het oneindige bij Spinoza juist een positief begrip. Het is een adequaat idee, een idee dat we alleen met onze intuïtie positief, d.w.z. rechtstreeks kunnen vatten. Dat lukt ons niet met de ratio (die vooral wil 'construeren'), we zijn hier aangewezen op een intuïtie die ons rechtstreeks verbindt met de eeuwigheid van God *én van onszelf*. En dan zien we een absoluut oneindig wezen, God. Volstrekt beeldloos, volledig in zichzelf bestaande en alleen door zichzelf begrepen.

De parabel van de schepping

God schiep de wereld uit het Niets. Dat is het axioma van het Westerse Christendom, prachtig beschreven in Genesis. Eerst was alleen God er en voor de rest niets. Toen wilde God een wereld scheppen en zo gebeurde het. Want God was en is een almachtige Geest die kan doen en laten wat hij wil.

God deed zeven dagen over zijn schepping. Eerst schiep hij hemel en aarde. En daarna schiep hij de zon, de sterren en de maan. Vervolgens schiep hij dag en nacht, water en land. Toen werd het tijd om de levende natuur te scheppen. Eerst de planten, vissen, vogels en dieren. En toen schiep hij de mens.

Eerst schiep hij Adam. Hij vormde de mens uit het stof van de aardbodem en blies hem de levensadem in de neus. Zo kwam de mens tot leven. Toen schiep hij de vrouw uit de rib van Adam. En ook haar blies hij de levensadem in de neus. Aldus schiep God twee zielen die zich wilden verenigen tot één ziel.

God zorgde er met zijn schepping voor dat het stoffelijke (het lichaam) ondergeschikt bleef aan het geestelijke (de ziel). Het lichaam was eindig, de ziel onsterfelijk. Zo richtte God zijn schepping in. En zo kregen wij een doel: hier op aarde God te dienen om later in de hemel bij hem gelukkig te zijn.

3. God en zijn Atributen

De God van Spinoza is een God die wij leren kennen via de Ethica. Het is een God die God is dankzij zijn attributen. Zonder zijn attributen zou God geen kracht hebben om te 'zijn' wat hij is. De attributen Denken en Uitgebreidheid maken God tot een krachtige substantie, d.w.z. tot een werkelijkheid die uit zichzelf laat zijn wat is. De attributen vormen de grond voor het 'zijn' van lichamen en geesten. Dat is de kracht waarmee God zich gaat manifesteren in de wereld. Maar heeft hij dan ook de wereld geschapen? Spinoza heeft ons geen scheppingsverhaal te bieden. Alles is al in God aanwezig tot in eeuwigheid. Alles heeft al een plek en een aanleiding om te gaan bestaan, dankzij de oneindigheid.

Spinoza *identificeert* de substantie met zijn attribuut, of beter, met de (oneindige) totaliteit van zijn attributen. Immers in de definitie van God (E I/ def. 6) wordt gesproken over "een substantie *bestaande uit* een oneindig aantal attributen". Oftewel, de attributen zijn geen kwaliteiten van God, *zij zijn God zelf!* De neiging om in attributen kwaliteiten te zien zorgt voor onnodige verwarring; Spinoza had wellicht beter een andere term kunnen gebruiken. Maar zeker is, dat attributen in dit geval geen eigenschappen zijn van een object.

Nergens zegt Spinoza dat attributen 'behoren' tot de substantie of dat de substantie aan de attributen 'ten grondslag' ligt. En als hij zegt dat attributen kunnen worden opgevat "als uitmakende *het wezen* van een substantie" (zie E I/ def. 4), dan wordt hier 'wezen' niet opgevat in predicatieve zin (als datgene wat 'eigen' is aan de substantie), maar als de essentie zelf van de substantie.

Als de attributen God zelf zijn, hoe kan Spinoza ze dan karakteriseren als "datgene wat *het verstand* opvat als ..." (zie E I/ def. 4)? Zo'n formulering komt juist over alsof attributen iets subjectiefs zijn (iets dat door het verstand 'bedacht' is) en dus helemaal geen op zichzelf staande goddelijke realiteit weergeven. Het is echter hier dat wij een belangrijk element in Spinoza's godsbegrip leren begrijpen. Ten eerste, met het verstand wordt bedoeld het verstand *zoals dit functioneert in God, d.w.z. als deel van de natuur*. Alles is in God, ook ons verstand. Ons verstand ziet slechts *wat de attributen toelaten*. Wij kunnen de natuur slechts begrijpen vanuit twee invalshoeken, namelijk vanuit het denken (de logische relaties tussen ideeën) en vanuit de uitgebreidheid (de causale relaties tussen dingen).

Ten tweede, voor God geldt niet alleen dat hij bestaat in oneindig veel attributen als één substantie, maar ook dat hij in zijn natuurlijke manifestaties op oneindig veel wijzen begrepen kan worden. De

attributen zijn dan *media waardoor begrip ontstaat*. Echter, niet alle attributen zijn in *ons* begrippenapparaat ingebouwd. Dat hoeft ook niet, want de twee attributen waarmee de mens werkt, zijn in principe voldoende om God of de natuur *volledig* te begrijpen. De twee attributen denken en uitgebreidheid bevatten immers op zich reeds het volledige, oneindige arsenaal van Gods werkingen in de wereld. Of anders geformuleerd, binnen deze attributen kan de volledige diversiteit en complexiteit van dingen in de natuur worden geproduceerd en verklaard. Daarmee staan deze attributen tevens symbool voor *een universele begrijpelijkheid* van de natuur en voor een allesomvattende causale productiviteit. Het is onmogelijk, dat er iets in de natuur onbegrijpelijk blijft, zoals het onmogelijk is dat er iets in de natuur zou kunnen werken op een niet-causale manier. De noodzaak van een volstreekte begrijpelijkheid wordt immers gedemonstreerd door een God die in onbeperkte mate in staat is om te bestaan, d.w.z. om dingen te produceren, d.w.z. te laten werken. De attributen zijn aldus *tekenen van macht* waaraan men God herkent. Zij zijn de tekenen van God's alomvattende productiviteit. Door de attributen valt God samen met zijn macht. De werking van de natuur is in essentie God zelf. Maar wat is dan precies die werking van God?

4. God en zijn Werking

De God van het Christendom laat zich kennen via de ziel; de God van Spinoza laat zich kennen via lichaam en geest. Het verschil tussen beide is levensgroot. Als christen hebben wij contact met God via ons zielsleven; wij voeren in ons binnenste een gesprek met hem en prijzen hem dan wel vragen we hem om hulp. Het liefst willen wij bevrijd zijn van de verzoeken en begeerten van het lichaam. Zo voelt de christen Gods werking in hemzelf. Bij Spinoza ligt dat anders. Bij hem ontstaat en groeit juist het contact met God in en door de beroeringen van lichaam en geest. Het is weliswaar ook een zielestrijd, maar nu een die zich nadrukkelijk verbindt aan de existentie van het lichaam. Wij ervaren in de loop van ons leven steeds duidelijker twee krachten in onszelf. Enerzijds is er die geweldige passieve kracht die we ervaren dankzij al de invloeden en inwerkingen die ons lichaam ondergaat om te kunnen functioneren als organisme. Anderzijds ervaren wij een mysterieuze actieve kracht die zich in eerste instantie aandient via een handelen onder leiding van de rede, maar vervolgens zich gaat manifesteren als een spirituele kracht. Zie hier de werking van de God van Spinoza. Het is goed om te beseffen dat de passieve kracht waarmee God ons laat bestaan, zich elk moment van de dag manifesteert. Vatten we het nogmaals samen: *onze kracht ligt in onze begeerte*. Wij zijn voortdurend bezig om in ons leven, in ons bestaan te volharden. Dat is onze essentie. Maar het is een essentie die we in

eerste instantie willen realiseren (actualiseren) via onze existentie. Ons lichaam is een biologisch organisme dat enorm afhankelijk is van allerlei dingen buiten ons: het is een begeerte die heel primair op zoek is naar lucht, voedsel en onderdak, en toen we nog kind waren richtte de begeerte zich op onze ouders, hun bescherming en opvoeding. Later richtte onze begeerte zich vooral op het contact met andere mensen, de vriendschap die we ervaren, de erkenning die we krijgen, om tenslotte mogelijk een begeerte te worden die op zoek is naar kennis, creativiteit en wijsheid.

En overall spelen daarbij de emoties een hoofdrol! Zo werkt God in ons! Wij leven in een wereld die ons energie geeft op basis van begeerte, blijdschap en droefheid. Dat we daarbij soms behoorlijk de mist ingaan, dat moeten we volgens Spinoza op de koop toe nemen. Spinoza is realistisch; het leven is niet altijd makkelijk, soms zit het mee en soms zit het tegen. Maar dat is nu eenmaal zoals God in de wereld en in ons 'werkt'. Alleen, er is een mogelijkheid om beter (d.w.z. handiger, effectiever en nuttiger) te leren omgaan met onze emoties. En als we dat gaan begrijpen, dan heeft Spinoza voor ons een bijzondere stelling in petto:

– Als ik mijzelf en mijn emoties helder en duidelijk begrijp, dan heb ik God lief en wel des te meer naarmate ik mijzelf en mijn emoties beter begrijp. (E5/15).

De kennis van God wordt tot een liefde voor God via mijn emoties! Hoe mooi is dat! Maar wat betekent dat nu precies 'mijn emoties helder en duidelijk begrijpen'? Het is niet alleen een verstandelijk begrijpen, het is ook een begrijpen met en door het lichaam. Het gaat niet alleen om een balans tussen verstand en gevoel. Het gaat bij Spinoza vooral om een balans *binnen* de eenheid van geest en lichaam. Maar waaruit bestaat die balans en hoe kunnen we die realiseren in ons leven? Het gaat hier met name om de balans tussen een actieve en een passieve kracht.

De passieve kracht houdt ons gevangen in ons normale emotionele leven. Dat is een leven waarin gevoel en verstand een door ervaring opgebouwd evenwicht laten zien. We hebben dan een emotionele energie die ons volop laat leven, maar tegelijk begrijpen we niet goed wat er gebeurt in ons leven. Bijvoorbeeld krijgen we geen vat op het heen en weer geslingerd worden tussen blijdschap en droefheid, waardoor we regelmatig van slag raken. Of we merken dat we in onze begeerte soms snel kunnen doorschieten naar obsessies of fixaties die misschien aanvoelen als ambities of hartstochten, maar die uiteindelijk meer stress dan energie opleveren.

Onze passieve kracht kan, zo laat Spinoza zien, oorzaak zijn van strijd en conflict. Dat kan persoonlijk zijn, een strijd met mijzelf, het kan zich ook afspelen in relaties, een gespannen verhouding met mijn partner, of het

kan escaleren in samenlevingen. In Spinoza's tijd waren het vooral de godsdienstige verschillen die zorgden voor chaos en conflict. In al deze situaties laat God, d.w.z. de God van Spinoza, zien hoe hij 'werkt'. De wereld van de mensen en de mechanismes waarmee ze op elkaar inwerken, vormen een 'orde van de natuur', waaraan niet te ontkomen valt. In plaats van deze orde te veroordelen of te verafschuwen, kunnen we beter, zegt Spinoza, gaan begrijpen *hoe die orde werkt*. Wat zijn dan die mechanismes en hoe kunnen we er gebruik van maken zodanig dat we een nieuwe kracht vinden in onze eenheid van lichaam en geest? Een kracht die onszelf, onze relaties en de samenleving stabiel en productiever maakt. God gaat dan, aldus Spinoza, in ons werken als een actieve kracht. Maar hoe ontwikkelen we een dergelijke kracht? En hoe brengen we haar in balans met onze passieve kracht?

5. Vrijheid en Noodzakelijkheid

We bespraken al eerder het voorbeeld van verliefdheid (hoofdstuk 4 en 5). We pakken het hier weer op. Wat gebeurt er als ik verliefd word? Er gebeurt iets in mijn lichaam en in mijn geest. Ik voel een toename van energie en ik voel blijdschap. Tegelijk voelt mijn lichaam een inwerking en heeft mijn geest een voorstelling. Het resultaat is een energie gekoppeld aan een object en een blijdschap gekoppeld aan een voorstelling. Mijn lichaam voelt zich dan aangetrokken tot het object en in mijn geest ontstaat een gevoel van liefde. Het maakt in principe niet uit langs welke lijn ik mijn verliefdheid analyseer: langs de lijn van het lichaam of langs de lijn van de geest. Beide sporen dekken het proces volledig af.

Met deze wetenschap gaat Spinoza aan de gang om te laten zien hoe God in ons werkt op een passieve en op een actieve manier. In eerste instantie is verliefdheid het resultaat van de passieve kracht in mij. Ik word overvallen en ik reageer. Maar ik kan ook gaan kijken naar mezelf en zien wat er gebeurt. Spinoza is van mening dat wanneer ik dat doe, ik niet meer vanuit mezelf kijk maar *vanuit God*. En dat is even wennen! Wanneer ik naar mezelf kijk en het gebeuren van de verliefdheid analyseer, gebruik ik adequate ideeën die mijn situatie willen verhelderen. Met andere woorden, ik gebruik mijn rede. Maar wat is die rede? Het is bij Spinoza een bijzonder soort handeling. Het is niet alleen een activiteit van de geest, het is tegelijk een actie van het lichaam. En ook dat is even wennen! De rede is, kort samengevat, de wijze waarop God zich manifesteert in zijn attributen.

Hier komen we bij een groot geheim in Spinoza's filosofie. Een geheim dat eigenlijk niet te doorgronden is. Het geheim van Gods volstreekte

begrijpelijkheid en Gods volstreekte noodzakelijkheid. Ik herhaal wat ik hierboven al schreef. Via de attributen van God kan de volledige diversiteit en complexiteit van dingen in de natuur worden geproduceerd en verklaard. Daarmee staan deze attributen tevens symbool voor een universele begrijpelijkheid van de natuur en voor een allesomvattende causale productiviteit. Het is onmogelijk, aldus Spinoza, dat er iets in de natuur onbegrijpelijk blijft, zoals het onmogelijk is dat er iets in de natuur zou kunnen werken op een niet-causale manier. De noodzaak van een volstreekte begrijpelijkheid wordt immers gedemonstreerd door een God die in onbeperkte mate in staat is om te bestaan, d.w.z. om dingen te produceren.

Waarom deze herhaling? Hier vinden we geformuleerd wat Spinoza in essentie met zijn God wil uitdrukken. God is de volstreekte begrijpelijke noodzakelijkheid van de natuur. En we zien tevens hoe we met onze rede deze ‘orde’ van de natuur kunnen doorgronden, door namelijk ons lichaam en onze geest deel te laten zijn van de attributen van God. Of zoals Spinoza zegt in zijn opmerking bij E2/13: “Hoe meer verrichtingen van enig lichaam van dit lichaam alleen afhangen en hoe minder andere lichamen tot zijn verrichtingen meewerken, hoe beter ook zijn geest in staat zal zijn helder te begrijpen.” We maken hier kennis met de actieve kracht in onszelf, een kracht gekoppeld aan het geheim van Gods volstreekte begrijpelijkheid en noodzakelijkheid.

Maar hoe ‘werkt’ deze actieve kracht? Terug naar de verliefdheid. Ik zie als ik mijzelf adequaat analyseer, hoe ik noodzakelijk verliefd word. Er is voor mij geen ander mogelijkheid. Het gebeurt zoals het gebeurt. *Dat te begrijpen maakt mij vrij!* Ik ben een deel van de orde van de natuur. Dat inzicht bevrijdt mij. Mijn lichaam en mijn geest werken zoals ze moeten werken volgens de wetten van de natuur. In dit geval de wetten van de verliefdheid. Ik kan hier verder niets aan doen en dat lucht op. Want ik kan mezelf nu zien zoals ik ben in mijn passieve kracht. Maar dit ‘zien’ maakt deel uit van een actieve kracht, een kracht die mij laat begrijpen wie en wat ik ben. Tenminste, als ik ook begrijp hoezeer ik verbonden met God, d.w.z. met de macht die alles laat bestaan zoals het moet bestaan.

En dan kan er iets gebeuren met mij. Ik kan dan in de woelingen van mijn verliefdheid een soort rust vinden, die vooral als vrijheid aanvoelt. Ik kan gaan beseffen: dit is wat mij overkomt, maar dit is ook wat mij moet overkomen gegeven de hele situatie. Ik zie helder vanuit God! Ik zie wat God ziet. En ik kan in dit heldere moment ook gaan begrijpen wat ik met de situatie kan doen. God laat mij dan ‘voelen’ hoe ik mezelf en mijn verliefdheid kan plaatsen in een groter verband, in de ‘orde’ van de natuur.

Ik voel nu een heldere kracht in mijn lichaam en mijn geest. Mijn verliefdheid met al haar woelingen wordt een verliefdheid waarin de scherpe kanten zijn verzacht. Ik voel me een vrij mens die de ander niet zo zeer wil 'bezitten', maar vooral wil laten 'zijn'. Mijn passieve verliefdheid komt nu in balans met de actieve emotie van edelmoedigheid. Het is alsof de verliefdheid wordt opgevangen en verrijkt door de edelmoedigheid. Ik voel nu hoe Gods kracht mij laat 'zijn' als een bijzondere balans tussen mijn passieve en actieve werking.

9. Zelfliefde en Godsliefde

Spinoza streeft in zijn *Ethica* naar een actieve zelfliefde. Deze zelfliefde kunnen we om te beginnen begrijpen via het contrast met een passieve zelfliefde. Zoals al eerder opgemerkt spreekt Spinoza niet over zelfliefde maar over zelfvoldaanheid. Het is een soort rust en vrede vinden in jezelf doordat je blij wordt van de gedachte aan jezelf en je kracht tot handelen. Ik gebruik het woord zelfliefde om het te kunnen vergelijken met wat Spinoza uiteindelijk voor ons in petto heeft, namelijk een bijzondere vorm van godsliefde.

In het hoofdstuk over de vrije mens (hoofdstuk 7) zagen we hoe de passieve zelfliefde zich via de rede kan ontwikkelen tot een actieve zelfliefde. Specifiek ging het om de actieve zelfliefde die opgesloten ligt in de actieve emotie van edelmoedigheid, namelijk:

– “de begeerte krachtens welke eenieder, alleen op voorschrift van de rede, er naar streeft anderen te helpen en door vriendschap aan zich te verbinden.”

In deze emotie ontdekken we onszelf in een nieuwe sociale kracht. We ervaren via de edelmoedigheid hoe we als mens *in essentie* (d.w.z. van binnenuit) een sociaal wezen zijn en hoe ons lichaam en onze geest daarin de grootst mogelijke kracht tot ontwikkeling brengen. Aldus voelen we via de edelmoedigheid een liefde voor onszelf die we niet meer ondergaan maar waarmee we nu een eenheid vormen doordat we in lichaam en geest zijn gaan samenvallen met een begeerte die voortdurend blijdschap oplevert.

De actieve zelfliefde is een liefde die we niet meer voor onszelf voelen als een subject dat zichzelf beschouwt. We voelen ons geen ‘ik’ meer in deze liefde. Het ik-gevoel is verdwenen en heeft plaats gemaakt voor een ander gevoel. Het is een gevoel dat rechtstreeks te maken heeft met onze kennis van God. En wel een speciaal soort kennis van God. Niet zozeer de kennis die we via de rede hebben ontwikkeld van God. Maar nu vooral kennis die we via de intuïtie rechtstreeks van God kunnen ontwikkelen. Het is kennis die zich ontplooit via de adequate voorstelling van het werkelijke wezen van God tot de adequate kennis van het wezen van de dingen. (E2/40, opmerking 2).

Het gaat hier om een bijzonder soort van zelfkennis, namelijk om de kennis die God heeft van zichzelf! Het is kennis die maakt dat God zichzelf liefheeft! Doordat God zichzelf via oneindige modi uitdrukt in een oneindige kosmos en een oneindig verstand, werkt zijn ‘geest’ als een weerspiegeling van zijn ‘lichaam’. (Uiteraard heeft de God van Spinoza geen geest en geen lichaam, maar hier dus ‘bij wijze van spreken’). Hij

‘ziet’ voortdurend zijn eigen werking in de wereld. En hij is zich ervan bewust dat hij dat ziet. Daardoor kan hij zichzelf liefhebben, getuige de volgende stelling:

– *God heeft zichzelf lief met een oneindige geestelijke liefde.* (E5/35)

Het bewijs is verrassend beknopt:

– *God is volstrekt oneindig (vgl. E1/def. 6), d.w.z. Gods aard (of wezen) verheugt zich in oneindige volmaaktheid (verg. E2/def. 6), en dat wel (vgl. E2/3) met de gedachte aan zichzelf, d.w.z. (vgl. E1/11 en E1/def.1) met de gedachte aan zijn eigen oorzaak. En dit is het wat wij in de toegift van E5/32 ‘geestelijke’ liefde hebben genoemd.*⁴

Stelling E5/35 is een van de meest fascinerende stellingen in de Ethica. Hier toont Spinoza zich een ware liefhebber van God. Maar wat is dit voor God? Het is een God die hem inspireert doordat hij beseft dat de adequate ideeën die hij ontwikkelt, in werkelijkheid de ideeën van God zelf zijn. Het zijn ideeën waarmee God zichzelf kent doordat hij zich weerspiegelt in zijn eigen werking.

En daar moeten we even bij stil staan. Hoezo zijn onze adequate ideeën in werkelijkheid de adequate ideeën van God? En hoezo heeft God kennis van zichzelf? En kunnen we dat ook voelen in ons lichaam en in onze geest?

Meditatie 1. Zelfkennis

*Als Spinoza het heeft over kennis, en dan met name adequate kennis, dan heeft hij het over **de kennis die God heeft van zichzelf**, d.w.z. van zijn eigen zijn als causa sui, en van de kosmos en zijn intellect als gevolgen van zichzelf. Het gaat dus niet om kennis zoals wij die gewoonlijk opvatten, als kennis van de wereld die vervat is in allerlei theorieën. Want dat is menselijke kennis die de mens verwerft met zijn geest. En dat is niet wat Spinoza onder kennis verstaat. Zijn begrip van kennis wijkt sterk af van wat we gewend zijn. Het is hierbij van groot belang dat we de taal van de geest gescheiden houden van de taal van het lichaam. Wanneer Spinoza stelt dat lichaam en geest twee aspecten zijn van één en hetzelfde (namelijk als expressies van de attributen denken en uitgebreidheid, die twee zijnswijzen zijn van de substantie), dan bedoelt hij daarmee dat beide aspecten ieder voor zich een compleet perspectief bieden op dat ‘één en hetzelfde’.*

Spinoza leert ons in de Ethica hoe we twee aparte talen kunnen spreken die toch parallel lopen: de taal van het lichaam (een causale taal) en de taal van de geest (een logische taal). Zo bezien is de taal die Spinoza in de Ethica spreekt dus een tweetalig systeem! Dat klopt perfect bij zijn stelling dat de geest de idee is van het lichaam. Wat

4 Gods aard verheugt zich, d.w.z. God toont zichzelf als een voortdurende bron van energie. God is de bron van al het zijn. God is als substantie het ‘Zijn’ zelf en als zodanig kent hij slechts kracht. God heeft een bewegings- en denkkraft die nooit afneemt, dus enkel pure vreugde, d.w.z. pure energie oplevert.

*de geest aan kennis verzamelt is exact wat het lichaam aan handeling verricht. Dit blijft echter lastig te begrijpen, want we hebben steeds het gevoel alsof lichaam en geest op elkaar inwerken. En dat is volgens Spinoza een inadequaat idee! Hoe dan kunnen we deze talen spreken, beeft als we zijn met een inadequaat idee? We stemmen deze twee talen het makkelijkst op elkaar af door consequent de taal van de geest **een weerspiegeling** te noemen van de taal van het lichaam.*

Aldus laat de Ethica zich op een heldere wijze lezen als een tweetalige filosofie. We zien dan hoe Spinoza zijn kennisbegrip tot ontwikkeling brengt. De taal van de kennis is een geestelijke taal, een taal van adequate ideeën die in onze geest worden geproduceerd doordat onze geest een deel is van Gods intellect (E2/9 en 11). Voor zover onze geest het lichaam als open systeem weerspiegelt heeft het inadequate ideeën (E2/19). Maar voor zover onze geest het lichaam weerspiegelt zoals het functioneert 'in zichzelf', heeft het adequate ideeën (E2/13, Opm.). De taal van de adequate kennis is dus een taal waarmee de geest het lichaam weerspiegelt in zijn 'in zichzelf zijn'. En daarmee is het ook een taal waarmee de geest zichzelf ziet in haar 'in zichzelf zijn'. Als deel van Gods intellect komt onze geest dus tot een bijzondere vorm van zelfkennis. Zij kan zichzelf door haar adequate ideeën zien zoals God zichzelf ziet, namelijk als een eeuwige essentie.

De idee waarbij lichaam en geest op elkaar inwerken, is iets wat Spinoza 'ondenkbaar' vindt, getuige onder meer stelling E3/2:

– “Het lichaam kan de geest niet tot denken noodzaken, noch de geest het lichaam tot bewegen of tot rust of tot iets anders (indien er nog iets ander is).”

Met andere woorden, het is onmogelijk dat lichaam en geest op elkaar inwerken. In de Inleiding op deel V van de Ethica verwondert Spinoza zich over de ideeën van Desartes die beweert dat er een voortdurende wisselwerking is tussen lichaam en geest:

– “Wat, zo vraag ik, verstaat hij onder de eenheid van lichaam en geest? Wel gaarne zou ik willen weten, dat hij ons die eenheid eens uit haar naaste oorzaak verklaarde. Maar integendeel zijn de voorstellingen, die hij zich vormde van lichaam en geest zozeer van elkaar verschillend (het ene is materieel het andere immaterieel), dat hij noch van die eenheid, noch van de geest zelf ook maar één enkele oorzaak heeft kunnen aanwijzen, maar het nodig vond zijn toevlucht te nemen tot de oorzaak van het ganse heelal, d.w.z. tot God.”

We zien in dit citaat dat Spinoza zijn 'leermeester' Descartes als het ware leert hoe om te gaan met 'oorzaak en gevolg'. Je kunt een oorzaak of een gevolg alleen toekennen aan materiële dingen. Dus het lichaam dat iets materieels is kan nooit de oorzaak zijn van de geest die iets immaterieels is. De geest staat dus volledig los van het lichaam. Dat had Descartes moeten zien, maar in plaats daarvan introduceert hij de (van God

gegeven) vrije wil die op mysterieuze wijze het lichaam aanstuurt. En dus zegt Spinoza:

– “Werkelijk, er bestaat geen verband tussen beweging en wil, daarom is er ook geen vergelijking mogelijk tussen de kracht van geest en lichaam, en bijgevolg kan de kracht van het laatste ook niet door de kracht van de eerste in bepaalde richting worden geleid.”

Zo, het is maar dat we dit weten. Dit is typisch de manier waarop Spinoza zijn mening te kennen geeft. Hij duldt geen tegenspraak. En als je die wel wilt geven (à la Descartes), dan heb je het absoluut niet goed begrepen. Ik geef Spinoza dan ook het voordeel van de twijfel. Hij zou wel eens gelijk kunnen hebben, maar dan wil ik dat ook op een of andere manier ‘voelen’, en niet alleen ‘weten’ of ‘begrijpen’. Kan ik me op de een of andere manier gaan invoelen in Spinoza’s visie op de eenheid van lichaam en geest?

In de meditatie hierboven hebben we al gezien hoe Spinoza gebruik maakt van een tweetalige benadering, namelijk via de taal van de geest die parallel loopt aan (d.w.z. de weerspiegeling is van) de taal van het lichaam. De (zelf)kennis van de geest is dus in principe voldoende om te begrijpen wat er beurt met en in de eenheid van lichaam en geest. Toch vind ik dat zelf niet echt bevredigend, want ik wil ook parallel aan de kennis van de geest iets voelen van de (zelf)werking van het lichaam. Als de kracht van de geest bestaat uit haar adequate kennis van het lichaam, hoe moet dan het lichaam aanvoelen in zijn wezenlijke kracht?

Ik zie in de Ethica geen poging van Spinoza om deze situatie echt goed te verhelderen. Hij komt niet verder dan de volgende twee stellingen die ons echter wel iets leren over het belang dat hij hecht aan de menselijke geest als expressie van Gods ‘geest’.

– “Al wat de geest begrijpt onder het gezichtspunt van de eeuwigheid, begrijpt hij niet omdat hij een voorstelling van het tegenwoordige, werkelijk bestaande lichaam heeft, maar omdat hij het wezen van het lichaam onder het gezichtspunt van de eeuwigheid opvat.” (E5/29).

– “Voor zover onze geest zichzelf én zijn lichaam onder het gezichtspunt van de eeuwigheid beschouwt, heeft hij noodzakelijk kennis van God en weet hij dat hij in God is en uit God kan worden verklaard.” (E5/30).

Maar, zo zou ik Spinoza willen vragen, hoe ‘weet’ het lichaam nu dat het in God is en uit God kan worden verklaard? Wat ‘voelt’ mijn lichaam dan? Om dit toch te kunnen beantwoorden heb ik de volgende meditatie bedacht, die hopelijk wat meer helderheid kan bieden.

Meditatie 2. Oorzaak en gevolg

1. God kent zichzelf als oorzaak. Vandaar dat wij beschikken over termen/begrippen als *causa sui*, substantie en attributen. Maar God kent zichzelf ook als gevolg. Hij kent zichzelf in alle werkende dingen, eindig of oneindig: de modi. Hij kent zichzelf in de modi, omdat hij ermee samenvalt als een gevolg dat samenvalt met zijn eigen oorzaak.
2. God kent zichzelf in zijn oneindig verstand en in zijn oneindige kosmos. Want hij manifesteert zichzelf noodzakelijkerwijs (oorzaak-gevolg) **als** oneindig verstand en **als** oneindige kosmos. Zijn zelfkennis is niets anders dan de werking van zijn oneindig verstand. En in die zelfkennis weerspiegelt hij zijn werking als oneindige kosmos.
3. God kent zichzelf ook in alle eindige modi. Want hij manifesteert zichzelf noodzakelijkerwijs (oorzaak-gevolg) **als** de werking zelf van al het zijn, d.w.z. **als** de orde van de natuur. God kent aldus zichzelf in alle lichamen en in alle geesten die door de natuur worden voortgebracht. God kent dus ook zichzelf in mijn geest en in mijn lichaam.
4. Ik ben dus in zekere zin een goddelijke geest en een goddelijk lichaam **voor zover** ik samenval met een geest gekend door God (als adequaat idee) en met een lichaam gekend door God (als weerspiegeld object). In deze, 'mijn' goddelijke geest kan God nu zijn zelfkennis etaleren door adequate ideeën te produceren. Ik denk dan wat God denkt.
5. In 'mijn' lichaam ervaar ik nu via God een lichaamseigen kracht, d.w.z. een kracht die het lichaam heeft ten opzichte van zichzelf. En die kracht wordt weerspiegeld in een eigen kracht van de geest, d.w.z. een kracht die de geest heeft ten opzichte van zichzelf. God is in mij is als een 'eeuwig' krachtige eenheid van lichaam en geest.
6. Mijn lichaam en geest zijn **in essentie** krachten die zichzelf realiseren. Ik ben nu zelf in lichaam en geest een rechtstreeks gevolg van God. En zoals God zichzelf kent als oorzaak van zichzelf, zo ken ik nu ook mijzelf als mijn eigen oorzaak. Maar wie is dan dat ik? Ik ben nu opgegaan in mijn eigen essentie, d.w.z. in de eeuwigheid die ik eigenlijk ben.

En nu kan de geest, 'mijn' geest, een liefde voelen die zichzelf herkent in de liefde waarmee God zichzelf liefheeft (E5/36):

– “De geestelijke liefde van de/mijn geest tot God is de liefde van God zelf, waarmee hij zichzelf liefheeft...”

We hebben gezien hoe God zichzelf kan liefhebben (E5/35). Hij kent zichzelf als een eeuwige essentie. Maar wat voor essentie is dat! *God is echt alles!* Hij is het zijn zelf, de realiteit in haar diepste grond. Hij toont een actiekracht die enkel positief is, d.w.z. nooit ingeperkt of afgestopt wordt, en daaruit ontspruit de liefde die God heeft voor zichzelf. Hoe kan ik nu hiermee mezelf liefhebben? Laat ik dit nagaan aan de hand van de Ethica in haar totaal.

Meditatie 3. Twee godsliefdes

1) God als oorzaak van zichzelf

Spinoza confronteert ons in zijn Ethica met twee 'goden': God als oorzaak en God als gevolg. In deel I van de Ethica beschrijft hij God als oorzaak in de stellingen 1 tot en met 20, en God als gevolg in de stellingen 21 tot en met 33. In de stellingen 34 tot en met 36 laat hij zien hoe Gods essentie (zijn oorzaak) en Gods macht (zijn gevolg) in feite samenvallen. Maar het onderscheid tussen God als oorzaak en God als gevolg blijft belangrijk, als we willen begrijpen hoe Spinoza God laat functioneren in de mensenwereld en hoe hij God laat functioneren in het zijn als zodanig (het 'in se esse').

2) God als de orde van de natuur

We begonnen het hoofdstuk over de vrije mens met een citaat over het menselijk vermogen dat zeer beperkt is en oneindig wordt overtroffen door de macht van uitwendige oorzaken. Aan het eind van dat citaat stelt Spinoza dat "het streven van ons beste deel in overeenstemming (is) met de orde van de gehele natuur". Wanneer wij namelijk begrijpen dat de wereld van oorzaak en gevolg in feite niets anders is dan de werking van God (d.w.z. God als gevolg), dan hebben we vrede met de plaats van onszelf in deze wereld, hoe hard en machtig zij ook kan ingrijpen in ons leven.

3) God en mijn emotionele mechanismes

Wij hangen via onze emoties als touwtjes aan een emotioneel raderwerk, dat door God is gecreëerd in de omgang tussen mensen. Als ik verliefd raak, dan ben ik onderworpen aan een noodzakelijk, emotioneel mechanisme. Ik kan me daar niet aan onttrekken; dat is hoe verliefdheid werkt en dat is hoe ik het onderga. Maar God laat mij via de Ethica begrijpen hoe dat werkt! Het is via Spinoza dat God mij rechtstreeks 'aanspreekt'. Mijn lichaam ervaart een inwerking en tegelijk heeft mijn geest een voorstelling. Met als gevolg: mijn lichaam schiet in actie en mijn geest raakt in vuur en vlam.

4) amor erga Deum

E5/15: "Als ik mijzelf en mijn emoties helder en duidelijk begrijp, heb ik God lief en wel des te meer naarmate ik mijzelf en mijn emoties beter begrijp." Dit is een klein hoogtepunt in de Ethica. Voor zover ik begrijp hoe God in mij werkt, d.w.z. in mijn emoties, kan ik nu met de adequate ideeën die ik ontwikkel, mezelf gaan 'managen'. God geeft mij een helderheid van denken en een ordening in mijn lichaam waardoor ik van binnenuit een warme verbondenheid voel met al wat de mensenwereld te bieden heeft. Ik ga mezelf nu liefhebben als de vrije mens die ik in mezelf (in mijn lichaam en geest) aan het oefenen ben. Zie ook E5/10, Opmerking!

5) van 'wat ik begeer' naar 'dat ik begeer'

Mijn verliefdheid is blijdschap voor de ander, voel ik. Maar nu begrijp ik, het is blijdschap vanwege mijn voorstelling van de ander. Ik zie de ander niet zoals hij/zij is. Daarom adviseert Spinoza mij: maak de voorstelling los van het gevoel van blijdschap (E5/2). En dan voel ik niet meer wat ik begeer maar dat ik begeer, namelijk mijn blijdschap los van de ander. Oftewel een pure blijdschap in lichaam en geest. Ik kom nu in andere sferen. Ik ontmoet mezelf in mijn streven om in mijn bestaan te volharden. Oftewel, ik ontmoet mezelf in mijn conatus, d.w.z. in mijn essentie.

6) God als vrije en eeuwige substantie

De overgang van 'wat ik begeer' naar 'dat ik begeer' is de weg van God als gevolg terug naar God als oorzaak. Het is een God die zich manifesteert als de essentie van de wereld, namelijk als oorzaak van zichzelf. En zo zijn wij ook in zekere zin oorzaak van onszelf, namelijk als modi van de substantie. Of zoals Spinoza zegt: wij bestaan in iets anders waardoor we ook worden begrepen. God begrijpt ons als gevolg (als zijn werking), maar ook als oorzaak (als een substantie in vrijheid en eeuwigheid). Hij ziet hoe wij zelf vrij en eeuwig zijn in onze essentie. Maar deze God ziet ook hoe wij vrije mensen kunnen worden wanneer wij onze emotionaliteit gaan begrijpen en accepteren en haar uiteindelijk willen laten balanceren tussen onze passieve (= existentiële) en actieve (= essentiële) kracht.

7) amor intellectualis Dei

Ik kan de God van Spinoza op twee manieren liefhebben. Het begint bij de liefde voor God in zijn 'orde van de natuur'. Mijn emoties zijn daarvan een onderdeel en wanneer ik die begrijp, begrijp ik God en heb hem lief. Ik heb dan mezelf lief als vrij mens. Ik zie mezelf nu in een balans tussen passieve en actieve kracht. Maar als ik in staat ben om mijn begeerte te vertalen in een eeuwig streven, dan begrijp ik God rechtstreeks. Ik voel dan hoe ik met lichaam en geest deel ben van Gods 'lichaam' en 'geest'. Ik voel hoe ik met mijn kracht deel ben van Gods oneindige en eeuwige kracht. Ik voel hoe ik met mijn zelfliefde als het ware opgenomen word in de zelfliefde van God.

De zelfliefde die Spinoza nastreeft in zijn Ethica, hangt vooral samen met de tweede godsliefde, de amor intellectualis Dei. Het is de liefde die we voor onszelf ervaren via de derde soort kennis, de kennis door intuïtie. Dat is kennis van de eeuwigheid van onze geest en van ons lichaam. Maar de eerste soort godsliefde, de amor erga Deum, is misschien interessanter omdat zij ontstaat met behulp van de rede in plaats van de intuïtie. Aan het eind van de Ethica zegt Spinoza:

– “Zelfs al wisten wij niet dat onze geest eeuwig is, dan zouden wij toch burgerzin, godsdienstzin en in het algemeen alles wat wij in deel IV als behorende tot *kloekheid en edelmoedigheid* hebben aangeduid, *van het grootste belang achten.*” (E5/41).

De ethiek die Spinoza ontwikkelt, leidt naar twee vormen van zelfliefde, gekoppeld aan twee vormen van godsliefde, die op hun beurt gekoppeld zijn aan twee vormen van kennis: rede en intuïtie. Daarbij wijst de rede ons wellicht de meest begaanbare weg. In de amor erga Deum voel ik een kracht in mezelf die mij helder en duidelijk verbindt met Gods natuur, met de orde van zijn natuur. Deze kracht is niet 'mijn' kracht, maar de kracht van mijn geest. In plaats van een kwetsbare zelfliefde (zie hoofdstuk 6) voel ik, d.w.z. voelt mijn geest zolang zij gebruik maakt van de rede (dus zolang zij adequate ideeën produceert), *een actieve zelfliefde* die constant gevoed wordt door een liefde *tot* God.

Spinoza gunt ons deze amor erga Deum van harte, maar uiteindelijk wenst hij ons, als dat mogelijk is, ook de amor Dei intellectualis toe.

Bijlage 1. De Ethica in meetkundige trant uiteengezet

Wie de Ethica van Spinoza ter hand neemt heeft gelijk een probleem: de vorm waarin het geschreven is.

- Wat is dit voor werk dat begint met definities en axioma's en vervolgens overgaat tot stellingen en bewijzen?
- Hebben wij hier wel te maken met een filosofisch boek of is het een meetkundig boek?
- Maar de titel luidt toch 'Ethica', oftewel ethiek: waar in de 'inhoudsopgave' vinden we een verwijzing hiernaar?
- Helaas bevat het boek een zeer summiere inhoudsopgave, namelijk een indeling in vijf delen.
- Vinden we misschien een houvast bij de laatste twee delen: over de menselijke knechtschap en over de menselijke vrijheid?
- Maar wat moeten we dan met eerste drie delen: over God, over de geest, en over de aard en oorsprong van de emoties?

Kortom, het wordt de beginnende lezer niet makkelijk gemaakt om zich snel te oriënteren in de Ethica van Spinoza. En waarschijnlijk is dat ook de bedoeling van Spinoza. Het gaat hier om een werk dat welbewust een bepaalde ondoorgrondelijkheid toont met als doel de lezer te testen op zijn doorzettingsvermogen.

Maar behalve doorzettingsvermogen heeft de lezer ook in hoge mate begripsvermogen nodig. En Spinoza is daar kort over: wie niet begrijpt waarom de meetkundige methode de beste filosofische methode is, die kan maar beter niet beginnen aan zijn Ethica. Dus is het eerst zaak om dit goed te begrijpen.

Waarom kiest Spinoza voor de taal van de meetkunde?

Of anders gezegd, hoe komt hij aan die meetkundige taal?

Spinoza leefde in de 17de eeuw, de eeuw waarin de wetenschappelijke methode tot ontwikkeling kwam. Het was een eeuw waarin de filosofie serieuze concurrentie kreeg van een nieuwe manier van denken.

Filosofen waren gewend om de wereld om hen heen te begrijpen door middel van filosofische begrippen. Bijvoorbeeld werd materie opgevat als iets dat 'zwaarte' had: hoe zwaarder een object des te sneller viel het naar beneden. Intuïtief kunnen we dit begrijpen: een veertje valt langzamer dan een loden bal. Maar wetenschappers lieten zien dat 'zwaarte' in deze zin een onhoudbaar begrip was.

Een loden bal van 1 kilogram viel net zo snel naar beneden als een loden bal van 10 kilogram. Hoe onbegrijpelijk dit op het eerste gezicht ook was (en veel filosofen vielen wetenschappers als Galilei dan ook hierop aan),

het feit bleef overeind: overal op aarde vielen objecten met dezelfde snelheid naar beneden.

Dit was de nieuwe manier van denken! Niet wat een filosoof beweert is geldig, maar wat de natuur ons leert, dat is geldig. Ook al gebruikt de filosoof zijn redelijk verstand, dan nog is het zaak om alle beweringen te testen en toetsen aan de waarneming. In de waarneming horen we de stem van de natuur.

Wat leert ons de natuur?

De natuur leert ons bijvoorbeeld dat wij haar kunnen ‘meten’. Wij kunnen meten hoe snel objecten naar beneden vallen. Galilei ontdekte als eerst dat de valbeweging een versnelde beweging is die voldoet aan een simpele wiskundige formule.⁵ En daarmee zien we bijvoorbeeld dat de natuur ons leert hoe wij haar kunnen ‘beschrijven’ met behulp van wiskunde.

De nieuwe manier van denken is dus een manier om de natuur exact te meten en exact te beschrijven! De filosoof Descartes die tevens wetenschapper was, ontdekte een methode waarbij meetkundige figuren (zoals de cirkel en de driehoek) uitgedrukt konden worden in wiskundige formules.⁶ De exactheid van de meetkunde – door Euclides rond 300 v. Chr. tot ontwikkeling gebracht via definities, axioma’s, stellingen en bewijzen – bleek overeen te komen met de exactheid van de wiskunde.

Spinoza was goed op de hoogte van deze spectaculaire ontwikkelingen in het opkomende wetenschappelijke denken. En hij begreep dat daarmee onze kijk op de natuur radicaal aan het veranderen was, inclusief onze kijk op de menselijke natuur. Zijn *Ethica* is een poging om de consequenties van deze nieuwe kijk op de natuur en van deze nieuwe manier van denken uit te werken in een moderne filosofie die nog steeds actueel is. Want we leven nog steeds in een periode waarin de wetenschap het denken over de natuur, inclusief de menselijke natuur, domineert. Dus waarom kiest Spinoza in de *Ethica* voor de taal van de meetkunde, de taal van definities, axioma’s, stellingen en bewijzen? Hij kiest daarvoor

5 De formule voor de valbeweging luidt: $s = (\frac{1}{2})at^2$, waarbij s de afstand is die een vallend object aflegt (gemeten in meters), a de valversnelling is (namelijk gemeten op aarde 10 meter per seconde kwadraat) en t het verloop van de tijd is (gemeten in seconden). Na 1 seconde heeft het object 5 meter afgelegd, na 2 seconden 20 meter, na 3 seconden 45 meter, na 4 seconden 80 meter, na 5 seconden 125 meter, etc., etc. In deze reeks is de versnelling goed zichtbaar.

6 Zo werd de cirkel met een straal r uitgedrukt door de formule $x^2 + y^2 = r^2$, waarbij x en y de twee assen zijn van een wiskundig assenstelsel. Wanneer we het middelpunt van de cirkel plaatsen in de oorsprong van dit assenstelsel, dan zien we direct de beroemde stelling van Pythagoras voor driehoeken met een rechte hoek: $a^2 + b^2 = c^2$.

omdat meetkunde tot de taal van de wetenschap behoort en daarmee een taal is die zich heeft 'bewezen' in het meten en beschrijven van de natuur. Wat Spinoza in de Ethica doet is letterlijk de natuur meten en beschrijven conform de meest betrouwbare methode, namelijk die van het meetkundig redeneren met betrekking tot allerlei figuren in de werkelijkheid. Hij noemt deze figuren 'lichamen' en daarbij denkt hij aan alle materiële objecten in de natuur, variërend van de grote objecten als sterren en planeten (wier bolvorm al aangeeft dat we te maken hebben met 'wiskundige' objecten!) via de middelgrote objecten als planten, dieren en mensen tot de kleine objecten als de deeltjes die de 17de-eeuwse microscoop aantrof in ons bloed.

Spinoza was goed bekend met allerlei resultaten van wetenschappelijk onderzoek. In zijn bibliotheek treffen we werken aan van Galilei en Descartes en van verhandelingen over meetkunde en wiskunde. Hij had ook contact met Christiaan Huygens, voor wie hij lenzen sleep en met wie hij van gedachten kon wisselen over 'de mechanica van de hemel', te weten de wetten die de loop van de planeten bepaalden.

Daarnaast was hij zeer geïnteresseerd in de krachten achter de menselijke emoties. Hij gebruikte zijn psychologische inzichten bijvoorbeeld in zijn politieke werk, teneinde onder meer het gedrag van burgers en bestuurders te kunnen beschrijven. Maar in zijn Ethica kregen de emoties een hoofdrol vanwege hun betekenis voor 'het goede leven' van ieder mens persoonlijk.

Spinoza is in zijn Ethica heel helder: wie niet begrijpt waarom de meetkundige methode de beste filosofische methode is, die kan maar beter niet beginnen aan zijn boek. Niet dat hij dit met zoveel woorden zegt, maar de manier waarop hij de Ethica begint laat daar geen twijfel over bestaan. De lezer zal zich moeten realiseren dat hij in de Ethica kennis neemt van filosofische inzichten die gestoeld zijn op wetenschappelijke inzichten.

Althans, het gaat om filosofische inzichten zoals die werden ontwikkeld in de 17de eeuw. Dat moet de lezer zich ook realiseren. Het boek van Euclides over de meetkunde was destijds een ware 'hit'. Wanneer iemand zich in de meetkunde ging oefenen, kwam hij, zo was de idee, in aanraking met eeuwige waarheden. De stellingen waren altijd en overal waar. Bijvoorbeeld de stelling dat de drie hoeken van een driehoek samen 180 graden zijn. Het ging om *eeuwige waarheden die niet door de mens maar door God bedacht waren*.

We hebben dus, lezende in de Ethica, te maken met een boek dat qua vorm een bepaalde boodschap uitdraagt. De lezer maakt kennis met eeuwige waarheden! De tekst geeft niet zo zeer weer wat Spinoza denkt maar wat God denkt in hem. Spinoza's God is niet de gebruikelijke God

van het christendom, zijn God is de God van de wetenschap. Niet voor niets begint Spinoza zijn Ethica met een verhandeling over God. De lezer wordt meegenomen in een betoog dat laat zien hoe we God kunnen ervaren via de opkomende wetenschap van die tijd.

God is als het ware de centrale meetkundige figuur waaruit de hele werkelijkheid kan worden afgeleid. Daarom moet God zichzelf eerst helder en duidelijk definiëren. Anders begrijpen we niet hoe hij het centrum kan zijn van alles wat bestaat en werkt. Spinoza bouwt de definitie van God zorgvuldig op. Anders gezegd, God bouwt via Spinoza de definitie van zichzelf zorgvuldig op. We horen in de eerste 8 definities van de Ethica als het ware de stem van God via de taal die Spinoza bezigt. Met name de definitie van datgene wat de oorzaak is van zichzelf, zet ons op het spoor.⁷

Voor Spinoza is de werkelijkheid waarin we leven in essentie *een causale werkelijkheid en tegelijk een logische werkelijkheid*. En het is God die deze werkelijkheid draagt en fundeert. God is substantie. God is datgene wat in zichzelf is en door zichzelf wordt begrepen. Buiten de substantie is er niets. De substantie is het Zijn zelf. Oftewel, God is het Zijn zelf. Alles wat werkelijk is, is werkelijk omdat het is in God. Maar ook: God is de oorzaak van zichzelf.

Het is een God die zichzelf in alles laat zijn en werken. De kennis die hij heeft is puur en alleen kennis van zichzelf. Het is een kennis in zijn geest die de werking van zijn materiële wereld tot in alle details en volledig transparant weerspiegelt. Spinoza ondervindt dit in zijn eigen denken via een logische lijn die parallel loopt aan een causale lijn. Het is fascinerend om dit in zijn Ethica ‘mee te denken’. We laten dan de God van Spinoza actief ‘in ons’ denken.

Maar hoe weten we nu dat en wat God denkt over zichzelf? Dat weten we, zegt Spinoza, omdat God op twee manieren identiek is met de Natuur, namelijk als *natura naturans* en als *naturata*.

7 Wat gebeurt er wanneer Spinoza zijn definities in de Ethica formuleert? Spinoza introduceert zijn definities met de formulering: ‘Onder ... versta ik’. In het Latijn staat ‘intelligo’ wat betekent ‘ik versta’ of ‘ik begrijp’. Welke vertaling je kiest is hier belangrijk! Kies je voor ‘ik versta’, dan suggereer je dat Spinoza deze definities eigenhandig heeft opgesteld zoals we in de meetkunde eigenhandig definities van een punt, een lijnstuk, een driehoek of een cirkel kunnen opstellen. Het zijn dan werk-definities die het ons mogelijk maken om er vervolgens allerlei eigenschappen uit te kunnen afleiden. Maar kies je voor de vertaling ‘ik begrijp’, dan suggereer je iets anders. Je hoort dan Spinoza als het ware zeggen dat hij iets heeft begrepen wat hij nooit vanuit zichzelf had kunnen bedenken. Het gaat om iets wat hem is overkomen en wat zich meester heeft gemaakt van zijn begrip.

1) Onder *natura naturans*, *de naturende Natuur*, verstaat Spinoza de Natuur als God in zijn hoedanigheid van *één substantie bestaande uit oneindige attributen* (Denken en Uitbreidheid).

2) Onder *natura naturata*, *de genatuurde Natuur*, verstaat Spinoza de Natuur als God in zijn hoedanigheid van *tallose door de attributen geproduceerde bestaanswijzen* (oneindige en eindige modi), d.w.z. voor zover zij worden beschouwd als dingen die in God bestaan en zonder God bestaanbaar noch denkbaar zijn.

Het onderscheid tussen beide is God als oorzaak en God als gevolg. Dat God dit weet komt doordat hij zijn eigen verstand produceert als een volstrekt oneindige bestaanswijze, d.w.z. als een gevolg van zichzelf. God kent zichzelf en heeft weet van zichzelf via dit oneindige verstand waarin alle ideeën in eerste instantie essenties zijn die zich vervolgens actualiseren als geesten van lichamen.

Zo heeft God dus een idee van zichzelf, namelijk voor zover hij zichzelf ziet in zijn oneindige verstand. En dan weet God dat hij een substantie moet zijn met attributen die zich perfect (d.w.z. causaal en logisch) uitdrukken in *tallose bestaanswijzen*. Zoals in de meetkunde de driehoek weet dat hij een figuur is waaruit *tallose eigenschappen* via stellingen en bewijzen kunnen worden afgeleid.⁸

En wat voelen we dan? We voelen onszelf deel van een gigantisch groot ‘mechanisme’, ongeveer zoals de intellectuelen in de 17de eeuw dat moeten hebben gevoeld. Spinoza spitst dit toe op het emotionele leven van de mens. Hij laat ons zien hoe God in al onze emoties werkzaam is *als een causaal mechanisme*. Dat geldt zowel voor onze passieve als voor onze actieve emoties.

In onze passieve emoties hebben we nog niet door hoe we bewogen worden, maar in de actieve emoties ervaren we onszelf als door God bewogen. Door kennis te nemen van de passieve mechanismen die onze emotionaliteit beheersen, krijgen we een beeld van het theater waarin we dagelijks leven. Het zijn de adequate ideeën – de ideeën van God! – die er voor zorgen dat we een helder beeld krijgen. We gaan begrijpen wat er gebeurt in ons lichaam en hoe we onszelf kunnen gaan toelagen op actieve mechanismen die het lichaam ‘vanuit zichzelf’ laten bewegen. Niet dat we daardoor los komen van de mechanismen van alledag, maar wel dat we daardoor beter in staat zijn om de mechanische krachten achter onze emoties te ‘managen’.

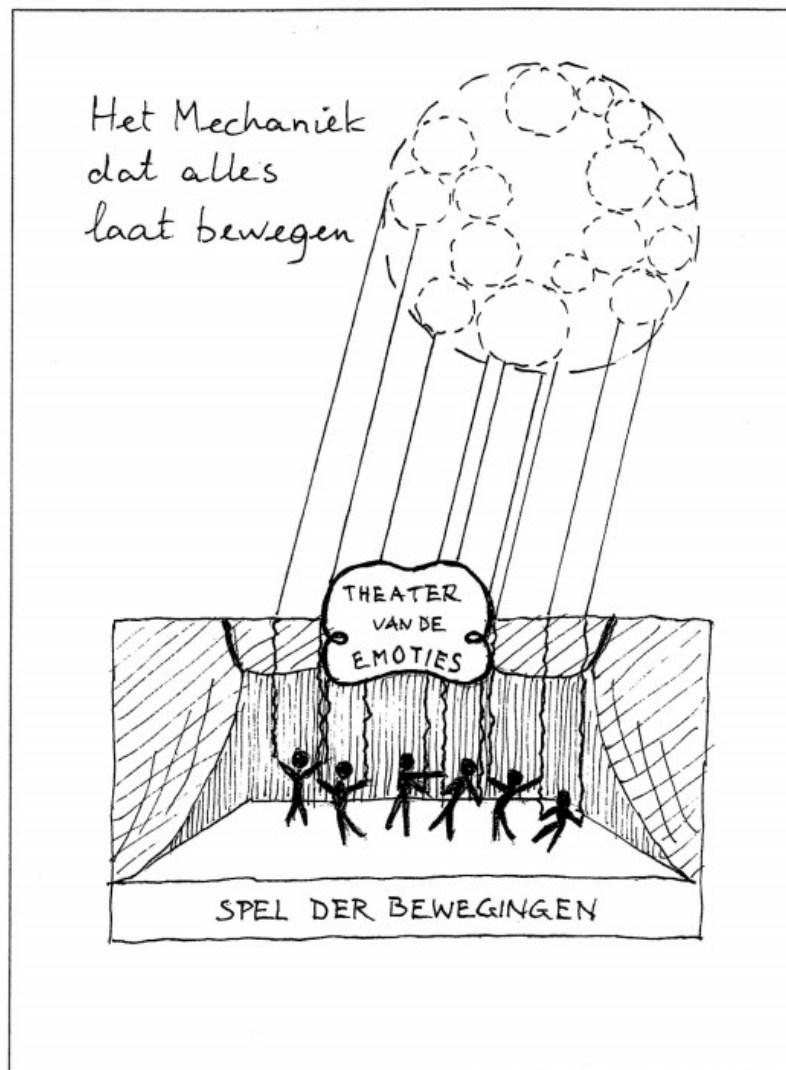
8 Dichter bij de God van Spinoza dan via de ideeën in zijn oneindig verstand komen we niet. Maar, en dat is iets om over na te denken, *dichter bij kunnen we ook niet komen*. God als de substantie met zijn attributen blijft als het ware verborgen achter zijn oneindig verstand. God als oorzaak is de grond van ‘het zijn zelf’, maar dit ‘zijn’ of de werkelijkheid achter ons bestaan blijft ‘open’. De God van Spinoza is uiteindelijk in geen beeld te vangen.

Daarom is het goed dat we kunnen begrijpen waarom de Ethica is opgezet in meetkundige trant. We begrijpen (via adequate ideeën die ons denken dankzij het verstand van God produceert) hoe God als substantie met het attribuut Denken (zich uitdrukkend in de werking van de meetkunde via *stellingen en bewijzen*) en met het parallelle attribuut Uitgebreidheid (zich uitdrukkend in de werking van de mechanica via *oorzaak en gevolg*), hoe deze God zichzelf in de wereld realiseert. Aldus weerspiegelt de meetkunde namelijk de mechanica van de wereld en daarmee de wetenschappelijke werkelijkheid van Spinoza's God.

Het wereldbeeld van Spinoza

De wereld van Spinoza is een theater van de emoties. Wij bevinden ons dagelijks in dit theater. We zijn hierin zowel toeschouwer als deelnemer. Maar waar kijken we naar? Waar nemen we aan deel? Wat voor theater is dit?

Het is een poppentheater, waar poppen voortdurend met touwtjes bewogen worden. En wij zijn die poppen, maar we zitten niet vast aan een poppenspeler. We worden bewogen door een mechaniek dat vanzelf werkt en dat alles laat bewegen. Dat mechaniek heet God of de Natuur.



Een meditatie rondom de emotie liefde

Kun je je voorstellen dat en hoe God zich in jouw denken ‘openbaart’ in de vorm van adequate ideeën, d.w.z. in als-dan redeneringen die oorzaak-gevolg mechanismen weerspiegelen? Denk bijvoorbeeld aan de liefde die Spinoza in deel 3 van de Ethica definieert als ‘*blijdschap vergezeld door de voorstelling van een uitwendige oorzaak*’. Het is een definitie die opgebouwd is uit belangrijke onderdelen die we eerst moeten begrijpen. Zo wordt blijdschap gedefinieerd als ‘de overgang in een mens van geringer tot groter volmaaktheid’. Maar wat is dan volmaaktheid? Spinoza zegt hier kort en krachtig: volmaaktheid is niets anders dan de werkelijkheid zelf (E2/def. 6). In dit geval, in het geval van de liefde, gaat het om onze ‘conatus’, d.w.z. om *de werkelijkheid van onze levenskracht*. Als die kracht vermeerderd wordt, voelen we blijdschap. En wanneer die blijdschap wordt opgewekt door iets buiten ons, dan voelen we er liefde voor.

Aldus leren we onszelf kennen in de vorm van oorzaak-gevolg mechanismen die onze emoties beheersen. Hoe we reageren op anderen wordt volledig bepaald door emoties die we hebben geleerd in de loop van ons leven. Liefde en haat, hoop en vrees, trots en schaamte, hebzucht, genotzucht en eerzucht, het zijn de emoties die we passief ondergaan, d.w.z. als ideeën die nog niet helemaal helder zijn, ze zijn nog inadequaat. Desalniettemin werken de passieve emoties die Spinoza in deel 3 van de Ethica bespreekt, over het algemeen gunstig uit; ze helpen ons te (over)leven en samen te leven. Maar er zijn ook risico’s die we ons doorgaans niet realiseren.

Daarom werkt Spinoza toe naar een ander soort liefde, liefde die puur vanuit onze kracht tot stand komt en die we kunnen oefenen in de actieve emoties van geestkracht en edelmoedigheid. Dat zijn de emoties die we actief ondergaan, d.w.z. als ideeën die God in ons met alle helderheid laat werken. Bijvoorbeeld wanneer we gaan begrijpen hoe de passieve emoties in ons werken. Zo is de definitie van liefde bedoeld, als een aansporing om de liefde in onszelf helder te krijgen. Laat de definitie op je inwerken als een adequaat idee, en dan begint haar werking. Er bestaat zo iets als een liefde die God voelt voor zichzelf. En daarvan kan jouw liefde deel uitmaken door de blijdschap die jouw geest voelt voor haar actieve kracht.

Bijlage 2. Geestkracht, onze actieve kracht bij uitstek

a) *Het ervaren van geestkracht en lichaamskracht*

Laat ik gelijk de vraag aan de orde stellen. Als Spinoza het heeft over geestkracht, wat is dan parallel daaraan de lichaamskracht? Bekijken we eerst Spinoza's definitie van geestkracht. Die vinden we in de Opmerking bij E3/59 (vertaling van Suchtelen):

“Onder geestkracht versta ik die begeerte (!) krachtens welke ieder, alleen op voorschrift van de Rede, er naar streeft in zijn bestaan te volharden”.

En hij merkt daar bij op: matigheid, nuchterheid, tegenwoordigheid van geest in gevaren, enz. zijn soorten van geestkracht. Het zijn handelingen (!) die **enkel het nut van de handelende persoon** beogen.

Bij geestkracht gaat het om een begeerte, om een streven, om handelingen. We moeten ons hierbij een lichaam voorstellen dat handelt op een manier die overeenkomt met de voorschriften van de rede. Als het gaat om matigheid, nuchterheid, alertheid, etc. dan gedraagt het lichaam zich, aldus Spinoza, op een uiterst actieve manier. Het lichaam wordt niet aangestuurd door de geest. De geestkracht van iemand herkennen we juist aan een actief lichamelijk gedrag dat matigheid, nuchterheid en alertheid ‘uitstraalt’.

b) *De idee van ‘autonomie’*

Maar wat is dit voor gedrag? Hoe herkennen we het? Misschien kunnen we het beter eerst proberen te herkennen bij onszelf en vervolgens ook bij anderen. Dat is namelijk het bijzondere van Spinoza's definitie, dat hij ons terugvoert naar ons eigen lichaam. Het is een oefening in **autonome lichaamskracht**. Een kracht die van binnenuit, dus zonder inwerkingen van buiten, tot stand komt. En die kracht heeft rechtstreeks te maken met het streven om in je eigen bestaan te volharden. In het Latijn staat ‘conatur suum esse conservare’ (er naar streeft in zijn bestaan te volharden). Kijken we terug in deel 3 van de Ethica, dan vinden we dit streven nader omschreven in E3/6:

“Elk ding (dus ook elk mens) tracht, voorzover het van hem afhangt, in zijn bestaan te volharden”. (vertaling van Suchtelen).

Let op het tussenzinnetje: “voorzover het van hem afhangt”. In het Latijn staat: “quantum in se est”. Dat kunnen we letterlijk vertalen als: “voorzover het in zichzelf is”. Dat wil zeggen, **voorzover het op zichzelf staat en vanuit zichzelf werkt**. Met deze formuleringen zullen we wellicht beter gaan begrijpen wat Spinoza verstaat onder autonome lichaamskracht.

c) *De autonome werking van het lichaam*

Dit is een van de meest fascinerende aspecten in Spinoza's filosofie en in zijn denken over de mens. Het begrip 'lichaam' is bij Spinoza een algemeen begrip; het heeft ook betrekking op sterren, planeten, rotsen, planten en dieren. Het gaat in feite om alle materiële objecten in de kosmos. Of abstracter gezegd, het gaat om elke vorm van **materiële werking**. In de vroege wetenschap van de 17de eeuw werd de werking van de kosmos vergeleken met een bewegend uurwerk mechanisme. Men zag de werking van een mechanisme vooral in **een complexe beweging**, de beweging van onderdelen en de beweging van het geheel.

De materie van objecten, zo dacht men, was opgebouwd uit kleinere materiële componenten die zelf objecten waren die weer waren opgebouwd uit nog kleinere componenten, etc. Als het gaat om het menselijk lichaam zien we hier de opbouw terug zoals die bestaat uit organen (hart, longen, hersenen), weefsels (vooral spieren) en verbindings-kanalen (bloedvaten, zenuwvezels). Destijds was de opbouw uit cellen nog niet bekend. Maar met de huidige kennis kunnen we verder afdalen in het lichaam via de moleculaire opbouw van cellen naar de atomaire opbouw van moleculen tot en met de opbouw van atomen uit elementaire deeltjes. Met andere woorden, het idee van een steeds verder opsplitsbare materie klopt, d.w.z. dat idee werkt!

Spinoza ziet de hele wereld inclusief het menselijk lichaam als **een enorm complex werkend en bewegend mechanisme**. Dat wil zeggen, als een geheel dat werkt op basis van oorzaak-gevolg processen, zoals we dat zien in een raderwerk waar het ene rad het andere aanstuurt en zo verder door het hele raderwerk heen. De kosmos is één groot materieel mechanisme waarbinnen alle dingen op hun beurt als complexe mechanismen werken. De drijvende kracht die het mechanisme **als geheel** laat werken is de oneindige modus 'beweging en rust', die uit het attribuut uitgebreidheid ontspringt. **Het is een kracht die doorwerkt in elk ding, waardoor het "in se est"**, dus in zichzelf is, oftewel geheel op zichzelf staat en vanuit zichzelf werkt en beweegt. In alles en dus ook in ons werkt deze kracht als conatus, als streven om in 'het zijn' te volharden.

d) *Lichaamskracht en geestkracht, de ontwikkeling van de oerkracht*

Wij bezitten als mens een kracht in ons lichaam die ons uit tilt boven de krachten die op ons inwerken. Deze kracht werkt als een actieve emotie, als **een zuivere begeerte** krachtens welke lichaam en geest er naar streven in hun bestaan te volharden, een streven dat van binnenuit komt en niet door werkingen van buitenaf gevoed wordt. We zijn ons deze kracht echter nauwelijks bewust. Het gaat in principe om **een oerkracht van het lichaam** zelf, een kracht waardoor het lichaam zich kan

ontwikkelen van foetus en baby naar kind, jeugdige, volwassene en uiteindelijk naar een ouder lichaam dat zijn beste krachten tot uitdrukking brengt. Daarbij hoort **een oerkracht van de geest** die zich met de oerkracht van het lichaam ontwikkelt tot een complexe wijsheid onder invloed van de rede. Spinoza beschrijft dit proces in het laatste deel, deel 5 van de Ethica, in de Opmerking bij E5/39. Lees de tekst (vertaling van Suchtelen) die besluit met:

“Wij streven er (dus) in dit leven in de eerste plaats naar om het kinderlijk lichaam, voorzover zijn aard dit gedooft en voorzover het nuttig voor hem is, te veranderen in een (lichaam) dat tot velerlei bekwaam is en bij een geest behoort die zich zo sterk mogelijk bewust is van zichzelf, van God en van de dingen. En dat wel zozeer dat (ten laatste) al wat betrekking heeft op zijn geheugen of verbeelding, in vergelijking met zijn verstand van nauwelijks enige betekenis wordt...”

e) *Passieve en actieve zelfliefde*

Geestkracht hoort bij een lichaam dat tot velerlei bekwaam is. Het is een kracht die zich zo sterk mogelijk bewust is van zichzelf, van God en van de dingen. Geestkracht weerspiegelt de autonome kracht van het lichaam. Let wel, het is een kracht van de autonome geest. Het is geen kracht van de geest die zich laat leiden door geheugen of verbeelding. Spinoza maakt een onderscheid tussen de passieve kracht van de geest (die werkt via inwerkingen van buiten) en de actieve kracht van de geest (die werkt vanuit zichzelf). Dit is ook het onderscheid tussen passieve en actieve emoties.

Levenskracht, toename en afname van deze kracht zijn de drie basisemoties die het lichaam **laten bewegen**. Ze worden weerspiegeld in de passieve geest als alledaagse begeerte, blijdschap en droefheid. De passieve emoties geven ons een onzuiver beeld van onszelf. In de ethiek, van alledag, zo betoogt Spinoza, kijken we naar onszelf via **de blik van de ander**. Dat zien we bijvoorbeeld in E3/29, maar nog beter in E3/30. Hier komen de emoties van ‘trots en schaamte’ tot ontwikkeling. Het zijn passieve emoties waar Spinoza de emoties ‘zelfliefde en berouw’ tegenover zet.

Bij deze laatste emoties hebben we het idee dat wij niet via de ander maar dat wij puur vanuit onszelf de oorzaak zijn van de emotie. Echter, het idee dat we hebben over onszelf blijft verwarrend en Spinoza gaat enorm zijn best doen om ons te laten zien hoe we op een heldere manier naar onszelf kunnen kijken **los van de blik van de ander**, d.w.z. met een adequaat idee van onszelf. Dit idee voert ons terug naar de oerkracht die we ontlenen aan de attributen uitgebreidheid en denken (zie punt d). En daarmee ontstaat een echte, heldere zelfliefde.

f) Kennis als beweging

We komen nu bij een lastig onderdeel van Spinoza's filosofie, namelijk zijn opvatting over wat kennis is. Kennis is beweging, want weerspiegeling van bewegingen in het lichaam. Omdat alles 'beweegt' in Spinoza's universum is ook kennis iets dat 'beweegt'. Kennis is in de Ethica niets anders dan 'mee-bewegen met het leven'.

Dus als het lichaam beweegt onder invloed van passieve emoties, dan beweegt de geest mee en heeft dan **in en door** die beweging kennis, d.w.z. zijn kennis **bestaat uit** die beweging. Dit is een bijzondere opvatting van wat kennis is. Maar die opvatting is consequent conform Spinoza's parallellisme.

Zo is de liefde een vorm van kennis. Je kent de ander in je liefde voor hem/haar., d.w.z. in de lichamelijke bewegingen die de liefde met zich mee brengt, en dus ook in de vermeerdering van kracht die je daarbij voelt. Het gaat dan wel om inadequate kennis, want je hebt nog geen helder idee van de ander of van jezelf.

Wat gebeurt er nu als het lichaam beweegt onder invloed van actieve emoties? Ook dan beweegt de geest mee en heeft **door en in** die beweging kennis, d.w.z. zijn kennis **bestaat uit** die beweging. Nogmaals, dit is een bijzondere opvatting van wat kennis is. Kennis is niet anders dan 'mee-bewegen met het leven'.

Maar nu gebeurt er iets bijzonders in de liefde. Je kent de ander dan in je liefde voor hem/haar via bijzondere lichamelijke bewegingen. De vermeerdering van kracht die je nu voelt komt rechtstreeks vanuit jezelf en niet meer door de inwerking van de ander. Het gaat nu om adequate kennis waarin je een helder idee hebt van de ander en van jezelf. Samengevat, inadequate kennis is de mee-beweging met een lichaam dat bewogen wordt door passieve emoties, adequate kennis is de mee-beweging met een lichaam dat bewogen wordt door actieve emoties.

g) Voorschriften van de Rede

We gaan weer terug naar Spinoza's definitie van geestkracht (E3/59, Opmerking):

“Onder geestkracht versta ik die begeerte krachtens welke ieder, alleen op voorschrift van de Rede, er naar streeft in zijn bestaan te volharden”.

Ik heb deze definitie onder punt a) uitgebreid besproken. Maar ik heb het nog niet gehad over de toevoeging 'alleen op voorschrift van de Rede'. Wat wordt hiermee bedoeld? De Rede weerspiegelt een bepaald lichamelijk gedrag. Dus de vraag is met welk gedrag de werking van de Rede overeenkomt. En het antwoord is tegelijk verrassend en helder. Met

de werking van de Rede komt overeen **het streven naar kennis en vriendschap**.

1) Het streven naar kennis gebeurt in de Ethica langs twee bewegings-sporen, langs het passieve spoor dat inadequate kennis oplevert en langs het actieve spoor dat adequate kennis oplevert. Omdat we voortdurend blootstaan aan inwerkingen van buiten, zal het passieve spoor voortdurend inadequate kennis opleveren tijdens ons leven. Het is kennis door ervaring waar we doorgaans goed mee kunnen leven.

Maar er is ook het actieve spoor. Dit werkt op een bijzondere manier en dat is wat de Ethica ons wil leren. Het gaat om bewegingen in het lichaam die de geest ‘interpreteert’ als logische bewegingen. De geest wordt logisch meegenomen door de causale bewegingen van het lichaam. De Rede is dan deze logische beweging die plaatsvindt in de geest. We hebben dan te maken met een lichaam en een geest die toegang hebben tot de essentie van de wereld. Ware kennis, zoals geformuleerd in de stellingen en bewijzen van de Ethica, weerspiegelt **het bewegende mechanisme van de wereld** (zie punt c), waarvan de werking van ons lichaam een uitdrukking is. Het gaat ten diepste om een meebewegende kennis van het ‘in se esse’. Zie meditatie 1.

2) Het streven naar vriendschap is een streven dat gebruik maakt van een meer praktische Rede. Het gaat hier om een Rede die ons helpt samen met anderen te komen tot redelijk gedrag, gedrag dat nuttig is voor ons zelfbehoud en onze zelfontplooiing. Daartoe heeft Spinoza een aparte actieve emotie gedefinieerd, namelijk de emotie van edelmoedigheid (in de vertaling van van Suchtelen):

“Onder edelmoedigheid versta ik die begeerte (!) krachtens welke eenieder, alleen op voorschrift van de Rede, er naar streeft anderen te helpen en door vriendschap aan zich te verbinden.”

Kennis en vriendschap hebben in eerste instantie een egoïstisch doel, namelijk bij te dragen tot een optimale zelfontplooiing. Maar we kunnen ook **kennis om de kennis en vriendschap om de vriendschap** zoeken. Dit is uitgewerkt in meditatie 2. Lees deze tekst een aantal keren (het liefst gespreid over een aantal dagen). Ik vraag dit omdat ik geloof dat je hiermee toegang krijgt tot **het geheim van de Ethica**. Laat de tekst langzaam maar zeker indalen in je lichaam en in je geest. Probeer te voelen en te begrijpen wat het betekent om inzicht en houvast vinden in het ‘niet meer willen’.

h) Geestkracht en zelfliefde

Met deze lange inleiding op het begrip geestkracht zijn we nu aangekomen bij het begrip zelfliefde. De zelfliefde is in Spinoza’s Ethica een centrale emotie, die zich zowel in passieve als actieve vorm kan voordoen. Zijn hoofdwerk is bedoeld om onze zelfliefde op een hoger

niveau te tillen. De geest die een kracht gaat ontwikkelen ten opzichte van zichzelf, gaat daardoor een bijzondere liefde ten opzichte van zichzelf ervaren. Daarvoor is nodig dat we eerst twee dingen doen:

– We zullen de valkuilen van ons zelfbeeld moeten gaan onderzoeken. Wanneer voel ik een *onbegrepen* zelfliefde en wanneer een *welbegrepen* zelfliefde?

– En we zullen op een praktische wijze moeten gaan ervaren hoe onze geest én ons lichaam zich gedragen in hun oer-relatie tot de God van Spinoza.

Meditatie 1. Het ‘in se esse’ van Spinoza; kennis, interpretatie en ervaring

De term ‘in se esse’ komt prominent aan bod in E3/6.

In het Latijn: “Unaquaeque res, quantum in se est, in suo esse perseverare conatur.”

Vertaald: “Elk ding tracht, voor zover het in zichzelf is, in zijn ‘zijn’ te volharden.”

Deze schitterende stelling in de Ethica vertelt ons iets over de grondinspiratie van waaruit Spinoza denkt en leeft. De stelling verwijst enerzijds naar de definitie van de substantie (als datgene wat in zichzelf is en door zichzelf wordt begrepen) en anderzijds naar een speciaal soort ‘zijn’, namelijk het zijn van God (of de werkelijkheid) zelf.

God is bij Spinoza zowel oorzaak als gevolg. Hij is in wezen een substantie, datgene wat in zichzelf is. Maar hij is ook de oorzaak van zichzelf en dan wordt God een actief beginsel. Hij is dan een inherent streven in het ‘zijn’ zelf, een streven namelijk om zichzelf te realiseren, te poneren, te manifesteren ‘als zijn’. In het ‘in se esse’ zien we hoe God als ‘zijn’, d.w.z. als de laatste werkelijkheid, zichzelf voortdurend of eeuwig veroorzaakt! *Dus God is het ‘zijn’ zelf*, hij is de werkelijkheid waarin we leven en waarin we tot bestaan, d.w.z. tot ‘existentie’ komen. Spinoza maakt een duidelijk onderscheid tussen ‘zijn’ en ‘bestaan’, tussen in het Latijn ‘esse’ en ‘existere’. Het ‘zijn’ is een eeuwig iets, het ‘bestaan’ een tijdelijk iets. Het woord ‘esse’ reserveert Spinoza voor de eeuwigheid van dingen, d.w.z. voor datgene wat een ding echt tot ‘zijn’ maakt. Het woord ‘existere’ reserveert Spinoza voor een ‘actueel’, zich ‘nu’ realiserend wezen.

Zo tracht ik mij als mens zowel in mijn existentie als in mijn essentie te handhaven. In mijn existentie doe ik dat op een passieve en in mijn essentie op een actieve manier. Maar hoe uit zich dat? Laat ik de volgende suggestie doen:

E3/6 gaat over een zaak (res), voor zover deze in zichzelf is (quantum in se est). Het gaat hier niet om een mogelijk kunnen, maar om een zichzelf actueel realiserend

*vermogen. Prozaïsch weergegeven: het is een in gang schieten en dan doen. **Dat is de conatus!** Het is van groot belang dit 'in se esse' helder te begrijpen. Het heeft niets (!) te maken met de gewone oorzaak-gevolg relaties in de natuur.*

Wij vormen (zo interpreteer ik Spinoza) deel van een werkelijkheid die zichzelf in stand houdt door zichzelf voortdurend te veroorzaken, een werkelijkheid die bestaat uit 'in se esse'. Hoe kun je deze werkelijkheid, dit 'in se esse', bij jezelf ook 'echt' voelen? Dat kan m.i. door op een meditatieve manier bijzondere vragen aan jezelf te stellen:

- Wat is het in mij waar ik helemaal niets voor hoeft te doen?
- Wat is het in mij dat zichzelf voortdurend veroorzaakt?

Door deze vragen *steeds weer* te stellen, kun je 'het' gaan voelen: je eigen **ZIJN** zelf!

Spinoza noemt een andere manier om deze zijns-werkelijkheid bij jezelf te voelen, namelijk via je begeerte. Wanneer ik iets begeer, dan zie ik vooral het voorwerp dat ik begeer. Maar wanneer ik me ga realiseren dat het voorwerp slechts werkt als een trigger, als een prikkel voor mijn verlangen, dan kan 'het' zomaar gebeuren. Ik word me *dieper in mezelf* bewust, niet **wát** ik begeer, maar **dát** ik begeer. Ik besef dan dat ik *in essentie* een strevend wezen ben, d.w.z. een wezen dat, *voor zover het in zichzelf is*, tracht zichzelf in stand te houden, d.w.z. in zijn 'zijn' te volharden. Namelijk door zichzelf voortdurend te veroorzaken **als deel** van een werkelijkheid die bestaat uit 'in se esse'.

Meditatie 2. Geestkracht en edelmoedigheid als een belangeloos streven

Zodra een samenleving zich baseert op de Rede, garandeert zij (per definitie) de vrijheid van denken. Dat wil zeggen, de Rede kan niet floreren als de vrijheid (van denken) ontbreekt. Zodra een staat deze vrijheid garandeert, ontstaat er een politieke omgeving waarin iets bijzonders gebeurt. De vrijheid van denken gaat noodzakelijkerwijs sporen nalaten. **Het streven naar kennis en vriendschap gaat zich dan ontwikkelen tot een bijzonder kracht.** Het gaat om een kracht, d.w.z. een deugd die beoefend wordt omwille van zichzelf. Want – en dat is *de paradox* van E4/18 – zelfbehoud en vriendschap op basis van de Rede hebben in eerste instantie een primaire, egoïstische nutsfunctie. Je wil zelf optimaal, d.w.z. veelzijdig leven, en evenzo heb je ook anderen nodig om te kunnen overleven. Toch beveelt Spinoza ons ten zeerste aan *het leven om het leven* na te streven en *de vriendschap om de vriendschap*.

Nogmaals de paradox van E4/18. De Rede zegt ons: niet alleen zoekt ieder zijn eigenbelang, maar je *moet* ook je eigenbelang zoeken. Voorts leert de Rede dat het hoogste goed voor ons eigenbelang is: (veelzijdige) kennis, vriendschap (tegenover enkelen), generositeit (tegenover alle

burgers). Het zijn namelijk zaken die hoogst nuttig zijn, namelijk middelen om te komen tot een optimale vervulling van het eigenbelang. Maar Spinoza zegt ook dat kennis, vriendschap en deugd niet alleen als middel dienen, maar ook gezocht moeten worden als doel op zich. Hoe kan Spinoza die paradox handhaven? Waarom zijn beide kanten waar?⁹

Als je kennis en vriendschap nastreeft (d.w.z. gebruikt) als middel, dan volg je slechts een richtlijn na zonder dat je er een echt gevoel bij hebt. Pas als je ze nastreeft omwille van henzelf (als doel op zich), ga je de Rede ervaren als een motiverende kracht. Je ervaart dan kennis en vriendschap in feite als bonus-producten van een onbaatzuchtig streven. Je moet je eerst ten volle ‘toeleggen’ op de kennis en de vriendschap. *Je moet er eerst intensief ervaring mee opdoen* en dan krijg je een moment dat het je ‘overkomt’. Je ervaart dan een toestand van ‘opgewektheid’ (E4/42), d.w.z. een toestand die specifiek bij deze activiteiten hoort. Het is een inherent soort van gelukbrengend inzicht dat de Rede je geeft wanneer je vergeet dat je iets wil.

Het streven is dan niet meer een willen, maar een ontspannen meedrijven op de flow van je eigen(lijke) energie. In Ethica deel 5 wordt deze kunst van het ‘niet willen’ tot volle ontwikkeling gebracht. ***Je wordt dan een soort van spirituele automaat, die zich verheugt in zijn automatisch functioneren binnen het grote Geheel.*** *Je voegt dus in je leven iets toe, iets extra’s dat er normaal niet is.* Kennis en vriendschap ontplooiën zich nu in een een geest die zich sterk en helder bewust is van zichzelf, van God en van de dingen. (E5/39).

9 Wie kennis zoekt om iets anders of vriendschap zoekt voor zichzelf, zal deze bijzondere kennis en vriendschap niet vinden. Althans, dat is de interpretatie van De Dijn als het gaat om de beweging die Spinoza maakt. Impliciet moet Spinoza dit denken. *De toestand van echte kennis en echte vriendschap is een bijzondere toestand van blijdschap of geluk.* Je kunt die toestand niet krijgen als je hem gebruikt als middel. Je moet hem gebruiken als doel. Deze toestand ontstaat pas wanneer je ***echte kennis of vriendschap*** ‘opdoet’. Want kennis en vriendschap overstijgen in feite het eigenbelang in enge zin. Ze zijn pas effectief in ons eigen belang op het moment dat je ze ***omwille van henzelf*** nastreeft. Want dan leveren ze inderdaad die bijzondere toestand op.