

OVER DE WAARDE VAN GELUK

Ruut Veenhoven,

Gepubliceerd in: Speling, 1985, vol 37, pp 24-32

Sinds mensen nadenken over zichzelf hebben ze zich vragen gesteld over wat nastrevenswaard is. Vragen over het goed en kwaad van eigen handelen, over politieke prioriteiten en over wat zin geeft aan het bestaan. Op die vragen naar richtinggevende ‘waarden’ zijn in de loop der tijden tal van antwoorden geformuleerd. Die antwoorden verschillen nogal: niet alleen tussen culturen, maar ook daarbinnen. Vooral interculturele verschillen in waarde-opvattingen geven veel twist en onzekerheid. Er is dan ook steeds gezocht naar formules om zulke verschillen te overbruggen. Daartoe wordt nogal eens gegrepen naar ‘topwaarden’: één hoogste beginsel waaraan andere waarden ondergeschikt zijn en op grond waarvan eenduidige prioriteiten gesteld kunnen worden. Ook onze eigen cultuur heeft zulke morele sleutelformules voortgebracht.

Eén van de laatste daarvan is het idee dat het begrip ‘geluk’ kan fungeren als overkoepelend beginsel. Die gedachte is het duidelijkst verwoord door de 19^e eeuwse ‘Utilitariërs’, onder wie Jeremy Bentham en John Stuart Mill. Geluk gold voor hen als de hoogste waarde (‘nut’ in hun terminologie). Het goed en kwaad van alle handelingen moest worden afgemeten aan het te verwachten geluksrendement ervan. De handeling die de grootste hoeveelheid geluk opleverde voor het grootste aantal mensen was moreel de beste. Dat recept gold niet alleen individuele morele dilemma’s, maar ook politieke keuzen. De staat had in hun visie de taak om haar burgers zo gelukkig mogelijk te maken. Getrouw aan hun liberale opstelling schatten deze Utilitariërs overigens dat de staat zich daartoe maar niet te veel moest mengen in het vrije spel der maatschappelijke krachten.

De formule van het grootste geluk is sterk aangeslagen. In de seculerende samenleving van die tijd bood het een mooi alternatief voor de traditionele religieuze eindwaarden. Het leek een harder criterium te bieden dan die ongrijpbare bovenwereldlijke richtpunten. Geluk gold namelijk als meetbaar en de consequenties van handelingen erop daarom, in principe, als calculeerbaar. Als zodanig sloot de formule mooi aan op het opkomende rationalisme. Het idee dat de individuele ervaring uiteindelijk primair is paste ook naadloos op het toenemend individualisme.

Deze leer is nu in brede kring aanvaard. Zij vormt één van de ideologische pijlers van de huidige verzorgingsstaat. Hoewel succesvol, is de moraalfilosofie van het grootste geluk bepaald niet onomstreden. Van oudsher is er kritiek: ‘inhoudelijke’ kritiek en ‘technische’ kritiek.

De *inhoudelijke* kritiek komt van stromingen die andere waarden voorop stellen: religieuze stromingen die het lijden eigenlijk hoger schatten, politieke stromingen die collectivistische solidariteit verkiezen boven individualisme, en psychologisch georiënteerde stromingen die zich meer moois voorstellen bij noties als ‘zelfverwerkelijking’ en ‘creativiteit’. De inhoudelijke kritiek beperkt zich niet tot het vaststellen dat andere waardeprincipes beter zijn. Er is ook met verve betoogd dat het nastreven van geluk mensen op het verkeerde pad brengt en de realisering van werkelijk waardevolle waarden in gevaar brengt. Het streven naar individueel geluk zou bijv.

de verzoening met het onontkoombare lijden alleen maar moeilijker maken, zou de mensen vervreemden van de collectiviteiten waartoe zij naar hun aard bestemd zijn en zou hen remmen in hun psychologische groei.

De *technische kritiek* betreft de hanteerbaarheid van de leer, gegeven de aanvaarding van geluk als het hoogste doel. Bezwaren in dat verband zijn ondermeer dat geluk niet definieerbaar is, dat het niet meetbaar is en dat het geluksrendement van handelings-alternatieven niet te voorzien is. Die bezwaren komen er op neer dat het berekenen van geluksrendementen van handelings-alternatieven illusoir blijft en dat men daarom maar beter kan blijven leven met pluriforme waarden.

De discussie over een en ander is sinds de 19^e eeuw niet zoveel verder gekomen. Bij gebrek aan feitelijke kennis over geluk is men blijven steken in een uitzichtloos 'welles-nietes'. Inmiddels is er echter nogal wat onderzoek gedaan. De resultaten daarvan heb ik onlangs beschreven in mijn proefschrift 'Conditions of Happiness' (Veenhoven 1984). Het betreft 235 empirische onderzoeken in 32 landen in de periode tussen 1911 en 1975. Aan de hand van de uitkomsten daarvan valt misschien verder te komen.

In deze bijdrage wil ik de mogelijkheden daartoe aftasten. Ik kijk eerst of het onderzoek steun geeft aan de drie genoemde 'technische' bezwaren tegen de leer van het grootste geluk. Vervolgens bekijk ik ook de houdbaarheid van enige 'inhoudelijke' bezwaren. Het zal blijken dat veel van die bezwaren op mythen berusten.

Geluk ondefinieerbaar?

Er is nogal eens gezegd dat de formule van het grootste geluk niets oplost, omdat ieder standpunt nu eenmaal zijn eigen definitie van geluk kent. En inderdaad is er een grote spraakverwarring rond de term geluk. Er zijn als sinds de oude Grieken twee soorten betekenissen in omloop: geluk als heil en geluk als voldoening, ofwel het 'ware' en het 'ervaren' geluk.

Bij geluk als heil gaat het om een toestand die om enigerlei reden beschouwd wordt als 'goed' voor mensen, bijvoorbeeld 'geestelijke gezondheid', 'maatschappelijk engagement' of 'goddelijke genade'. Zo'n opvatting van geluk houdt vaak al een ideologische keuze in en is daarom niet erg geschikt om verschillen op ideologisch vlak te overbruggen.

Bij geluk als *voldoening* gaat het om allerhande ervaringsgegevens, om 'plezier' en 'pijn', om 'voldoening' en 'frustratie'. Die ervaringen corresponderen niet zonder meer met het ene of het andere ideologisch programma. Het is dan ook over deze tweede soort van geluk dat de utilitariërs het eigenlijk hadden; over geluk als de 'som van genoegens en ongenoegens'. Onduidelijk blijft of het daarbij gaat om alleen 'sensaties' en 'emoties' of ook om 'waarderende oordelen'. Die hebben natuurlijk met elkaar te maken, maar het is niet allemaal hetzelfde.

In mijn onderzoek heb ik mij gericht op één variant van het ervaren geluk: de waardering van het eigen bestaan als geheel, iemands '*levensvoldoening*'. De gegevens die ik hier presenteer dekken dus niet alles wat ooit geluk is genoemd.

Geluk onmeetbaar?

Geldt dat ook voor geluk in de zin van 'levensvoldoening'? Levensvoldoening is niet iets wat zich aan de buitenkant laat aflezen. Mensen die het maatschappelijk voor de wind gaat scheppen soms maar weinig plezier in het leven, terwijl anderen ondanks ziekte en gebrek wel vrede met hun bestaan hebben. Levensvoldoening kan dan ook alleen worden vastgesteld door er mensen

naar te vragen. Een in enquêtes veel gebruikte vraag is bijvoorbeeld: ‘Alles bij elkaar genomen, hoe tevreden of ontevreden bent u met uw leven?’ Tegen dit soort vragen worden echter tal van technische bezwaren ingebracht.

Geen idee.

Eén bezwaar is dat veel mensen geen vastomlijnd idee zouden hebben over zoiets abstracts als de kwaliteit van hun eigen leven als geheel. In antwoord op vragen daarvoor zouden ze daarom maar wat roepen. Dit moet dan blijken uit het feit dat betrekkelijk veel mensen geen antwoord geven op vragen naar geluk, of na verloop van tijd een heel ander antwoord geven. Het een noch het ander blijkt echter het geval: er is geen hoge non-respons en geen lage herhaalbetrouwbaarheid.

Een variant op dit argument is dat mensen bij gebrek aan eigen oordeel het gangbare beeld over geluk zouden aangrijpen voor hun antwoord. Als dat zo is zouden de factoren die in de publieke opinie als gelukkigmakend te boek staan, sterk moeten samenhangen met middels enquêteonderzoek gemeten geluk. Dat blijkt soms wèl, maar vaak niet het geval te zijn.

Zelfbedrog.

Vaak wordt ook gezegd dat het niet gemakkelijk is om voor jezelf te erkennen dat je niet gelukkig bent en dat mensen daarom typisch meer plezier in het bestaan zeggen te hebben dan ze - diep in hun hart weten te hebben. In dit verband wordt nogal eens verwezen naar de verdacht hoge scores in geluksenquête. Bij enquêtes van het Nederlandse Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) blijkt steevast zo'n 75% van de bevolking ‘zeer tevreden’.

Om te schatten hoe groot de omvang van dit soort vertekening is, hebben verschillende onderzoekers antwoorden op directe geluksvragen vergeleken met indrukken op basis van herhaalde diepte-interviews en waarnemingen van non-verbaal gedrag (lichaamshouding, lachende ogen en dergelijke). Grote discrepanties traden daarbij niet aan het licht. Ook blijkt dat lang niet overal een meerderheid zegt gelukkig te zijn. In tal van landen noemt een vertrouwenwekkend groot aantal mensen zichzelf ongelukkig. Kort na de oorlog was dat ook in Nederland nog het geval.

Mooi weer spelen.

Als mensen dan al bereid zijn om eigen om geluk onder ogen te zien, blijft toch de vraag of ze ook bereid zijn dat tegenover anderen toe te geven. Met name in de Amerikaanse ‘grin and bear it’ cultuur zou dat wel eens ongemakkelijk kunnen zijn. Met het oog daarop is nagegaan of er hooggestemder antwoorden op een vraag naar geluk werden gegeven, als deze gesteld wordt in een persoonlijk interview dan via de telefoon of door middel van een schriftelijke vragenlijst. Er bleek inderdaad wel enig verschil, hoewel niet zo heel erg veel.

In mijn onderzoek heb ik meer van dit soort bezwaren tegen het licht gehouden. Voorlopig houd ik het erop dat mensen in de regel gewoon eerlijk antwoord geven.

Geluk onvoorspelbaar?

De moraal van het grootste geluk vereist calculatie vooraf van de geluksrendementen van verschillende handelingsalternatieven. Dit vereist voorspelling. Voorspelling vereist een goede theorie over wat, wie, in welke omstandigheden al dan niet gelukkig maakt. Die theorie is nog niet ver ontwikkeld. We zijn nog bezig met het inventariseren van de veelheid van factoren die in het geding zijn. Wat dat betreft hebben de moderne gedragswetenschappen nog maar weinig toegevoegd aan wat de oude Grieken hierover al te berde hebben gebracht. Er is ook nog weinig

zicht op de interacties tussen de verschillende effecten. We komen dan ook steeds voor verrassingen te staan: in ons eigen land bleek de recessie van de laatste jaren nauwelijks iets aan het geluk van de gemiddelde Nederlander af te doen (v. Praag, 1984) en in de Verenigde Staten bleken emanciperende negers minder plezier in hun leven te gaan scheppen in plaats van meer (Manning Gibbs, 1972).

Hoewel moeilijk voorspelbaar is geluk toch niet helemaal onvoorspelbaar. Het is duidelijk dat mensen maar zelden gelukkig kunnen zijn bij honger, oorlog en onderdrukking, en er is ook weinig twijfel dat de meeste mensen alleen dan gelukkig kunnen zijn als ze zijn ingebed in een min of meer stabiel netwerk van intieme relaties. Open deuren misschien, maar toch.

Het argument van onvoorspelbaarheid treft verder ook alternatieve streefwaarden. Ook zaken als 'zelfverwerkelijking', 'identiteit' en 'solidariteit' laten zich moeilijk voorspellen. Tal van maatregelen die daartoe getroffen zijn blijken anders te hebben uitgekapt. Zelfs schijnbaar harde waarden als 'vrijheid' en 'gelijkheid' zijn moeilijk implementeerbaar. Veel revoluties die in naam van die beginselen zijn ontketend, zijn op het omgekeerde uitgelopen. Wie niet alle hoop op verantwoord handelen wil laten varen moet het daarom hebben van de naar verhouding nog minst onvoorspelbare streefwaarden. Binnen het gangbare aanbod daarvan slaat 'geluk' nog niet zo'n gek figuur.

Tot zover drie 'technische' bezwaren tegen de utilitistische geluksleer. Nu een tweetal 'inhoudelijke' bedenkingen.

Gevoeld geluk geen 'waar' geluk?

De discussie over de definitie van geluk zet zich voort in het verwijt dat het 'ervaren' geluk van de utilitariërs in ieder geval weinig te maken heeft met wat men zich van het 'ware' geluk mag voorstellen. Met andere woorden: dat mensen wel eens heel tevreden kunnen zijn met een levenspatroon dat eigenlijk slecht voor hen is of moreel verwerpelijk. Vrij naar Marx wordt in dat verband wel van een 'vals geluk' gesproken.

Berusting

Heel bekend is het idee dat tevredenheid een gevolg kan zijn van berusting in het onvermijdelijke, en dat mensen daardoor toch nog enig plezier kunnen scheppen in een leven dat in feite geen recht doet aan hun werkelijke behoeften. Daar zit zeker een grond van waarheid in: levensvoldoening vereist inderdaad dat men zijn verlangens enigszins kan relativeren en dat men onontkoombare zaken, zoals de dood, accepteert. Dat betekent echter niet dat mensen in alles kunnen berusten. Psycho(bio)logische basisbehoeften stellen ondergrenzen. Mensen blijken in meerderheid dan ook ongelukkig onder oorlog, honger en onderdrukking: ook in culturen waar berusting en 'versterving' hoog in aanzien staan.

Levensvoldoening blijkt ook sterk verbonden met goede lichamelijke en geestelijke gezondheid. Gelukkige mensen leven langer. Als geluk overwegend gekocht wordt door ontkenning van wezenlijke behoeften zou men eerder het omgekeerde verwachten.

Oppervlakkige genoegens

Het idee dat zich gelukkig noemende mensen vaak toch iets essentieels in het leven missen kent meerdere gedaantes. Eén daarvan is de theorie dat mensen de kwaliteit van hun bestaan uitsluitend afmeten aan bewuste 'verlangens', en dat die verlangens niet voortkomen uit hun ware natuur, maar zijn aangepraat door de kwade krachten van klasse, sekserol en commercie. 'Valse verlangens' heet dat. Ook hierbij kan worden aangetekend dat gelukkige mensen toch aanzienlijk

beter aan hun (ware) trekken blijken te komen, getuige hun betere lichamelijke en geestelijke conditie en hun langere levensduur.

Een variant op dit thema van de valse verlangens is dat het idee gelukkig te zijn sterk zou afhangen van de mate waarin men zich weet te voegen naar het wisselend modebeeld van de geslaagde mens. Tegen deze stelling in het bijzonder pleit nog dat mensen niet zo veranderlijk blijken in de waardering van hun bestaan. Bovendien wijken de onderscheidende kenmerken van gelukkige en ongelukkige mensen in verschillende opzichten nogal af van het geluksbeeld dat in de publieke opinie voorop staat.

Kortzichtig geluk

Tenslotte past in dit beeld ook de opvatting dat geluk voor de dommen is, en dat ieder die verder kijkt dan de eigen neus lang is wel ongelukkig moet worden van alle wereldproblemen die zich aan hem opdringen. Ook deze opvatting vindt weinig steun in de onderzoeksgegevens. Er is géén verband tussen geluk en IQ, en mensen met weinig opleiding blijken meestal juist iets *minder* gelukkig dan hoger geschoolden. Sprekender is nog, dat mensen die het meest geïnteresseerd zijn in sociale en politieke problemen als relatief gelukkig uit de bus komen.

Geluk ten koste van vrijheid?

Ook onder degenen die minder wantrouwend tegenover geluk als zodanig staan, heerst twijfel over de vraag of maximalisering van het geluk niet al te zeer ten koste gaat van andere hooggeschatte waarden. In liberale kringen leeft met name de vrees dat de vrijheid op het altaar van het geluk zal worden geofferd. Die angst is een bekend thema in de *science fiction*, zoals in Aldous Huxley's *Brave new world*.

Met de beste bedoelingen

Trudy van Asperen (1984) waarschuwde nog onlangs dat het utilitaristische ideaal dreigt uit te lopen in een overmatige welzijnszorg van staatswege. Met de beste bedoelingen wordt de burger ingepakt in een verzorgingssysteem dat hem steeds meer initiatief uit handen neemt en hem allengs meer perst in het stramien van de anonieme welzijnsmachine. Van Asperen riep het beeld op van het 'panopticum': de modelgevangenis beschreven door utilitarist van het eerste uur Jeremy Bentham, waarin de gevangenen onder voortdurend toezicht van hun zorgzame bewakers nuttige beroepen leren en verantwoorde bleken lezen.

Hoewel dat beeld heel krachtig is, ziet het er niet naar uit dat mensen in werkelijkheid erg gelukkig kunnen zijn in onvrijheid. De beschikbare gegevens wijzen er eerder op dat politieke vrijheid een erg belangrijke voorwaarde is voor geluk.

Tevreden koe

Een op het voorafgaande schrikbeeld aansluitende veronderstelling is dat een effectief geluksbeleid burgers passief zal maken en daarmee extra weerloos tegen gewetenloze politici. Die veronderstelling berust echter op de achterhaalde motivatietheorie dat mensen slechts in beweging komen om 'gebrek' op te heffen en geen intrinsieke drang hebben ook zelf activiteiten te ontplooiën en bezigheden te zoeken.

De gegevens wijzen ook in een andere richting. Geluk blijkt eerder te prikkelen tot activiteit en gelukkige mensen blijken ook meer geneigd het lot in eigen hand te nemen dan ongelukkige mensen. Er zijn verschillende redenen om aan te nemen dat het plezier in het leven hen daarbij ook effectiever doet opereren onder meer omdat het hun sociale contact vergemakkelijkt.

Slot

Al met al blijft er niet zoveel staan van de hier behandelde bezwaren tegen de moraalfilosofie van het grootste geluk. Geluk in de zin van levensvoldoening is niet volstrekt ongrijpbaar, en stort ons ook niet in het verderf. Betekent dit nu dat de utilitariërs over hun graf heen toch nog gelijk krijgen? Niet helemaal. Dat niet alle bezwaren tegen hun leer hout snijden betekent nog niet dat die leer de enige juiste is. Met name blijft het de vraag of men geluk wel prioriteit wil geven boven alle andere waarden. Dat blijft een kwestie van keuze die zich niet helemaal laat beredeneren. Mijn keuze is dat in ieder geval niet.

LITERATUUR

Asperen, G. M. van, (1981)

Met de beste bedoelingen.....,

in Tijdschrift Filosofie en Praktijk, vol. 2, 180 e.v.

Manning Gibbs, R.A. (1972)

Relative deprivation and self-reported happiness of blacks 1946-1966,

Unpublished PhD dissertation, University of Texas, Austin USA

Van Praag, C. (1984)

Met minder geld ook minder gelukkig?,

in: R. Veenhoven red., 'Betere wereld, gelukkiger mensen?', Lisse Swets & Zeitlinger, 70-86.

Veenhoven R. (1984a)

Conditions of Happiness,

Dordrecht, Reidel.