

DE TRAGEDIE ALS EMOTIETHERAPIE

Kan een woedende Medea woede bij de kijker voorkomen?



Student: Willemien Bronkhorst (studentnummer 8633126)

Begeleider en eerste beoordelaar: Prof. Dr. Teun Tieleman

Tweede beoordelaar: Dr. Janneke van Lith

Masterscriptie Wijsbegeerte – 15 EC

Aantal woorden: 23.611 (inclusief voetnoten en literatuurlijst)

Juni 2016

SAMENVATTING

Het nadenken over de functie van theater, in hoeverre het de mogelijkheid biedt om jezelf te leren begrijpen, behoort van oudsher tot het domein van filosofen. De Stoïcijnen maakten regelmatig gebruik van voorbeelden uit tragedies om hun filosofische inzichten te onderbouwen en te illustreren. Het hoogste levensdoel was dat een mens inzicht verkreeg in zijn eigen natuur en hoe deze onderdeel uitmaakte van de allesomvattende goddelijke natuur. Een belangrijk onderdeel daarvan was het streven naar *apatheia*, het vrij zijn van emoties. Emoties moeten volgens de Stoïcijnen worden begrepen als onjuiste waardeoordelen.

In deze scriptie staat de Romeinse Stoïcijn Seneca centraal. Seneca heeft naast zijn filosofische werk ook tragedies geschreven. Het is echter omstreden of deze tragedies in het verlengde liggen van zijn filosofie. Hier is onderzocht in hoeverre het mogelijk is om op grond van Seneca's ideeën over emoties – in het bijzonder woede – en zijn opvatting van zijn taak als filosoof zijn tragedie *Medea* te begrijpen als een instrument in het streven naar *apatheia* en daarmee in het onderwijzen van de Stoïsche levenskunst.

Seneca heeft zijn emotietheorie ontwikkeld in navolging van zijn Stoïsche voorgangers. Hij zag het als zijn taak om hun werk voort te zetten en waar mogelijk efficiëntere wegen te bewandelen. In dit licht kan het ontwikkelen van zijn tragedie *Medea* gezien worden als een eigen directere weg om het filosofische gedachtegoed uit te dragen en inzichtelijk te maken. Volgens sommigen ontbreekt echter de filosofische sturing om de Stoïsche inzichten af te leiden. Hierbij wordt *Medea* vooral benaderd als tekst, terwijl zij een tragedie is. Van een tragedie mag verondersteld worden dat zij het meest tot haar recht komt als zij in een geënceneerde versie wordt gepresenteerd aan een publiek.

Door Seneca's *Medea* te benaderen vanuit de theorie van theatrale interactie wordt aangetoond hoe het mogelijk is om sturing te geven aan de waarneming en de reflectie van de toeschouwers door een geïmpliceerde kijkhouding te construeren. Hiermee wordt *Medea* voorzien van de mogelijkheden om te dienen als instrument in het streven naar *apatheia* en daarmee in het onderwijzen van de Stoïsche levenskunst.

Inhoudsopgave

SAMENVATTING	1
INLEIDING	3
1. DE EMOTIETHEORIE VAN SENECA	9
1.1 HET WEZEN VAN EEN EMOTIE	9
1.1.1 WEERZINWEKKEND EN SCHADELIJK	10
1.1.2 DE MENSELIJKHEID VAN WOEDE	11
1.2 HET EMOTIEPROCES	14
1.2.1 DE EMOTIONELE DRIETRAPSRAKET	15
1.2.2 DE EERSTE GEMOEDSBEWEGING	16
1.2.3 DE TWEDE EN DERDE GEMOEDSBEWEGING	18
1.3 DE EMOTIETHERAPIE	23
1.3.1 VOORKOMEN DOOR OPVOEDING	24
1.3.2 VOORKOMEN DOOR SOCIALE CONVENTIES TE ONTKRACHTEN	25
1.3.3 VOORKOMEN DOOR INZICHT IN DE ALLESOMVATTENDE NATUUR	28
1.3.4 DE WOEDE VAN ANDEREN KALMEREN	32
1.4 AFSLUITENDE SAMENVATTING VAN DE EMOTIETHEORIE	32
2. DE MEDEA VAN SENECA	34
2.1 EEN INSTRUMENT IN DE EMOTIETHERAPIE?	34
2.2 VERSCHILLENDE OPVATTINGEN	37
2.3 NAAR EEN EIGEN INTERPRETATIE	40
2.4 MEDEA IN EEN THEATRALE INTERACTIE	42
2.5 MEDEA ALS VOORBEELD VAN HET EPISCHE AUTEURSTHEATER	46
3. CONCLUSIE	53
LITERATUUROPGAVE:	57

DE TRAGEDIE ALS EMOTIETHERAPIE

Kan een woedende Medea woede bij de kijker voorkomen?

‘Waarom het verschrikkelijke drama Medea moet worden opgevoerd?
Je kunt de redenen voor kindermoord maar beter proberen te begrijpen.
Hoe meer begrip, hoe groter de kans het te voorkomen.
En hoe meer inzicht, hoe meer wijsheid - toch?’¹

INLEIDING

In 2009 was ik getuige van de voorstelling Medea van het Noord Nederlands Toneel. Een voorstelling die gebaseerd was op de tragedie zoals deze is geschreven door Euripides, aangevuld met fragmenten uit Seneca’s *Medea* en nieuwe teksten op basis van onderzoek.² Het getoonde verhaal werd afgewisseld met actuele teksten uit het nieuws over ouders die hun kinderen van het leven beroofden. Deze teksten werden gepresenteerd door oud NOS-presentatrice Noraly Beyer, die daarmee de rol van het koor uit de klassieke tragedie vervulde. Op deze wijze werd een klassieke tragedie, gebaseerd op een bekend mythologisch verhaal, gekoppeld aan de actualiteit. Ik was aanwezig bij deze voorstelling als begeleider van toekomstige theaterdocenten om samen na te denken over wat je met theater wilt en kunt bereiken bij de toeschouwers. Malou Gorter, de actrice die de rol van Medea vervulde en zelf moeder van twee kleine kinderen, vertelde in een interview wat zij hoopte te bereiken:

‘Ik ben ook wel bang geweest: stel dat ik daarin terecht kom, zo’n psychische staat. Maar als het me zou overkomen, zou ik het nu herkennen, meer dan hiervoor. Dat is wel goed. Dat is wat ik zou willen dat er met mensen gebeurt die ernaar kijken.’³

Het nadenken over en reflecteren op de functie van theater, in hoeverre kunst de mogelijkheid biedt om jezelf te leren begrijpen en na te denken over je positie in de wereld, behoort van oudsher tot het domein van filosofen. Plato schreef in *Politeia* dat de meeste kunstvormen, inclusief de tragedie, uit de ideale samenleving geweerd moeten worden. Deze

¹ Malou Gorter, vertolkster van de rol Medea, in een interview in *Opzij* (De Jong, 2009).

² Hiervoor is gesproken met Toon Verheugt die een proefschrift heeft geschreven over kinderdoding, een geestelijk verzorgster in een gevangenis en iemand die betrokken is geweest bij kinderdoding (Vervaart, 2009).

³ Malou Gorter in een interview in *Volkskrant* (Vervaart, 2009).

vormen van kunst brengen als afbeelding van een afbeelding, mensen alleen maar verder van de absolute waarheid (*Politeia* 10, 597E). Bovendien zouden de in het theater getoonde emoties een slechte invloed hebben op mensen.

Deze dingen die horen te verdorren worden hierdoor bevochtigd en gevoed. Ze krijgen zo zelfs de leiding over ons terwijl ze geleid zouden moeten worden, als we tenminste beter en gelukkiger willen worden in plaats van slechter en rampzaliger (606D).

Voor het nadenken over jezelf in deze wereld is het volgens Plato daarom beter om niet in aanraking te komen met theater.

Heel anders is de kijk van zijn leerling Aristoteles op zowel emoties als theater. Emoties geven volgens Aristoteles aan wat mensen belangrijk vinden en zetten aan tot handelen. Het gaat erom dat mensen '[d]eze gevoelens op het juiste ogenblik ervaren, om de juiste dingen, tegenover de juiste personen, met de juiste bedoeling en op de juiste manier' (EN 1106b21-23). In *Poëtica* beschrijft Aristoteles dat het kijken naar een tragedie ervoor zorgt dat de emoties medelijden en angst worden opgewekt en dat dit de zuivering van dit soort emoties tot gevolg heeft (*Poëtica* 1449b24-29). Hoe die zuivering kan of moet worden opgevat, daarover verschillen de opvattingen. Eén van de opvattingen is dat het gezien kan worden als een leermogelijkheid met betrekking tot emoties (Halliwell, 1992; Nussbaum, 1992). Door je als toeschouwer in te leven en mee te leven met de hoofdpersoon, doe je als het ware levenservaring op en verwerf je inzicht in jezelf en de jouw omringende wereld.

Dat theater de nodige inzichten kan leveren met betrekking tot de invulling van een mensleven deelt Aristoteles met de Stoïcijnen. De wijze waarop dit volgens hen moet worden begrepen is echter totaal anders. De Stoïcijnen spreken net als Aristoteles hun waardering uit over theater en de tragedie, maar verwerpen zijn idee dat emoties nuttig kunnen zijn. Zij staan wat emoties betreft weer dichterbij Plato's ideeën al nemen zij een extremere positie in tegenover emoties. De Stoïcijnen vinden dat mensen ernaar moeten streven om emoties totaal uit hun leven te verbannen. Emoties zijn volgens hen verkeerde waardeoordelen van zaken die moreel indifferent zijn.⁴ Het grote wereldgebeuren moet volgens de Stoïcijnen gezien worden als een ononderbroken keten van oorzaak en gevolg, waarop de mens niet direct invloed kan uitoefenen. Er is sprake van een goddelijke beschikking, waarvan ook de mens deel uitmaakt. De mens heeft echter wel iets van de goddelijke vonk meegekregen en

⁴ Leven, gezondheid, schoonheid, armoede en nog veel meer zaken zijn noch goed noch slecht, maar indifferent (LS, p.354: 58A – Diogenes Laertius 7.101-3). Emoties ontstaan doordat men oordeelt dat er iets goed of kwaads staat te gebeuren of dat dit het geval is. Op basis hiervan onderscheiden de Stoïcijnen vier generieke emoties: begeerte, vrees, genot en verdriet (LS, pp.410-411: 65A – Stobaeus 2.88, 8-90,6 – SVF 3.378, 389, part). LS verwijst naar het werk van Long & Sedley.

beschikt zodoende over de rede. De mens heeft daardoor de mogelijkheid om inzicht te verkrijgen in deze allesomvattende goddelijke natuur. Zijn hoogste levensdoel is daarom om zijn eigen natuur hiermee in overeenstemming te brengen.

Chrysippus says in *On ends* book I: for our own natures are parts of the nature of the whole. Therefore, living in agreement with nature comes to be the end, which is in accordance with the nature of oneself and that of the whole, engaging in no activity wont to be forbidden by universal law, which is the right reason pervading everything and identical to Zeus, who is this director of the administration of existing things (Diogenes Laertius 7.87-9).⁵

Chrysippus is, na Zeno en Cleanthes, het derde schoolhoofd van de Stoïcijnen. Hij heeft het idee over emoties als verkeerde waardeoordelen verder verfijnd, door aandacht te besteden aan het gegeven dat mensen aangeleerd krijgen dat emotionele reacties in bepaalde omstandigheden al dan niet gepast zijn. Bijvoorbeeld de idee dat het na het overlijden van iemand die je lief is, gepast is om verdrietig te zijn. Sociale conditionering kan daarmee worden gezien als een belangrijke bron voor emotioneel gedrag (*PHP* 4.7.12-17 – *SVF* 3.466, part).⁶

Voor het onderbouwen van hun ideeën, maakten de Stoïcijnen gebruik van grote namen en verhalen uit het Griekse cultuurerfgoed. Zij maakten (in toenemende mate op een openlijke manier) gebruik van citaten van (tragedie)schrijvers, omdat hier wijze levenslessen uit te halen zijn. De Stoïcijnen hadden aanvankelijk geen eigen geschiedenis van grote denkers om op terug te vallen, maar wilden wel op bestaande wijsheden voortbouwen en waar mogelijk deze innoveren (Long, 1980, p.166). Het gebruik van wijsheden, zoals deze zijn te vinden in het werk van Homerus, Euripides en Sophocles, sloot bovendien aan bij de idee dat deze mensen leefden in een wereld die vanuit dezelfde goddelijke voorzienigheid is vormgegeven als die van de Stoïcijnen en dat zij net als hen probeerden inzicht te krijgen in dit wereldgebeuren (Long, 1980, p.165). Door de eigen theorieën te onderbouwen met citaten uit het cultuurerfgoed sloten de Stoïcijnen zich bij de Griekse cultuur aan en lijfden zij die in. Bijkomend voordeel was dat zij een beroep deden op bekende verhalen, waardoor hun ideeën gemakkelijker aan de man konden worden gebracht (Long, 1980, p.165).

Een ander voordeel van het gebruik van voorbeelden uit de literatuur, waaronder tragedies, sloot aan bij het Stoïcijns idee over het ontstaan van emoties. Zoals gezegd (p.4), berusten emoties op verkeerde waardeoordelen, maar daaraan voorafgaand is er sprake van een confrontatie met een situatie die om het toekennen van een bepaald oordeel vraagt. In het

⁵ LS, p.395: 63C.

⁶ LS, p.416: 65O.

echte leven is er sprake van een directe betrokkenheid, maar bij voorbeelden uit de literatuur of een tragedie lijken de Stoïcijnen er vanuit te gaan dat er sprake is van een gepaste distantie. Bij het kijken naar een tragedie zouden de toeschouwers dan ook niet verleid worden tot het inleven en meeleven met de hoofdpersoon, zoals bij Aristoteles, maar juist tot het innemen van kritische houding ten opzichte van hem of haar (Nussbaum, 1993, p.145). Maar hoe komt deze kritische houding tot stand? Waaraan moet een tragedie voldoen om dit te bereiken? En in hoeverre kan het kijken naar een tragedie een bijdrage leveren aan de manier waarop iemand zichzelf begrijpt en zijn positionering in de wereld?

Deze vragen laten zich ook stellen in het geval van de Romeinse Stoïcijn Seneca. Van Seneca is veel werk volledig overgeleverd. Dit in tegenstelling tot dat van de Griekse grondleggers van de Stoïcijnse leer. Hierbij moet gebruik worden gemaakt van reconstructies van hun werk op grond van gevonden citaten in het werk van derden.⁷ Seneca maakte net als zijn voorgangers regelmatig gebruik van verhelderende voorbeelden uit cultuurerfgoed en heeft daarnaast tragedies geschreven. Nu hebben meerdere Stoïcijnen gedichten en mogelijk ook tragedies geschreven, maar alleen van Seneca zijn meerdere tragedies volledig bewaard gebleven.

Seneca heeft in de voetsporen van zijn Griekse Stoïsche voorgangers zijn ideeën over emoties beschreven in *Woede*. Hierin zet hij uiteen wat het wezen van emoties is en hoe zij voorkomen kunnen worden. Het streven naar *apatheia*, het vrij zijn van emoties, is voor Stoïcijnen en daarmee ook voor Seneca de belangrijkste weg om de *eudaimonia*, een leven dat gekenmerkt wordt door een gelukt zijn, te bereiken. In *Brief 16* aan zijn vriend Lucilius, over het nut van de filosofie, geeft Seneca een omschrijving van filosofie die kenmerkend is voor de Stoïsche opvatting van filosofie als levenskunst. Filosofie is geen zuiver theoretische discipline, maar een manier van leven.

Zij [...] vormt en bewerkt de geest, ordent het leven, geeft richtlijnen voor ons handelen, laat zien wat wij moeten doen en laten, neemt plaats aan het roer en houdt vaste koers door verraderlijke golfstromen. Zonder haar kan niemand vrij van angst en zorgen leven: er gebeuren elk uur tallozen dingen die vragen om een advies dat van haar te verwachten is (*Brief 16.3*).

Zonder filosofie waarbij men zich op de wijsheid toelegt, kan niemand gelukkig leven (*Brief 16.1*). De filosofie kan dan ook volgens Seneca vergeleken worden met de medische praktijk en dat wat Seneca toevertrouwt aan het papier 'als een soort van recepten voor nuttige medicamenten' (*Brief 8.2*). De Stoïsche levenskunst kan worden geleerd, geoefend,

⁷ Een mooi voorbeeld hiervan is *Chrysippus on Affections* van Teun Tieleman (2003) op basis van het werk van onder andere Galen en Cicero.

beoefend en onderwezen. In zijn werk refereert Seneca aan toneelspel en literatuur voor het verkrijgen van inzicht in het eigen leven. Seneca heeft echter niet, zoals Aristoteles, een poëtica geschreven waaruit kan worden afgeleid hoe hij tegen de functie van de tragedie aankeek en hoe volgens hem een tragedie moet worden vormgegeven om deze functie te vervullen (vgl. Hine, 2000, p.4). Dit gegeven maakt de losse opmerkingen over toneelspel wel zo interessant. Temeer daar het ook niet onbetwist is of zijn tragedies gezien kunnen worden als een verlengstuk van zijn filosofische ideeën (Fitch, 2008, p.11; Trinacty, 2015, p.37; Hine, 2000, p.27). Dit idee bevreedde mij, gezien de opvatting van filosofie als levenskunst en de wijze waarop filosofische ideeën onderbouwd en uitgedragen kunnen worden met behulp van het werk van onder andere tragedieschrijvers. Daarom wil ik in deze scriptie onderzoeken in hoeverre Seneca's tragedies gezien kunnen worden als een element in het onderwijzen van de Stoïsche levenskunst. In verband met de beperkte ruimte en tijd voor dit onderzoek ga ik mij hierbij toespitsen op de emotie woede, daar deze de hoofdrol speelt in *Woede* en bovendien gezien moet worden als de meest schadelijke emotie, en Seneca's tragedie *Medea* waarin woede een prominente rol in speelt.

Op grond van de hierboven genoemde overwegingen heb ik de volgende onderzoeksvraag geformuleerd: In hoeverre is het mogelijk om op grond van Seneca's ideeën over emoties – in het bijzonder woede – en zijn opvatting van zijn taak als filosoof zijn tragedie *Medea* te begrijpen als een instrument in het streven naar *apatheia* en daarmee in het onderwijzen van de Stoïsche levenskunst. Mijn doel daarbij is om inzichtelijk te krijgen hoe zijn filosofische werk en zijn *Medea* zich tot elkaar verhouden. Hierbij hoop ik aanknopingspunten te verzamelen om op een overtuigende manier te kunnen betogen dat het bezoeken van een tragedie als *Medea* een bijdrage kan leveren aan de manier waarop iemand zichzelf begrijpt en zijn positie binnen de wereld.

Om een antwoord te vinden op deze vraag wordt in het eerste deel van deze scriptie met behulp van *Woede* en een selectie uit *Brieven aan Lucilius* de emotietheorie van Seneca onderzocht. Hierbij staan drie vragen centraal. Als eerste wordt er stilgestaan bij de vraag naar het wezen van een emotie, in het bijzonder woede (Hfdst.1.1). Vervolgens wordt er gekeken naar de manier waarop een emotie tot stand komt (Hfdst.1.2). Tot slot staat de vraag centraal hoe een emotie kan worden voorkomen (Hfdst.1.3). In het tweede deel van de scriptie wordt onderzocht in hoeverre Seneca's *Medea* gezien kan worden als een verlengstuk van zijn emotietheorie en als een mogelijk instrument in het voorkomen van emoties. Op basis van Seneca's taakopvatting als filosoof en de wijze waarop hij voortbouwt op zijn Stoïsche voorgangers die onder andere tragedies gebruiken als vehikel voor hun filosofisch gedachtegoed wordt eerst gekeken of Seneca's *Medea* gezien kan worden als

verlengstuk van zijn emotietheorie (Hfdst.2.1-3). Vervolgens wordt onderzocht *hoe* Seneca's *Medea* gezien kan worden als dit uitvloeisel. Hierbij wordt stilgestaan dat een Stoïsche lezing van *Medea* volgens sommigen problematisch is (Hfdst.2.2). Dit wordt ondervangen door het wezen van de tragedie – en Seneca's invulling daarvan – te benaderen vanuit de theorie van theatrale interactie. Vanuit deze theorie wordt er gekeken onder welke voorwaarden Seneca's *Medea* gezien kan worden als een instrument in het onderwijzen van de Stoïsche levenskunst (Hfdst.2.4-5).

‘Vooruit, maak alles van je korte leven en richt het zo in dat het voor jouzelf en voor anderen vreedzaam is! [...] [L]aat ons [...] werk maken van ons mens-zijn.’⁸

1. DE EMOTIETHEORIE VAN SENECA

Laat ons werk maken van ons mens-zijn. Met deze opdracht sluit Seneca zijn laatste boek over woede af. Om optimaal mens te kunnen zijn moet hij streven naar *apatheia*, het vrij zijn van emoties. Hiervoor moet hij zijn eigen individuele natuur afstemmen op de allesomvattende goddelijke natuur met behulp van de rede die hem instaat stelt het rationele patroon van het wereldgebeuren te doorzien. Veel mensen kijken hier toch een beetje vreemd tegenaan, daar emoties vaak gezien worden – in lijn met Aristoteles – als belangrijke drijfveren en als signalementen van dat wat we belangrijk vinden. Om straks op een begrijpelijke wijze antwoord te kunnen geven op de onderzoeksvraag is het belangrijk om eerst inzicht te krijgen in hoe Seneca een emotie omschrijft. Hoe komt volgens hem een emotionele reactie tot stand en hoe kan deze voorkomen worden? Oftewel, hoe kunnen we werk maken van ons mens-zijn?

1.1 HET WEZEN VAN EEN EMOTIE

In zijn eerste boek van *Woede* bespreekt Seneca achtereenvolgens de wijze waarop de emotie woede zich manifesteert, wat zij teweeg brengt, hoe zij gedefinieerd kan worden en met name hoe zij – en dit geldt voor iedere emotie – ten onrechte gezien wordt als een nuttig werktuig van de mens. Dat hij zich met name richt op de emotie woede is omdat zijn broer Novatus hem de vraag gesteld heeft ‘hoe woede te bedaren is’ (*Woede* I, 1.1).⁹ Deze vraag krijgt van Seneca een positieve reactie daar woede de emotie is waar men het meest beducht voor moet zijn, ‘omdat zij meer dan enige andere emotie afschuwelijk en razend is’ (I, 1.1). De positieve reactie moet waarschijnlijk gezocht worden in de ervaringen van beide broers met de gewelddadigheden van keizer Caligula die vlak voor het schrijven bij een moordaanslag om het leven kwam en zich vooral liet leiden door zijn emoties en geen gehoor gaf aan de rede (Nussbaum, 1994, p.405). *Woede* weerspiegelt dan ook de interesse

⁸ Seneca in *Woede* III, 43.1&5.

⁹ Vanaf nu worden verwijzingen naar *Woede* alleen aangegeven met boeknummer, hoofdstuk en paragraaf.

van Seneca voor de manier waarop emoties het gedrag, waaronder dat van machthebbers, kunnen beïnvloeden en hoe dit bijgestuurd kan worden (Konstan, 2015, p.174).

1.1.1 WEERZINWEKKEND EN SCHADELIJK

Om de ernst van het onderzoek naar woede te onderstrepen begint Seneca met een uiteenzetting van haar weerzinwekkendheid en de wijze waarop zij mensen verwijderd van hun mens-zijn. Iemand die woedend is kan vergeleken worden met een krankzinnige en laat een 'allerminst menselijke begeerte naar wapens, bloed, executies' zien, waarbij hij enkel nog oog heeft voor het duperen van een ander en het nemen van wraak, zelfs als dit betekent dat hij zichzelf daarmee in het verderf zal sleuren' (I, 1.1). Iemand die woedend is, is niet meer voor rede vatbaar, staat niet langer open voor overleg en kan niet meer onderscheiden wat waar is en wat niet. Kortom, hij is zichzelf geen meester meer (I, 1.2). Dat een woedend iemand niet meer bij zijn gezonde verstand is blijkt uit de onmiskenbare symptomen die hij gemeen heeft met krankzinnigheid:

brandende, fonkelende ogen, het gelaat helemaal paars vanwege het bloed dat diep uit de borst opbruist, bevende lippen, opeen geklemde tanden, haren die steil overeind komen, recht overeind gaan staan, een geforceerde, gierende ademhaling, knakkende vingerkootjes, zuchten, steunen, slecht gearticuleerde woorden, zinnen die plotseling afgebroken worden, handen die de hele tijd ineengeslagen worden, stampvoeten; heel het lichaam verkeert in een grote staat van opwinding en ademt een overweldigende dreiging van woede – het walgelijke beeld, de huiveringwekkende aanblik van hen die zichzelf verlagen door zich op te blazen (I, 1.4).¹⁰

Ook voor andere emoties geldt dat zij niet moeilijk te herkennen zijn aan uiterlijke kenmerken, maar geen enkele emotie springt zo in het oog als woede (I, 1.7).

Vervolgens vraagt Seneca aandacht voor 'de rampzalige gevolgen van woede: geen plaag kwam de mensheid duurder te staan' (I, 2.1). Opnieuw pakt hij uit met een beeldende uiteenzetting van verschrikkingen waaraan woede ten grondslag ligt.

Je zult moordpartijen zien, gevallen van gifmengerij, vuilspuiterij over en weer voor de rechter, zware nederlagen van steden, volkerenmoord op grote schaal [...]. Kijk eens naar de fundamenten van de edelste steden die nauwelijks nog te zien zijn; woede wierp ze ter aarde. [...] Kijk eens naar die zo talrijke veldheren die volgens de overlevering voorbeelden van een

¹⁰ Vergelijkbare passages zijn te vinden in het werk van Chrysippus, zoals die zijn overgeleverd in het werk van Galen (*PHP*, 4.6.44-6, *SVF* 3.478), zie Tieleman 2003, pp.178/9.

ellendig lot zijn; woede doorstak de een in zijn eigen bed, doorboorde een ander in weerwil van de heilige rechten van het gastmaal, lynchte een derde onder het oog van de wetten en een volgepakt Forum (I, 2.1-2).

Deze lijst is nog onvolledig, maar het mag duidelijk zijn dat Seneca met de weerzinwekkende individuele verschijningsvormen en de vernietigende gevolgen van woede waarmee hele volkeren van de aardbodem verdwijnen, de noodzaak van zijn onderzoek onderschrijft. Een onderzoek dat vervolgd wordt met het definiëren van woede.

1.1.2 DE MENSELIJKHEID VAN WOEDE

Wat moet er worden verstaan onder woede? Seneca laat hierbij een aantal omschrijvingen de revue passeren, die in detail verschillen maar in de kern gemeen hebben dat woede gekenmerkt wordt door de overtuiging dat er onrecht is geschied en dat de verantwoordelijke hiervoor gestraft moet worden.¹¹ Woede – en in het verlengde daarvan andere emoties – is iets dat alleen bij mensen voorkomt. Dieren lijken soms bepaalde impulsen te hebben die ogenschijnlijk overeenkomsten tonen met menselijke emoties. Alleen de mens is echter 'begiftigd met praktische levenswijsheid, een vooruitziende blik, nauwgezetheid, het vermogen na te denken, en niet alleen de menselijke deugden zijn de dieren ontzegd, maar ook de menselijke gebreken' (I, 3.7). Het kunnen nadenken, het beschikken over de rede, is wat de mens van het dier onderscheidt. Het is dan ook de rede die toestemming moet geven aan een eerste indruk – zoals we straks zullen zien in de uiteenzetting over het emotieproces – om te kunnen spreken van een emotie. '[W]ant hoewel woede de vijand van de rede is ontstaat ze toch uitsluitend daar waar ruimte is voor de rede' (I, 3.4). In het gegeven dat emoties alleen bij mensen voorkomen omdat zij begiftigd zijn met rede, maar dat emoties ook een bedreiging vormen voor het mens-zijn, zit een spanningsveld. Vandaar dat Seneca zijn onderzoek vervolgt door na te gaan 'of woede overeenkomstig de natuur is, of ze nuttig is en of we voor een deel aan haar vast moeten houden' (I, 5.1). Wat betreft het eerste deel van die vraag is het goed om even in herinnering te roepen dat het levensdoel van de Stoïcijn gericht is op een leven in harmonie met de natuur. Voor het tweede deel gaat Seneca de dialoog aan met Aristoteles. Aristoteles' definitie vertoont grote overeenkomsten met die van Seneca 'want volgens [Aristoteles] is woede het verlangen pijn in gelijke munt terug te betalen' (I, 3.3). Over het nut van een emotie lopen de opvattingen echter uiteen.

Is woede overeenkomstig de natuur? Om daar achter te komen moet er volgens Seneca empirisch onderzoek worden verricht. Hij gaat de mens bekijken op momenten dat hij 'de

¹¹ In de overgeleverde tekst ontbreekt het gedeelte van de definities. In de vertaling is dit opgelost door gebruik te maken van citaten die teruggaan op het oorspronkelijke werk (*Dialogen*, pp.82/3).

juiste geestesinstelling heeft' en op momenten waarin er sprake is van woede. Dit levert fraaie tegenstellingen op van altruïstisch tegenover vijandig gedrag, elkaar helpen versus vernietigen, een gemeenschap willen vormen of je juist willen afscheiden, tot 'zelfs onbekenden te hulp snellen' met als tegenhanger 'zelfs de allerliefsten aanvallen' (I, 5.2). Seneca verkoopt zijn boodschap door grote tegenstellingen op te zoeken en naast elkaar te plaatsen, maar geeft vervolgens ook aan waarom het ene wel en het andere niet in overeenstemming is met de natuur. 'Weldaden en eensgezindheid zijn immers essentieel voor het menselijk leven, en niet door elkaar bang te maken, maar door wederzijdse liefde krijgt het leven een samenhang die uitloopt in verbondenheid en hulp waarin allen delen' (I, 5.3).

Toch lijkt uit praktijkvoorbeelden te kunnen worden afgeleid dat woede haar nut heeft bewezen. In tijden van oorlog kan woede de gemoederen aanvuren en opzweepen om daarmee de nodige dapperheid voor schitterende prestaties te bewerkstelligen. 'Daarom is het volgens sommigen het beste woede te matigen, niet haar weg te nemen, [...], en alleen dat element te bewaren dat onmisbaar is wil de dadendrang niet verflauwen en willen geestkracht en energie niet verdwijnen' (I, 7.1). Met deze passage start Seneca zijn dialoog met Aristoteles.¹² Aristoteles schreef in zijn *Ethica Nicomachea*:

Onze houding tegenover woede bijvoorbeeld is verkeerdt als we dat gevoel op een te heftige of te zwakke wijze ervaren; maar als we dat gevoel op een matige wijze ervaren is onze houding juist. Hetzelfde geldt voor de andere emoties. [...] Bovendien zegt men als het om emoties gaat dat we bewogen worden (EN 1105b26-29, 1106a5).

Emoties krijgen op grond van hun definities in het werk van Aristoteles een signaalfunctie toegewezen voor wat wij als mens belangrijk vinden. Zoals in zijn definitie van woede af te lezen is, laat deze emotionele reactie iemand merken wat hem aan het hart gaat. Daarnaast moeten emoties gezien worden als drijfveren om mensen in beweging te krijgen, mits zij 'op het juiste ogenblik [worden] ervaren, om de juiste dingen, tegenover de juiste personen, met de juiste bedoeling en op de juiste manier' (1106b21-22). In deze zienswijze van Aristoteles zitten volgens Seneca grote denkfouten en schuilt daarom een gevaar.

Ten eerste is het een misvatting om te denken dat woede onder controle kan worden gehouden en dat daarom een gematigde vorm nuttig kan zijn als drijfveer. Het klopt dat een aantal eerste stappen in onze macht liggen – zoals we straks ook zullen zien bij het verloop van het emotieproces – maar 'het vervolg sleurt ons mee in zijn maalstroom en laat ons niet

¹² Zie ook *Woede* I, 9.2 en 17.1, waarin Aristoteles' naam expliciet wordt genoemd.

de mogelijkheid op onze schreden terug te keren.’ Seneca vergelijkt dit met de val in een afgrond waarbij men in een niet te stoppen versnelling belandt (I, 7.4). Om te spreken van een gematigde vorm van emotie is dan ook een lastig gegeven. Als er sprake is van een emotie, ook al gaat het om een minder heftige vorm, is er geen ruimte meer voor de rede. Het enige ‘nuttige’ waarvan dan sprake kan zijn, is minder schadelijkheid. ‘Een beperkte emotie is dus niet anders dan een beperkt kwaad’ (I, 10.4).

Ten tweede is woede als drijfveer om over te gaan tot actie niet onmisbaar (I, 8.4-5; 10.1-3). De mens is met de rede op een afdoende manier uitgerust. Met de rede is de mens in staat om vooruit te kijken en op basis daarvan dingen aan te pakken. Het zou vreemd zijn voor gerichte handelingen aangewezen te zijn op een emotie die men vervolgens niet meer onder controle heeft of die al is gebroken op het moment dat zij tot actie moet overgaan. ‘Een emotie zwakt snel af, de rede is constant’ (I, 17.2-5). Bovendien kan woede in de situaties waarbij men denkt dat ze van nut kan zijn, zoals een gevecht of een oorlogssituatie, juist zorgen voor verzwakking. In een gevecht van gladiatoren bijvoorbeeld ‘biedt techniek bescherming, woede openingen’ (I, 11.1). Woede kan daarom niet nuttig genoemd worden, ‘want ze neigt tot overijde acties [...]. De meest onmiskenbare moed is de moed die lange tijd uitvoerig om zich heen kijkt, een koers uitzet en langzaam en volgens plan optrekt’ (I, 11.8).

Toch zou hier nog steeds tegenin gebracht kunnen worden dat emoties een signaalfunctie hebben. Zoals aangegeven is Aristoteles hiervan overtuigd. Een emotionele reactie laat zien waar je belangen liggen. Als hen die jou lief zijn onrecht is aangedaan, laat je zien dat dit jou aan het hart gaat en neem je wraak. Laat je daarmee juist niet zien dat je opkomt voor het welzijn van je familie, je vrienden en je omgeving? Benadrukt een emotionele reactie in die zin niet juist je natuur, je mens-zijn? Of zoals Martha Nussbaum het stelt: kan de Stoïcijn nog wel beschikken over humaniteit, zonder ooit woedend te zijn?¹³ Een vraag die op één lijn lijkt te staan met de vraag die Seneca in de mond van zijn opponent legt: ‘Wat zeg je me nu [...], ontsteekt een goed man niet in woede als hij ziet dat zijn vader vermoord wordt, zijn moeder verkracht?’ (I, 12.1)

Het antwoord van Seneca daarop is dat de wijze wel de daders zal straffen en de slachtoffers zal beschermen, maar dat hij niet in woede zal ontsteken (I, 12.2). De wijze zal de situatie ook beoordelen als ongewenst. Een situatie waarop moet worden ingegrepen

¹³ Nussbaum stelt deze vraag in “Seneca on Anger in Public Life” (Nussbaum, 1994, pp.402-438) waarbij zij zijn opvatting en behandeling van woede tegenover die van Aristoteles plaatst aan de hand van een aantal praktijkvoorbeelden. Deze vraag gaat gepaard met de vraag of de Aristoteliaan wel woedend kan zijn zonder zijn humaniteit te verliezen.

omdat iemand, de afslachter en verkrachter, door een dwaling hiertoe is gekomen en op deze fout gewezen moet worden. Zoals ouders soms straffen moeten uitdelen aan hun kinderen en rechters aan misdadigers (I, 14.2-3). De wijze zal dus niet in woede ontsteken, maar – desnoods met harde hand – diegene die fouten maakt corrigeren. Dit alles om van hem 'een beter mens [te] maken zowel in zijn eigen belang als in dat van anderen'(I, 15.1). Zoals een arts probeert zijn patiënten te genezen, zo kan een straf gezien worden als een geneesmiddel (I, 16.1). Een arts wordt ook niet boos op zijn patiënt en zo zal de wijze niet woedend worden op iemand die een fout begaat. De wijze 'weet dat niemand wijs is bij zijn geboorte, maar wijs wordt: omdat hij weet dat in elk tijdsbestek uiterst weinig mensen zich tot wijzen ontwikkelen; omdat hij immers heel helder ziet wat het leven van de mensen inhoudt, en omdat geen mens die goed bij zijn verstand is, boos is op de natuur' (II, 10.6).

Nooit woedend worden moet dus niet gezien worden als een bedreiging van humaniteit, maar als een manier om humaniteit te allen tijde te behouden. Mensen die beschikken over de daarvoor noodzakelijke wijsheid hebben inzicht in de manier waarop de allesomvattende natuur – waaronder mensen – begrepen moet worden. Zij begrijpen hoe een emotie ontstaat en hoe zij kan worden voorkomen. Om hier ook inzage in te krijgen wordt het tijd om te gaan kijken naar hoe Seneca dit verder uitwerkt in zijn emotietheorie.

1.2 HET EMOTIEPROCES

Aan het begin van het tweede boek van *Woede* beschrijft Seneca het verloop van het emotieproces. Deze passage staat op een cruciale plek in Seneca's behandeling van zijn emotietheorie. In het eerste boek heeft hij uitvoerig uit de doeken gedaan wat er moet worden verstaan onder een emotie en waarom een emotie voorkomen moet worden. Seneca start boek twee met de opmerking dat 'de afdaling naar het hellende vlak der morele fouten' gemakkelijk te maken is, maar dat het er nu op aankomt inzicht te krijgen in het ontstaan van een emotie (II, 1.1). In het tweede deel van boek twee en in boek drie richt Seneca zich op 'hoe haar te bestrijden?' (II, 18.1) en hoe we moeten proberen om de woede in onze ziel uit te roeien, 'of haar in ieder geval [te] beteugelen en haar agressiviteit' in te dammen (III, 1.1). De uiteenzetting van het emotionele proces staat hiermee op een scharnierpunt in de beschreven emotietheorie, tussen de herkenbare maar ook schadelijke gevolgen van emoties en de wijze waarop deze aspecten voorkomen kunnen worden.

1.2.1 DE EMOTIONELE DRIETRAPSRAKET

In het emotionele proces onderkent Seneca drie fasen, drie gemoedsbewegingen, die gebaseerd zijn op de verschillende fasen in de algemene Stoïsche handelingspsychologie. De belangrijkste elementen in deze handelingspsychologie zijn achtereenvolgens voorstelling (*phantasia*), instemming en impuls (*hormé*) (Inwood, 1985, pp.45,53). Als eerste is er sprake van zintuiglijke waarnemingen die een mentale indruk of voorstelling achterlaten (Inwood, 1985, p.43). Deze indrukken worden veroorzaakt door gebeurtenissen die onderdeel zijn van het wereldgebeuren en waar mensen niet direct invloed op kunnen uitoefenen (Inwood, 1985, pp.48,54/5). Vervolgens gaat het erom of we mentale instemming aan deze voorstellingen toekennen of onthouden. Het instemmen met een voorstelling maakt dat we de inhoud van deze voorstelling voor waar aannemen op grond waarvan een impuls, ook wel te omschrijven als een beweging van de ziel, ontstaat die tot handelen aanzet.¹⁴ Een handeling geschiedt dus altijd met toestemming van de rede. Op een vergelijkbare wijze verloopt het proces van de emotionele reactie, al moet daarbij worden opgemerkt dat de derde fase zich loszingt van de rede en gezien moet worden als een excessieve, op hol geslagen, impuls (Inwood, 1985, pp.155/6). Zij valt daarmee buiten de controle van de rede, maar kan wel net als de handeling alleen plaatsvinden met toestemming van de rede.

[D]e eerste gemoedsbeweging staat los van de wil en is als het ware de wegbereider van de emotie en er gaat een soort dreiging van uit; de tweede is nauw verbonden met een wilsuiting, zij het geen halsstarrige; bijvoorbeeld 'ik behoor me te wreken omdat ik beledigd ben' of 'hij behoort boete te doen omdat hij een misdrijf begaan heeft'. De derde gemoedsbeweging is al ongecontroleerd; die wil niet alleen wraak als dat zo hoort, maar wraak onder alle omstandigheden; die is de rede volledig de baas (II, 4.1).

Vanwege de betrokkenheid van de ziel in het akkoord gaan met de gekregen indruk van onrecht en het daaraan verbonden oordeel dat het verlangen naar wraak gepast is, moet de emotie woede gezien worden als een complex proces (II, 1.5). Een proces dat start met een eerste gemoedsbeweging die niet ontlopen kan worden, zelfs niet door een Stoïsche wijze (II, 2.2), en die dan ook volgens Seneca – in overeenstemming met zijn Stoïsche voorgangers – geen emotie genoemd kan worden. 'Woede [...] is immers een morele fout [...] niet een van de dingen die gebeuren omdat we nu eenmaal mensen zijn' (II, 2.2). Maar wat moet er dan precies verstaan worden onder die eerste gemoedsbewegingen?

¹⁴ Inwood vertaalt '*hormé*' met 'impuls', maar geeft aan dat een goede vertaling lastig is. De impuls die ontstaat door instemming te geven aan de voorstelling, is namelijk niet iets dat impulsief, zonder nadenken, ontstaat maar met instemming van de rede (Inwood, 1984, p.45).

1.2.2 DE EERSTE GEMOEDSBEWEGING

In *Woede* II, 2, 3 en 4 gaat Seneca uitvoerig in op wat er allemaal verstaan kan worden onder de eerste gemoedsbeweging, of zoals hij het ook noemt: de eerste klap die de ziel krijgt (II, 2.2 en 4.2).¹⁵ Het gaat hierbij om 'dingen die gebeuren omdat we nu eenmaal mensen zijn' (II, 2.2), maar die ontstaan 'zonder dat we dat willen' (II, 2.1). Welke fenomenen hier allemaal onder worden begrepen doet Seneca op een beeldende manier uit de doeken, waarbij zijn doel nadrukkelijk is om onderscheid te maken tussen deze fenomenen die alleen een aanzet zijn tot een emotie en dat wat een emotie genoemd moet worden (II, 2.1).

De bonte opsomming van fenomenen start met reflexen waarvan ieder mens direct begrijpt dat ze niet te controleren en niet te vermijden zijn, 'zoals mensen kippenvel krijgen wanneer ze met koud water besprenkeld worden, of afwijzend reageren bij bepaalde aanrakingen'. Het bijzondere is dat hij deze eerste opsomming van reflexen ook weer afsluit met een onomstreden reflex, namelijk het duizelig worden als mensen in de diepte kijken, maar dat hij daartussen twee reflexieve responses noemt waarbij een interpretatie van een situatie in het geding lijkt te zijn, namelijk het rijzen van de haren als gevolg van slecht nieuws en het krijgen van een kleur bij onfatsoenlijk woordgebruik. Even later geeft Seneca aan dat ook het kijken naar toneelstukken, het lezen over gebeurtenissen uit het verleden, het luisteren naar een lied of het kijken naar een gruwelijk schilderij de geest in beroering kan brengen, maar dat het geen droefheid is 'die rimpels in ons voorhoofd trekt wanneer we getuige zijn van een schipbreuk op het toneel'. Daarnaast is er sprake van reacties die ons lichaam vertoont onder invloed van het gedrag van omstanders, zoals meelachen met mensen, je treurig voelen bij een menigte rouwende mensen of een gaapreactie als je iemand anders ziet gapen. Ook kan een mens blij geven van geconditioneerde reflexen, zoals 'de oren van een geboren soldaat' in vreedstijd nog steeds geprikkeld worden door een krijgstrompet, terwijl 'een groot generaal het hart in de keel [bonst] wanneer de slaglinies op het punt staan op elkaar te botsen en [...] de meest welsprekende redenaar ijskoude handen en voeten [heeft] terwijl hij zich toebereidt om te spreken.'¹⁶ Bij het lezen van deze bonte verzameling van verschijnselen die in aanmerking komen voor het etiket 'eerste gemoedsbeweging' rijst de vraag wat deze responses met elkaar gemeen hebben.

Om de gemeenschappelijkheid van de diverse responses te achterhalen is het goed om terug te kijken naar de inleidende doelstelling die Seneca formuleert voorafgaand aan zijn opsomming. Seneca wil 'weten wat woede is. Want als ze ontstaat zonder dat we dat willen,

¹⁵ Zie ook *Woede* II, 3.1 en 3.5 voor variaties hierop.

¹⁶ Deze voorbeelden worden genoemd in *Woede* II, 2, 3 en 4.

zal ze zich nooit aan de rede gewonnen geven' (II, 2.1). Seneca is, zoals we eerder hebben gelezen, ervan overtuigd dat een emotie als woede waarbij het gaat om een combinatie van oordelen ontstaat met instemming van de rede. Voor er echter sprake kan zijn van een oordeel, moet er sprake zijn van een eerste indruk die beoordeeld moet worden. Om de rol van de rede, die straks aan de orde komt in fase twee van het emotieproces, inzichtelijk te kunnen maken, moet de afbakening tussen de eerste en de tweede stap helder zijn. Daar deze afscheiding mogelijk niet voor iedereen even evident is, pakt Seneca dit op een slimme manier aan (Graver, 2007, pp.96/7).

Seneca combineert simpele reflexen die iedereen direct herkent als onvrijwillig, zoals het kippenviel en de duizelingen, met meer complexe reflexen die een interpreterende gedachte vereisen waardoor ze mogelijk niet direct herkenbaar zijn als onvrijwillig, zoals de reacties op het slechte nieuws en het onfatsoenlijke taalgebruik. In beide soorten van gevallen gaat het echter om eerste indrukken die plaats vinden zonder dat degene die dit overkomt ermee heeft ingestemd als zijnde een waarheid of situatie die inderdaad bedreigend is of een gedachte die ongepast is. In al deze situaties gaat het om zaken die buiten onze macht liggen en die niet door de rede belemmerd worden (II, 2.1). Hierbij laat hij bovendien zien dat het iedereen, zowel een wijze, een groot generaal als de meest welsprekende redenaar kan overkomen. Door deze meer herkenbare onvrijwillige reflexen te combineren met minder herkenbare variaties, nodigt hij zijn lezers uit om dit gemeenschappelijke aspect in al deze zaken te herkennen (Graver, 2007, p.97) en daarmee een duidelijke afbakening tussen de eerste en de tweede stap in het emotieproces te barkaderen. Of zoals Seneca het zelf zegt:

Niets van dit alles wat de ziel bij toeval een impuls geeft, moet men emoties noemen; de ziel is daarbij, om het zo eens te zeggen, eerder passief dan actief. Niet dus het geactiveerd worden als gevolg van 'beelden' die zich presenteren is een emotie, maar het zich daar volledig aan overgeven en gevolg geven aan deze reflex (II, 3.1).

Voor er dieper wordt ingegaan op de vervolgfases in het emotieproces, wordt eerst stilgestaan bij de vermelding van de reacties op kunstuitingen, waaronder toneelstukken, als zijnde eerste gemoedsbewegingen. '[D]at we in vuur en vlam raken bij gevechten waarin anderen verwickeld zijn [...] zijn geen uitingen van woede'. Net zomin zijn de rimpels in ons voorhoofd bij het zien van een schipbreuk op het toneel droefheid en is het ook geen angst die het hart van de lezer doet trillen als hij leest over het beleg van Hannibal. '[D]at zijn allemaal reflexen, en het zijn geen emoties maar een allereerste begin, voorboden van emoties' (II, 2.5). In het kader van mijn onderzoeksvraag is het natuurlijk wel interessant om straks te onderzoeken bij stap twee, waarom sommige eerste gemoedsbewegingen wel

leiden tot een emotie, maar sommige ook niet. Als de tragedie inderdaad zoals ik hoop te kunnen betogen deel kan uitmaken van het voorkomen van emoties, dan zou er een soort van garantie afgegeven moeten kunnen worden dat het kijken naar de tragedie, nooit verdere gemoedsbewegingen oplevert dan die van die eerste onvrijwillige vorm. In dat kader is het ook aardig om een andere vergelijking van Seneca tussen eerste gemoedsbewegingen en toneelspelers hier te vermelden.

In *Brief 11* over het blozen benadrukt Seneca dat mensen geen invloed kunnen uitoefenen op de eerste aanzet tot een emotie, door een vergelijking te maken met de praktijk van de toneelspeler.

Toneelkunstenaars, die hartstochtelijke gevoelens imiteren, die vrees en siddering uitdrukken, die verdriet over het voetlicht moeten brengen, geven dit ook te kennen, wanneer zij schuchterheid nabootsen: want zij buigen hun hoofd, dempen hun stem, slaan hun ogen neer en kijken naar de grond. Een blos op hun gezicht toveren kunnen zij niet: die kan niet tegengehouden worden en al evenmin opgevoerd (*Brief 11.7*).

Toneelspelers zijn dus wel in staat om emoties te imiteren, maar niet om spontaan een blos op hun wangen te toveren, omdat dit een fysieke reactie is die ontstaat door het onverwachte karakter van een situatie (*Brief 11.5*). De toneelspeler heeft in de vertolking van zijn rol, niet met onverwachte elementen in de situatie te maken, daar het verloop van het verhaal bij hem bekend is. Mogelijk dat dit gegeven in combinatie met de op één na laatste zin in *Woede II*, 4.2 'De rede kan die [reacties] niet de baas, maar gewenning en voortdurende opmerkzaamheid zwakken ze misschien af' perspectieven biedt voor de emotietherapie en de rol van theater als daar straks naar wordt gekeken.

1.2.3 DE TWEDE EN DERDE GEMOEDSBEWEGING

Zoals de drietrapsraket van het emotieproces een scharnierfunctie vervult in de emotietheorie, zo vervult de tweede gemoedsbeweging een scharnierfunctie in het emotieproces. Tussen de eerste gemoedsbeweging die losstaat van de wil en de derde gemoedsbeweging die de rede volledig de baas is, is de tweede 'nauw verbonden met een wilsuïting, zij het geen halsstarrige; bijvoorbeeld 'ik behoort me te wreken omdat ik beledigd ben' of 'hij behoort boete te doen omdat hij een misdrijf begaan heeft' (II, 4.1). De vraag die hierbij gesteld moet worden is hoe die wilsuïting, als zijnde niet halsstarrig, kan worden begrepen. Wat is bepalend voor de overgang van de eerste naar de tweede en met name van de tweede naar de derde gemoedsbeweging? De idee van de eerste gemoedsbeweging

waaraan nog geen instemming verleend is en die op grond daarvan nog niet heeft geleid tot een overtuiging, is geheel in lijn met de Stoïsche leer (Tieleman, 2016, §2). Het is echter in het werk van Seneca dat deze driedeling in het emotieproces met een nadrukkelijk onderscheid tussen een tweede en derde gemoedsbeweging voor het eerst is beschreven.

In de beschrijving van de tweede gemoedsbeweging worden twee voorbeelden gegeven van een mogelijke wilsuïting, namelijk 'ik behoort me te wreken omdat ik beledigd ben' en 'hij behoort boete te doen omdat hij een misdrijf begaan heeft'. In deze voorbeelden zijn de twee verschillende typen waardeoordelen te herkennen uit de Stoïsche emotieleer zoals deze door Chrysippus is ontwikkeld.¹⁷ Bij type 1 gaat het om het oordeel dat er iets goeds of iets slechts aanwezig of ophanden is.¹⁸ Bij type 2 gaat het om het oordeel dat een bepaalde emotionele respons binnen de gegeven situatie al dan niet gepast is. Alleen een oordeel van type 1 maakt iemand nog niet emotioneel volgens Chrysippus, maar wel als hij daaraan het verkeerde oordeel verbindt over welke actie gepast is. Zo wordt het bijvoorbeeld gepast gevonden om te rouwen als een dierbare is overleden, maar de houdbaarheidsdatum van verdriet is niet onbeperkt, op een gegeven moment is er te veel tijd verstreken om nog te kunnen spreken van gepaste rouw (Tieleman, 2016, §3). Oordelen van type 2 moeten daarmee gezien worden als een vorm van sociale conditionering. Mensen tonen zich emotioneel omdat zij denken dat dit in een bepaalde situatie van hen wordt verwacht. Zij zien het andere mensen op die manier doen en horen hen er zo over praten. Beide soorten oordelen zijn terug te herleiden tot de Stoïsche leer van de oorsprong van het kwaad. Hierbij gaat het enerzijds om de aard van de dingen. Deze maken een indruk op ons, waarbij we als pasgeboren baby's als het ware al verleid worden om dat wat we als prettig ervaren ook te bestempelen als goed en alles wat pijn veroorzaakt te zien als slecht (Tieleman, 2003, p.134). Ten tweede gaat het om dat wat de mensen zeggen. Al van jongs af aan wordt het kind door zijn opvoeders gestimuleerd om rijkdom en succes na te streven en minder prettige zaken te vermijden (Tieleman, 2003, p.135). Of zoals Chrysippus volgens Galen zegt: 'the persuasiveness of impressions, and conversations, are responsible for the maladjustments which occur in inferior men concerning good and bad things' (*PHP* 5.5.19 – *SVF* 3.229).¹⁹

In de genoemde voorbeelden bij de tweede gemoedsbeweging zijn zowel type 1 oordelen, ik ben beledigd en hij heeft een misdrijf begaan, als type 2 oordelen, ik behoort mij te wreken en hij behoort boete te doen, te herkennen. Zoals gezegd gaat het hier om wilsuïtingen, maar zijn deze wilsuïtingen niet halsstarrig. Tijdens de tweede gemoedsbeweging is er nog een

¹⁷ Zie p.5

¹⁸ Zie ook noot 4.

¹⁹ LS, p.415, 65M.

herziening van het oordeel mogelijk. Deze ruimte voor een innerlijk debat, maakt dat deze fase in het proces gezien moet worden als het belangrijkste scharnierpunt in het proces, want zoals Seneca aangeeft:

Woede moet niet alleen geactiveerd worden maar ook losbreken. Woede is immers een heftige impuls. Maar van een heftige impuls is nooit sprake zonder dat de geest akkoord is gegaan; want men kan nooit aan straf en wraak denken terwijl de ziel van niets weet. Iemand dacht gekwetst te zijn, hij wilde wraak, een bepaald iets pleitte daartegen en dus ging hij onmiddellijk weer zitten. Dit noem ik geen woede, een gemoedsbeweging die naar rede luistert; wat over de rede heen springt, wat haar met zich meesleurt, dát is pas woede (II, 3.4).

Tussen het geactiveerd worden met de eerste gemoedsbeweging en het losbreken van de woede als een heftige impuls, is het mogelijk om binnen de tweede gemoedsbeweging naar de rede te luisteren. Er wordt duidelijk gesproken over iemand die dacht gekwetst te zijn, die dus tot die overtuiging was gekomen op basis van een type 1 oordeel. Deze overtuiging werd gevolgd door een type 2 oordeel dat leidde tot de overtuiging dat hij wraak moest nemen. Dit type 2 oordeel kon echter op basis van Seneca's beschrijving weer met toestemming geëlimineerd worden door iets dat hiertegen pleitte. Hierdoor ging hij onmiddellijk weer zitten en legde hij de eerdere overtuiging van wraak willen nemen naast zich neer. Had hij echter geen gehoor gegeven aan de rede, was hij over dat iets dat tegen de wraakactie pleitte heen gesprongen, dan was hij in de derde gemoedsbeweging beland, die de rede volledig de baas is, daar zij haar met zich meesleurt. De vraag is nu of hieruit kan worden afgeleid dat de overgang van fase twee naar drie voornamelijk moet worden toegeschreven aan de instemming die de rede verleent aan het verkeerde oordeel van type 2.

Dit idee lijkt bekrachtigd te worden door de wijze waarop Seneca in zijn overzicht van de drietrapsraket de derde gemoedsbeweging omschrijft als 'al ongecontroleerd; die wil niet alleen wraak als dat zo hoort, maar wraak onder alle omstandigheden; die is de rede volledig de baas' (II, 4.1). Hieruit blijkt dat als gevolg van het vellen van het oordeel dat het na (aan)gedaan onrecht gepast is om wraak te nemen, dit vrijwel direct omslaat in een alles verzwelgende wraak. Een wraak die zich heeft losgekoppeld van dat oorspronkelijke oordeel en die niet meer voor rede vatbaar is. Er heeft zich als het ware een soort van blinde woede van die persoon eigengemaakt. Ook hierin lijkt Seneca in de voetsporen van Chrysippus te treden, die weliswaar geen onderscheid heeft gemaakt tussen een tweede en een derde gemoedsbeweging in het emotieproces, maar wel duidelijk gewag maakt van een vorm van woede die zo intens is dat zij oncontroleerbaar is (Tieleman, 2016, §3) en daarom vergeleken kan worden met een mentale blindheid. Een blindheid die een innerlijke dialoog

van de rede uitsluit, waardoor er gekozen wordt voor het tegenovergestelde van dat wat men zou verkiezen als men voor rede vatbaar zou zijn, zoals uit onderstaand citaat van Chrysippus blijkt.

Anger is something blind and often it does not allow us to see what is obvious and often it stakes out a screen before what is grasped [...]. The ensuing emotions expel the calculations and what appears differently, pushing us forcibly toward the opposite course of action.²⁰

Seneca's beschrijving van het emotieproces als een drietrapsraket die aangeeft hoe emoties beginnen, toenemen en uiteindelijk op hol slaan (II, 4.1) moet hiermee gezien worden als een ordening van de Stoïcijnse ideeën over emoties zoals die met name door Chrysippus verder zijn ontwikkeld (Tieleman, 2016, §3).²¹ Tieleman lijkt echter aan te geven dat Seneca's onderscheid tussen de tweede en de derde stap gezien kan worden als een meer systematische toepassing van het onderscheid in intensiteit en controleerbaarheid van een emotie zoals dat uit de beschrijvingen van Chrysippus blijkt. Hiermee lijkt Tieleman te suggereren dat zowel de tweede als de derde gemoedsbeweging gezien moet worden als een emotie, zij het in een andere mate van intensiteit en controleerbaarheid. Ik lees en interpreteer die tweede beweging echter voornamelijk als een schakelmoment waarin op basis van een innerlijk debat van de rede uiteindelijk al dan niet wordt ingestemd met het doorslaggevende oordeel van type 2, waardoor men wel of niet in de derde gemoedsbeweging terechtkomt. Ik kom tot deze leeswijze vanwege Seneca's eerder aangehaalde opmerking over de mogelijkheid tot herroeping van het oordeel gedurende fase twee: 'Dit noem ik geen woede, een gemoedsbeweging die naar rede luistert; wat over de rede heen springt, wat haar met zich meesleurt, dát is pas woede' (II, 3.4). Met andere woorden; er is pas sprake van woede als het onderhandelingsproces van de rede gedurende de tweede gemoedsbeweging is beklonken en de overstap is gemaakt naar de derde gemoedsbeweging. Dat iedere gradatie van een emotie moet worden geëlimineerd blijkt ook uit een passage in *Brief* 116. Hier refereert Seneca aan de vraag die volgens hem dikwijls is gesteld over 'wat beter is: matige harstochten te hebben of helemaal geen.' Hierbij zet hij zich nadrukkelijk af, zoals we ook gezien hebben in de wijze waarop hij in boek één over woede schrijft, tegen Aristoteles' opvatting dat hartstochten gematigd moeten en kunnen

²⁰ Chrysippus in *On Inconsistency of On Disharmony* geciteerd door Plutarchus, zoals weergegeven en vertaald door Tieleman, 2003, p.180.

²¹ Ik volg in deze passage de gedachtegang van Tieleman. Er zijn ook andere opvattingen over Seneca's motivatie voor het maken van de drie onderscheidingen, zie bijvoorbeeld Sorabji (2000, pp.55-75) die het interpreteert als een poging om de van elkaar verschillende opvattingen van Zeno, Chrysippus en Posidonius met elkaar te verzoenen.

worden. 'Ik voor mij zie niet in hoe een lichte graad van ziekelijkheid ooit gezond of nuttig kan zijn' (*Brief* 116.1).

Door het onderscheid tussen de tweede en derde gemoedsbeweging sterk af te bakenen, wordt de schadelijkheid van een emotie – en in het bijzonder van woede – extra benadrukt. Dit is in lijn met de eerdere omschrijvingen van woede en de vele voorbeelden die gegeven zijn van de schadelijkheid van emoties. Bovendien wordt dit ondersteund door de passage die volgt op de behandeling van de drietrapsraket van het emotieproces en die gezien kan worden als een waarschuwing (vgl. Graver, 2007, pp.125-132). Hierin vraagt Seneca zich af of mensen 'die wreed optreden en met plezier mensenbloed vergieten, woedend [zijn] wanneer ze mensen doden die hun nooit onrecht hebben aangedaan en van wie ze dat zelf ook niet denken' (II, 5.1). Dit moet echter niet gezien worden als woede, maar als beestachtig gedrag. Een kwaad waarvan de wortel is gelegen in woede. Als woede bij mensen te vaak opspeelt, wordt er volgens Seneca op een gegeven moment een punt van verzadiging bereikt waardoor zij vergeten wat mildheid inhoudt en waarmee zij iedere menselijke relatie uit het hart verbannen (II, 5.2-3). Een teveel instemmen met verkeerde oordelen leidt dus langzaam tot een vorm van ontmenselijking. Deze ontmenselijk is het tegenovergestelde van dat wat Seneca voorstaat, namelijk 'werk maken van ons mens-zijn' (III, 43.5). Het voorkomen van de derde gemoedsbeweging, door in de tweede gemoedsbeweging de juiste oordelen te vellen, wordt dan ook de belangrijkste insteek van Seneca's emotietherapie. Het meest urgent is het daarbij om de oordelen van type 2 te ontcrachten, deze zijn immers doorslaggevend. Type 1 gaat daar weliswaar aan vooraf, maar gezien de idee van de oorsprong van het kwaad (zie p.19) zal men bij een heftige eerste gemoedsbeweging eerder 'verleid' worden om hier instemming aan te verlenen, waarna men geneigd zal zijn op basis van de sociale conventies te reageren. Het lijkt daarom makkelijker en doeltreffender om in de emotietherapie in eerste instantie oordelen van type 2 aan te pakken (vgl. Tieleman, 2003, pp.166-170).

Alvorens in te gaan op de emotietherapie van Seneca wordt weer even stilgestaan bij de eerder besproken reacties op kunstuitingen die kunnen worden begrepen als eerste gemoedsbewegingen en daarmee als een inleidende emotie. In hoeverre is het aannemelijk om op basis van een opgedane indruk bij het kijken naar een tragedie als eerste een oordeel van type 1 te vellen om vervolgens hieraan een oordeel van type 2 te verbinden dat leidt tot de onomkeerbare overstap naar de derde gemoedsbeweging. Stel je bent getuige van een voorstelling van *Medea*. Je ziet Medea op het toneel verschijnen en zij vertelt over haar gruwelijke plan om wraak te nemen op haar overspelige echtgenoot door hun beider kinderen van het leven te beroven. Ondanks dat misschien de rillingen over je rug lopen bij

het horen van deze weerzinwekkende gedachte, zal je niet tot het oordeel komen dat hier iets slechts gaande is en dat er nog iets ergers op handen is. Je bent je er immers bewust van dat je naar de opvoering van *Medea* zit te kijken. Ook is het niet aannemelijk dat je denkt dat het een gepaste reactie is om je los te maken uit het publiek, op het toneel te springen om vervolgens *Medea* tot de orde te roepen in de hoop haar kinderen te redden (vgl. Sorabji, 2000, p.77). Waar de tragedie *Medea* je dus wel van de nodige indrukken zal voorzien en ook van de daarmee gepaarde eerste gemoedsbewegingen, zullen deze niet leiden tot verkeerde oordelen van type 1 alsook niet tot verkeerde oordelen van type 2. Daarbij komt dat de tragedie is gebaseerd op een bekend mythologisch verhaal en dat het verloop hiervan bekend is bij de toeschouwers. Tijd om te gaan kijken naar Seneca's emotietherapie, zodat daarna onderzocht kan worden in hoeverre het kijken naar een tragedie als *Medea* een bijdrage kan leveren aan het voorkomen van woede.

1.3 DE EMOTIETHERAPIE

In de behandeling van de vraag naar de aard van een emotie is een aantal malen opgemerkt dat emoties vergeleken kunnen worden met ziektes. Zoals ziektes voorkomen moeten worden en indien zij zich voordoen bestreden, zo geldt dat ook voor emoties. Daar waar men in geval van ziektes naar een arts gaat, wendt men zich als het gaat om emoties tot een filosoof. Een filosoof kan namelijk assisteren in het genezen van ziektes die worden veroorzaakt door verkeerde oordelen. 'Its arguments are to the soul as the doctor's remedies are to the body' (Nussbaum, 1994, p.14).

De idee van de filosoof als dokter van de ziel is te herleiden tot Plato en Aristoteles en werd ook gebruikt door de andere filosofische scholen die actief waren in de Hellenistische periode; de Epicuristen en Sceptici (Nussbaum, 1994, pp.13-29). De medische analogie moet daarbij niet gezien worden als een decoratieve metafoor, maar als een vergelijking op grond waarvan de filosoof en de filosofie een gelijkwaardige status en rechtvaardiging opeisen als de arts en de geneeskunde. Zo ontstond de algemeen geaccepteerde gedachte dat de filosofie zich bezig moest houden met het menselijk lijden waarbij het doel was om te werken aan het algemeen menselijk welzijn en het bereiken van de *eudaimonia* (Nussbaum, 1994, pp.14/5).

Bij de Stoïcijnen moet dit ook gezien worden in het licht van de idee dat we als mens begiftigd zijn met een goddelijke vonk, de rede, die ons instaat stelt het goddelijk plan van het universum te doorzien. Hierdoor zijn we in principe in staat om onze eigen natuur

hiermee in overeenstemming te brengen en ook om onze fouten te genezen. Dat we die fouten maken heeft deels te maken met de verkeerde waardeoordelen die veel mensen stellen. Dat mensen dit doen is echter weer gegrond in de oorsprong van het kwaad (zie p.19). Hierbij ging het enerzijds om dat wat mensen elkaar vertellen als zijnde gepast in bepaalde situaties (II, 10.3) en anderzijds om de dingen zelf die een indruk op ons maken. Bij dit laatste element speelt het aspect van fysieke zwakte een rol (II, 20.1-2). Bij de Stoïcijnen is alles, ook de ziel, iets fysieks bestaand uit de vier elementen, vuur, water, lucht en aarde. De vermenging van die elementen is niet voor ieder mens gelijk en is bepalend voor het karakter. Een meer vurig karakter zal leiden tot meer driftige mensen die daardoor gevoeliger voor bepaalde prikkels zijn en eerder kunnen ontvlammen in woede (II, 19.1-3). Deze fysieke benadering van de ziel, met de uitwerking in elementen, maakt de medische analogie extra invoelbaar.²² Tijd om te gaan kijken hoe Seneca handen en voeten heeft gegeven aan zijn versie van de emotietherapie.

Seneca begon *Woede* met de vraag van zijn broer Novatus 'hoe woede te bedaren is'. Na een uiteenzetting over de weezinwekkende verschijningsvormen van woede, de desastreuze gevolgen die ermee gepaard gaan, hoe we woede moeten omschrijven en hoe zij ontstaat, komt Seneca in *Woede* II, 18 op die beginvraag terug door gebruik te maken van de medische analogie:

Zoals er bij de verzorging van ons lichaam bepaalde regels zijn voor het in stand houden van de gezondheid, andere voor het herstel ervan, zo moeten we ons woede op een bepaalde manier van het lijf houden en haar op een andere manier bedwingen (II, 18.1).

Allereerst moet er gestreefd worden naar het voorkomen van woede, dat is het allerbelangrijkste. Mocht het toch een keer misgaan – en op de Stoïsche wijze na overkomt dat iedereen wel een keertje, zelfs Seneca – dan moeten we weten hoe we ons van woede kunnen bevrijden en haar vervolgens kunnen vermijden. Hebben we dit bij onszelf bereikt, dan kunnen we anderen helpen zichzelf te verbeteren (III, 5.2).

1.3.1 VOORKOMEN DOOR OPVOEDING

Hoewel de mens van nature geneigd is zijn eigen welzijn en dat van zijn omgeving na te streven (I, 5.3) is het ook zo dat niemand wijs is bij zijn geboorte, maar wijs moet worden (II, 10.6). Het is dan ook niet verwonderlijk dat Seneca zijn verhandeling over de emotietheorie start met aandacht voor de opvoeding. Een opvoeding die vraagt om zorgvuldigheid, maar

²² Zie ook Tieleman, 2003, p.150, voor de wijze waarop Chrysippus de analogie van lichaam en ziel verklaart in termen van de elementaire kwaliteiten.

ook veel kan opleveren omdat de jonge ziel nog gevormd moet worden (II, 18.2). Om de opvoeding tot zijn recht te laten komen is het belangrijk om goed voor ogen te houden dat niet ieder van nature hetzelfde karakter heeft. De gevoeligheid voor bepaalde prikkels, zoals hierboven is beschreven, wordt bepaald door de menging van de elementen waaruit we bestaan, een onveranderlijk gegeven. Het is daarom goed om te weten hoe iemand in elkaar steekt en daarmee rekening te houden, zodat onnodige risico's kunnen worden vermeden. Dit inzicht is overigens ook nuttig voor volwassenen, maar bij de opvoeding van kinderen urgenter daar hierdoor minder snel verkeerde gewoonten zullen inslijten (II, 20.2).

In de opvoeding is het vervolgens belangrijk om de natuurlijke aanleg – die streeft naar welzijn – te stimuleren, terwijl er tegelijkertijd gestreefd moet worden naar het niet voeden van woede. Ook hier is het belangrijk rekening te houden met het karakter van iemand, zodat op het juiste moment de teugels worden aangetrokken of de sporen worden gegeven (II, 21.1-3). Opvoeden is een zaak van het vinden van de juiste balans tussen prijzen en terechtwijzen, tussen stimuleren om te willen winnen en het leren accepteren van verliezen, tussen het leren om te volgen, maar ook om weerstand te bieden en niet alles slaafs te ondergaan (II, 21.3-6). Bij dit alles zal het 'van groot belang zijn kinderen vriendelijke leraren en gouverneurs te geven; alles wat pril is, hecht zich aan zijn naaste omgeving en groeit op tot het evenbeeld ervan; eenmaal volwassen vertonen zij het gedrag van hun voedsters en gouverneurs' (II, 21.9). De opvoeders spelen dus een belangrijke rol en vervullen een voorbeeldfunctie als het gaat om de vorming van kinderen tot volwassenen die beschikken over wijsheid. Dit is echter nog niet zo makkelijk te realiseren daar veel volwassenen te maken hebben met de ingesleten gewoonten.

1.3.2 VOORKOMEN DOOR SOCIALE CONVENTIES TE ONTKRACHTEN

Daar waar de jonge ziel nog goed gevormd kan worden, kost het meer moeite om 'de morele fouten die met ons groot werden terug te snoeien' (II, 18.2). Emoties moeten immers gezien worden als (deels) aangeleerd (zie p.4). Dat dit een hardnekkig gegeven is, en bovendien gesteund wordt door ideeën van Aristoteles, laat Seneca veelvuldig merken door daaraan te refereren via opmerkingen van zijn opponent. 'Laat woede dan niet natuurlijk zijn, maar moet men soms toch niet een beroep op haar doen omdat ze haar nut dikwijls heeft bewezen?' (I, 7.1); 'Maar in de confrontatie met vijanden is woede onmisbaar' (I, 11.1); 'Goede mannen ontsteken in woede om het onrecht hun naasten aangedaan' (I, 13.3); 'Wat nu? Zal ik niet woedend zijn op een straatrover?' (I, 6.1); 'Woede [...] heeft haar nut, omdat ze aan verachting ontsnapt en slechte mensen afschrikt' (II, 11.1); Maar de massa bewondert

moedige daden en een durfal staat in hoog aanzien' (III, 41.2). In het voorkomen van woede is het daarom belangrijk dit hardnekkige idee uit het gedachtegoed van de massa te verwijderen. Of zoals Seneca het zelf omschrijft:

'Het is dus noodzakelijk het overtuigend bewijs te leveren van haar afschuwelijke en wilde karakter en iedereen duidelijk te laten zien welk een ontzaglijk monster de mens is die als een razende tekeer gaat tegen een ander, en hoe ontzaglijk agressief hij voortstormt, een gevaar voor anderen maar ook voor zichzelf' (III, 3.2).

Niemand mag volgens Seneca nog in de verleiding komen het verkeerde oordeel te maken dat woede op een bepaald moment en op een bepaalde plaats goed van pas zal kunnen komen. Daarvoor moet haar 'teugelloze, uitzinnige razernij' duidelijk worden aangetoond (II, 3.6). 'Niets zal zo probaat werken als van iets eerst de wanstaltigheid en vervolgens het gevaar goed te zien' (II, 35.1). De beschrijving van de wanstaltigheid was al te lezen in de uiteenzetting over de emotie woede (p.10). Voor het inzien van die wanstaltigheid kan het al voldoende zijn om in een spiegel te kijken als je boos bent. Mensen herkennen zichzelf dan vaak niet en dat brengt hen in de war, waardoor ze met hun neus op de feiten geduwd worden (II, 36.1). Een andere oplossing is om te rade te gaan bij de dichters die op een doeltreffende wijze de meest verschrikkelijke verschijningsvormen van woede en dat wat woede aanricht, gestalte geven in hun werken (II, 35.4&6). Daar het in dit laatste geval om een kunstuiting gaat, is het bovendien een veilige manier om geconfronteerd te worden met de verschrikkelijke verschijningsvorm van woede. Misschien doet het onze haren te berge rijzen of springen de tranen van ontzetting ons in de ogen bij het lezen of horen van een afgrijselijke voorstelling van deze weerzinwekkende emotie, maar het gaat hierbij om een eerste gemoedsbeweging. Zoals we bij het emotieproces gezien hebben, is dit zelf nog geen emotie en is er in het geval van een eerste gemoedsbeweging als gevolg van een kunstuiting geen direct risico dat deze stap zal leiden tot een volledige emotie (pp.17/8, 22/3). Zoals Seneca zelf heeft aangegeven kan men niet alleen voor de verschrikkelijke verschijningsvormen van woede bij het werk van de dichters terecht, maar ook voor dat wat woede aanricht.

De schadelijkheid van woede zit als een rode draad door *Woede* verweven. Seneca maakt in zijn hele betoog voortdurend duidelijk dat we op verschillende momenten en plaatsen in ons leven in aanraking komen met de schrikbarende gevolgen van woede. Ook in deze scriptie is dit bij de bespreking van de emotie woede en het emotieproces al verscheidene keren aan de orde gekomen (pp.10-13,22). Ik zou daar nog aan toe kunnen voegen dat de schadelijkheid van woede zich toont in de mensen die een beroerte bij zichzelf

veroorzaakten doordat hun vurigheid en hun geschreeuw hun krachten te boven ging (II, 36.4). Een voorbeeld dat direct tot mijn verbeelding sprak, omdat mijn oom Arie destijds bij de derde gouden medaille van Yvonne van Gennip²³ zo euforisch werd dat hij een hartaanval kreeg en ter plekke dood neerviel. Hier was weliswaar geen sprake van woede, maar van een uitzinnige vorm van vreugde, waaruit blijkt dat ook die emotie schadelijke gevolgen kent. Om echter verder niet in herhaling te vallen wil ik nog even stilstaan bij het gegeven dat de gevolgen niet alleen zichtbaar zijn in de dagelijkse praktijk.

Ook de schadelijkheid van woede kan, net als de afzichtelijkheid, op een afschrikwekkende wijze zichtbaar gemaakt worden in het werk van dichters. Zo noemt Seneca het voorbeeld van Ajax, waarover verteld wordt in Homerus' *Odyssee* en de gelijknamige tragedie van Sophocles.²⁴ Ajax wordt in dit verhaal zo woedend omdat niet hij, maar Odysseus de wapenuitrusting van de gestorven Achilles krijgt toegewezen, dat hij Odysseus en zijn mannen wil vermoorden. Door toedoen van Athene slaat de woede om in razernij en doodt hij in zijn verblindings een kudde schapen. Als hij weer bij zinnen komt, stort hij zich uit schaamte in zijn zwaard. Net als Ajax volharden volgens Seneca velen 'in de razernij van hun woede en krijgen [ze] nooit meer de beschikking over de geestesvermogens die ze hebben uitgeschakeld' (II, 36.5). Seneca had al eerder aangegeven dat het teveel opspelen van woede tot een uitbanning van iedere menselijkheid kan leiden, waarbij woede ten langen leste overgaat in wreedheid (II, 5.3). Een passage die ik heb geïnterpreteerd als een waarschuwing van Seneca om in het emotieproces te allen tijde te voorkomen dat men in de ongecontroleerdheid van de derde gemoedsbeweging terecht komt (p.22). Dit lijkt bevestigd te worden door de vele voorbeelden van machthebbers die niet meer voor rede vatbaar zijn en extreme en onredelijke vormen van geweld en machtsmisbruik laten zien (III, 14-16). Als men eenmaal die grens naar wreedheid over is, kan zelfs de vormende waarde van de literatuur niets meer voorkomen. Voorbeelden van dit soort onmenselijk gedrag waarvan de wortel in woede ligt, zijn namelijk niet alleen te vinden bij koningen van barbaren 'die geen enkele opvoeding genoten hadden, die niet doordrenkt waren met de vormende waarde van de literatuur' (III, 17.1). Ook 'uit het vertrouwde groepje van Aristoteles' (III, 17.1) zijn onder andere met koning Alexander verschillende verschrikkelijke scenario's te schetsen (III, 17.1-4) en de geschiedenis van het Romeinse rijk laat zien dat '[d]eze waanzin – want hoe moet je het anders noemen? – [...] ook de Romeinen besmet' heeft (III, 21.5). 'Waarom oude geschiedenissen opgehaald?' (III, 18.3) vraagt Seneca. Dit soort praktijken zijn namelijk nog steeds gaande en ze moeten als voorbeelden worden beschouwd die je dient te vermijden (III, 22.1). Mythologische verhalen, tragedies en geschiedvertellingen kunnen dus een

²³ Winterspelen in Calgary, 1988.

²⁴ Seneca verwijst zelf niet expliciet naar de bronnen waarin het verhaal van Ajax te vinden is.

vormende waarde hebben in het voorkomen van emoties doordat zij niet alleen de schadelijke gevolgen kunnen tonen, maar ook voorbeelden in zich bergen waarbij men het mens-zijn is kwijtgeraakt.

Het verkeerde oordeel van type 2 – een emotionele reactie is gepast – kan dus ontkracht worden door de afzichtelijkheid en schadelijkheid van woede te benadrukken en openbaar te maken. Hiervoor kan in beide gevallen gebruik worden gemaakt van het werk van (tragedie)dichters. Aan het oordeel van de gepaste reactie gaat echter een oordeel van type 1 vooraf, namelijk dat van het geleden onrecht. Dit oordeel vormt daarmee, zoals Seneca aangeeft, de primaire oorzaak van woede (II, 22.2). Als deze oordelen zouden kunnen worden voorkomen, dan hoeft er helemaal niet meer nagedacht te worden over een al dan niet passende emotionele reactie en zal het ideaal van *apatheia*, het vrij zijn van emoties, en daarmee van de aansluiting van de eigen natuur op de allesomvattende goddelijke natuur binnen handbereik zijn. De vraag is of dit mogelijk is.

1.3.3 VOORKOMEN DOOR INZICHT IN DE ALLESOMVATTENDE NATUUR

‘We moeten dus de strijd aanbinden met de primaire oorzaken. De oorzaak van opvlammende woede nu is het idee onrecht [geleden te hebben]: daaraan moeten we niet lichtvaardig geloof hechten’ (II, 22.2). De *idee* van onrecht is op zichzelf ook een complex oordeel. Als eerste stelt iemand vast dat hem tekort gedaan wordt – zijn echtgenote is hem bijvoorbeeld ontnomen – en hierna velt hij het oordeel dat hiermee een kwaad is geschied. Dit laatste is cruciaal voor de emotionele reactie die vervolgens op basis van een type 2 oordeel kan ontstaan. We hebben daarom, zegt Seneca, behoefte aan ‘een open instelling en een welwillende taxatie van de feiten’ (II, 24.2). Een te lichtvoetig geveld oordeel is vaak de oorzaak van veel ellende.

Deze lichtvoetige oordelen kunnen op verschillende vlakken voorkomen. Te snel geloven we mensen die een getuigenis afleggen, omdat we graag willen geloven wat zij zeggen, zonder dat we dit onderzocht hebben. Een fout van de menselijk natuur die ons, als we ons daar bewust van zijn, kan behoeden voor grotere fouten (II, 22.3). Te vaak worden we ook kwaad over onbeduidende zaken. Seneca noemt het voorbeeld van iemand die zijn kleding verscheurt omdat zij hem niet aanstonden (II, 26.2). In het verlengde daarvan kan er gedacht worden dat het onrecht gezocht moet worden bij de kleermaker. Het is echter vaker zo dat het hier een beperkte mate van vakbekwaamheid betreft en het niet zijn intentie was om iemand voor het hoofd te stoten (II, 26.3). Te makkelijk beoordelen mensen die de waarheid

niet kennen, dat ze geplaagd worden door overvloedige regenbuien of een aanhoudende winter. '[H]et is niet omwille van ons dat de kosmos steeds weer winter en zomer terugbrengt; die [natuurverschijnselen] hebben hun eigen wetten waardoor het goddelijke [plan] zich voltrekt' (II, 27.2). Al deze lichtvoetige oordelen hadden voorkomen kunnen worden door tijd te nemen voor het oordeel, onderzoek te doen naar hun herkomst en hen te plaatsen in de context die gekenmerkt wordt door een keten van oorzaak en gevolg. Waarbij het ook goed is om bij de fouten van anderen voor ogen te houden dat wijzelf soms ook in de valkuil stappen van het te snelle oordeel. 'Een blik op onszelf zal ons tot bescheidenheid dwingen' (II, 28.8).

In *Brief 63* 'De dood van een vriend' geeft Seneca een persoonlijk voorbeeld van een te snel geveld oordeel toen een dierbare vriend, die jonger was dan hijzelf, onverwacht overleed. Seneca heeft toen mateloos getreurd en vormt daarmee – zeer tegen zijn zin – één van de voorbeelden 'op wie het verdriet een overwinning heeft geboekt' (*Brief 63.14*). Achteraf veroordeelt Seneca dan ook zijn eigen gedrag en gaat hij na wat de oorzaak van deze morele fout is geweest. Hij komt tot de conclusie dat de oorzaak gezocht moet worden in het gegeven dat hij er nooit bij stil heeft gestaan dat iemand die jonger was dan hijzelf, ook eerder dan hem zou kunnen overlijden. Door deze mogelijkheid over het hoofd te zien, was hij er niet op voorbereid en heeft het onvoorziene lot hem ontredderd (*Brief 63.14-15*). Uit dit persoonlijke voorbeeld zijn twee conclusies te trekken met het oog op het voorkomen van emoties. Als eerste dient men dus voorbereid te zijn op alles wat er in een leven kan plaatsvinden. Ten tweede is het leerzaam om bij jezelf na te gaan hoe jij met dat wat jou gebeurt in je leven omgaat, zodat daar waar je een fout begaat, je jezelf van deze kunt bevrijden en je jezelf kunt verbeteren.

Onze onbekendheid met het leven maakt volgens Seneca dat we soms voor onverwachte zaken komen te staan. Zijn devies is daarom: 'Denk aan alles, verwacht het' (II, 31.4). Dat wat namelijk onverwachts gebeurt komt harder aan. We moeten er naar streven dat er niets is dat wij niet hebben voorzien. Onze geest moet op alles vooruitlopen en wij moeten onze gedachten instellen op dat wat kan gebeuren (*Brief 91.3-4*). Met dit idee sluit Seneca zich weer aan bij een traditie binnen de Stoïsche leer die zich ontwikkeld heeft vanaf Chrysippus: *praemeditatio*. Het gaat hierbij om preventieve meditatie gericht op mogelijke (minder positieve) toekomstscenario's die op een systematische wijze beoefend werden (Armisen-Marchetti, 2008, pp.103/4).

Om deze preventieve meditatie goed toe te kunnen passen moet de geest gevormd worden. Het is immers zo dat niemand wijs is bij zijn geboorte, maar wijs moet worden (II,

10.6). Zo kan het zijn dat iemand die zijn verbeelding niet goed onder controle heeft, bevangen wordt door de gedachte dat wat mogelijk kan gebeuren, ook echt iets is om bang voor te zijn. Op dat soort momenten is het verstandig om de taal van de Stoïcijnen voorlopig opzij te zetten en te spreken 'in een [taal] die wat minder pretentief is' (*Brief* 13.4). Seneca raadt bijvoorbeeld Lucilius aan om 'niet voortijdig ongelukkig te zijn, omdat datgene wat dreigt, en waarvoor jij je bang gemaakt hebt, misschien nooit zal komen en in elk geval nog niet gekomen is' (*Brief* 13.4). Hij lijkt hierbij aan te sluiten bij de kritiek van Epicurus, die meent dat je je mogelijke tegenspoed niet moet inbeelden. Dit is volgens hem schadelijk, want daardoor leef je constant in angst (Armisen-Marchetti, 2008, pp.104/5).²⁵ Seneca's raad aan Lucilius moet echter niet gezien worden als een aansluiting bij Epicurus' ideeën, maar als een tussenoplossing tot Lucilius' geest genoeg gevormd is om dit aan te kunnen. In *Brief* 74.33 schrijft Seneca aan Lucilius dat 'een zwakke geest al door ellende verontrust [wordt] voordat hij erdoor getroffen wordt'. Hierbij maakt hij weer gebruik van de medische analogie, daar een zwak lichaam ook eerder wordt getroffen door ziekte. Vervolgens spreekt hij Lucilius toe als iemand wiens geest intussen gegroeid is in wijsheid.

Je weet toch dat niemand zich moet aftobben over wat in de toekomst kan gebeuren? Iemand die hoort dat hij over vijftig jaar martelingen moet doorstaan, wordt daardoor alleen ontredderd als hij over die tussentijd heen springt en zich dompelt in de ellende die hem pas een mensenleeftijd later te wachten staat. [...] Zowel wat voorbij is als wat nog moet komen is er niet: noch het een noch het ander voelen wij (*Brief* 74.35).

Hieruit kan worden afgeleid, dat het voor Seneca niet gevaarlijk is als je op een doordachte manier, met behulp van de rede, je een voorstelling maakt van een mogelijke toekomst (Armisen-Marchetti, 2008, p.111). Op zulke momenten zullen we altijd weten dat het om een verbeelding gaat die niet in aanmerking komt voor het predicaat 'waar'. Zo kan een verbeelding van de toekomst ons bewust maken van wat ons eventueel te wachten staat. Daarbij kan er hoogstens een eerste gemoedsbeweging ontstaan. Daar hierover is opgemerkt dat gewenning en voortdurende oplettendheid deze mogelijk kunnen afzwakken (II, 4.2), zou dat alleen maar als positief bestempeld kunnen worden.

Toch is het mogelijk, zoals uit Seneca's eigen voorbeeld in *Brief* 63 blijkt, dat men ondanks preventieve meditatie in de fout gaat. In zo'n geval moet er gekeken worden naar hoe men zich hiervan kan bevrijden om zo'n fout in de toekomst te vermijden. In *Brief* 63 was te lezen dat Seneca bij zichzelf was nagegaan hoe hij deze fout had kunnen maken. Hij wist immers

²⁵ Epicurus zet zich met name af tegen de Stoïsche leer om zijn eigen filosofische 'dokterspraktijk' te promoten, zie voor een uitvoerige uiteenzetting over deze problematiek en waarom dit leidt tot een discussie over het werk van Seneca die veelvuldig gebruik maakt van uitspraken en ideeën van Epicurus (Armisen-Marchetti, 2008).

dat ieder mens sterfelijk was en toch kreeg het verdriet hem te pakken toen hij een goede vriend verloor. Hij realiseert zich dan dat hij daar nooit bij heeft stilgestaan, omdat zijn vriend jonger was dan hij. Vandaar dat hij zich voorneemt om voortaan te beseffen 'dat alles niet alleen sterfelijk is, maar ook sterfelijk in een volgorde die wij niet kennen: al wat ooit kan gebeuren, kan vandaag gebeuren' (*Brief* 63.15). Het onderzoeken van je eigen fouten is een vorm van zelfevaluatie, die Seneca in navolging van zijn leermeester Sextius zichzelf iedere dag oplegde.

Sextius had de gewoonte om iedere dag voor het slapen gaan, zich terug te trekken om zijn eigen ziel ter verantwoording te roepen. Hij ging dan na van welke kwaal zijn ziel zichzelf had genezen, welke fout hij had bestreden, maar ook op welke punten de ziel het beter had gedaan (III, 36.1). 'Woede zal ophouden en [in ieder geval] beter binnen de perken blijven als ze weet dat ze dagelijks voor de rechter moet verschijnen' (III, 36.2). Door dit te doen wordt de ziel getraind en zal zij minder geneigd zijn zwakheden te vertonen. Een grondig zelfonderzoek waarin de hele dag wordt doorgelopen en de ziel waar nodig wordt geprezen of bestraffend wordt toegesproken, zal bovendien de nachtrust bevorderen.

Preventieve meditatie en zelfonderzoek laten een mens stilstaan bij hoe hij zichzelf kan begrijpen binnen de voorzienigheid van de natuur. De vraag is of de verbeelding die geprikkeld wordt tijdens een kunstuiting, zoals de tragedie, ook een rol kan spelen in *praemeditatio* en daarmee in de emotietherapie. Een vergelijkbare vraag kan gesteld worden met betrekking tot het zelfonderzoek, daar de getoonde fouten in een tragedie mogelijk tot zelfbespiegelingen kunnen leiden. Hierover doet Seneca geen concrete uitspraken, maar hij lijkt hier wel op te zinspelen als hij in *Brief* 2 zijn vriend Lucilius aanraadt om zijn lectuur zorgvuldig te selecteren en zich daarbij te richten op beproefde auteurs daar hij elke dag steun moet 'zoeken tegen de armoede, tegen de dood en tegen ander onheil' (*Brief* 2.4).

Naast de *praemeditatio* en het zelfonderzoek noemt Seneca in *Woede* nog tal van praktische tips om het vrij blijven van emoties te vergemakkelijken. Zo is handig om net als bij de opvoeding van kinderen al is beschreven op de hoogte te zijn van het feit dat mensen verschillende karakters hebben. 'Niet alle mensen hebben dezelfde zwakke plek; je moet dus weten welke de jouwe is om die zo goed mogelijk af te dekken' (III, 10.4). Ook is het handig om niet te veel hooi op je vork te nemen. Te veel verschillende en te moeilijke activiteiten kunnen de ziel onrustig maken waardoor zij gevoeliger is voor prikkels (III, 6.6). Het is ook goed om je bewust te zijn van het gegeven dat omgangsvormen ontleend worden 'aan de mensen met wie we omgaan', zowel in positieve als in negatieve zin. Vanuit dat oogpunt is het nuttig om je te omringen met rustige evenwichtige mensen. Een bijkomend voordeel is

dat 'wie met rustige mensen leeft [...] ook geen redenen vindt om boos te zijn en zich niet bekwaamt in zijn gebrek' (III, 8.1-3). Een goede gezondheid kan ook helpen, daar mensen die moe of ziek zijn eerder geprikkeld raken en daarmee vlugger boos (III, 9.3-5). Daar waar we te maken krijgen met de woede van anderen, is het verstandig niet tegen hen in te gaan. Boosheid verdwijnt namelijk vaak 'al snel bij gebrek aan een tegenstander [...] [en] niets reageert grof of doosbenauwd op iemand die aardig doet' (III, 8.6-7). Een tip die ons brengt bij het laatste onderdeel van de emotietherapie. Nu we weten hoe we woede bij onszelf kunnen voorkomen en hoe we ons ervan kunnen bevrijden, kunnen we kijken 'hoe we de woede van iemand anders kunnen kalmeren; want we willen niet alleen gezond zijn maar ook gezond maken' (III, 39.1).

1.3.4 DE WOEDE VAN ANDEREN KALMEREN

Zoals al herhaaldelijk is aangegeven is iemand in een emotionele toestand niet voor rede vatbaar (pp.15, 18, 20, 27). Het is dan ook belangrijk dat de omgeving die persoon de ruimte geeft zodat de emotie kan uitrazen en tot rust kan komen (III, 39.2). Tegen een woedend iemand ingaan, kan de woede aanwakkeren (III, 40.2). Toch kan het vanuit een bepaalde rol of autoriteit wel mogelijk zijn om iemand hard aan te pakken en daar eventueel een rol bij te spelen alsof je woedend bent, om door te dringen tot de onredelijkheid en dat een halt toe te roepen (III, 40.2-5). '[S]oms moeten we mensen die de rede niet verder helpt, flink bang maken. Maar [werkelijk] boos zijn is evenmin nuttig als bedroefd zijn, als bang zijn' (II, 14.1). Op een vergelijkbare manier maakt de tekst van een toneelspeler alleen indruk als hij de rol van een woedend iemand goed speelt, terwijl als hij echt woedend zou zijn hij zichzelf niet meer onder controle zou hebben en het gewenste effect verloren gaat (II, 17.1). Als men eenmaal weer voor rede vatbaar is, dan kunnen we hen helpen om emoties te voorkomen door hen, naar voorbeeld van Seneca, te wijzen op de mogelijkheden zoals deze schetst zijn de hiervoor behandelde paragrafen.

1.4 AFSLUITENDE SAMENVATTING VAN DE EMOTIETHEORIE

De emotie woede komt tot stand doordat men aan een opgedane indruk onjuiste waardeoordelen verbindt. Het gaat hierbij om twee typen oordelen (pp.19/20). Bij het eerste type oordeel is iemand ervan overtuigd dat zijn welzijn afhankelijk is van zaken die op zich indifferent zijn. Als deze zaken hem dan worden ontnomen en hij ziet dat als een kwaad, volgt het tweede type oordeel waarbij hij vaststelt dat het gepast is om op een bepaalde manier te reageren. In het geval van woede moet (aan)gedaan onrecht gevolgd worden door

wraak. Op het moment dat dit oordeel is gevallen, schakelt de woede de rede uit en krijgt de woede haar wanstaltige en vernietigende karakter. De eerste indruk, door Seneca aangeduid als eerste gemoedsbeweging, is iets dat mensen overkomt. De fase waarin de oordelen worden geveld noemt Seneca de tweede gemoedsbeweging. Dit is het scharnierpunt in het emotieproces waar het mis kan gaan. Als men hier het cruciale onjuiste oordeel velt van de vermeende gepaste reactie, belandt men in de derde gemoedsbeweging en is er geen weg meer terug. Vandaar dat Seneca met zijn emotietherapie vooral inzet op een goede voorbereiding voor deze tweede gemoedsbeweging. Daar moet men zaken op de juiste waarde kunnen inschatten en zich niet laten verleiden tot een vermeende gepaste reactie. Dit is mogelijk door de wanstaltigheid en de schadelijkheid van een emotie in te zien. Zoals we hebben gezien kunnen tragedies hierin een mogelijke rol vervullen (pp.26/7). Nog mooier zou het zijn als mensen door inzicht in hun eigen natuur binnen de allesomvattende goddelijke natuur voorbereid zijn op wat hen in het leven kan gebeuren. Dit kan bewerkstelligd worden door preventieve meditaties en zelfevaluaties, waarbij men voor het ondersteunen van de eigen verbeelding of het zich spiegelen aan het gedrag van anderen, eveneens gebruik kan maken van tragedies (p.31). De vraag is nu of en hoe hieruit Seneca een dergelijke instrumentele rol binnen zijn emotietherapie voor ogen had bij het schrijven van zijn *Medea*.

‘Wanneer er iemand komt die ons weet te prikkelen dan worden die goede eigenschappen in de geest als het ware losgemaakt en tot leven gewekt. Zie je niet hoe het theater galmt van het applaus telkens als er iets gezegd wordt waarmee wij het allemaal eens zijn en waarvan wij eenstemmig de waarheid erkennen?’²⁶

2. DE MEDEA VAN SENECA

2.1 EEN INSTRUMENT IN DE EMOTIETHERAPIE?

De vraag die in dit tweede deel van deze scriptie beantwoord moet worden is *of* en *hoe* Seneca’s tragedie *Medea* in het verlengde van zijn emotietheorie ligt. Daarvoor wordt eerst stilgestaan bij de vraag of het gerechtvaardigd is om te veronderstellen dat Seneca zelf ook deze rol voor zijn tragedies voor ogen had. In *Woede* doet Seneca zijn uiterste best om de lezer ervan te overtuigen dat emoties – in het bijzonder de zeer schadelijke woede – te allen tijde voorkomen moeten worden. Seneca sluit zijn werk over de woede af met een opdracht ‘Vooruit, maak alles van je korte leven en richt het zo in dat het voor jouzelf en voor anderen vreedzaam is! [...] laat ons [...] zolang we ademen, zolang we onder de mensen zijn, werk maken van ons mens-zijn’ (III, 43.1-3).

Dat we werk moeten maken van ons mens-zijn speelt ook een belangrijke rol in de brieven die Seneca schreef aan Lucilius. Lucilius wordt hierin aangespoord ‘om alleen hiernaar te streven [zich]zelf elke dag beter te maken’ (*Brief* 5.1). Om hieraan te werken kan Lucilius te rade gaan bij literatuur (*Brief* 6.5), zich spiegelen aan grote voorbeelden, zoals ook Plato en Aristoteles veel lering hebben getrokken uit het gedrag van Socrates meer nog dan uit zijn woorden (*Brief* 6.6) en zichzelf net als Seneca onderwerpen aan een kritische zelfevaluatie om op grond hiervan zich in toenemende mate voor te bereiden op dat wat komen gaat (*Brief* 63), zodat hij niet onverwacht overvallen kan worden door een gebeurtenis die hij vervolgens niet op de juiste waarde weet te schatten (*Brief* 91.3).

Dat ook theater hierin een rol kan spelen werd al duidelijk doordat Seneca in zijn emotietherapie refereerde aan kunstuitingen als het gaat om het verwerven van de nodige inzichten (pp.26/7). Seneca behandelt de rol die theater kan spelen echter nog explicieter in

²⁶ *Brief* 108.8; ‘die goede eigenschappen’ verwijst naar ‘de grondslagen en de kiemen van zedelijke kwaliteiten’ die de natuur in alle mensen heeft gelegd (*Brief* 108.8).

Brief 108. Door de juiste prikkeling kunnen goede eigenschappen in de geest worden losgemaakt en tot leven gewekt. Dit blijkt uit het gegeven dat mensen positief reageren op (h)erkende waarheden, zelfs als het gaat om zaken waarbij ze zelf in de fout gaan (*Brief 108.8-9*). Volgens Seneca is het dan ook zo dat een filosoof, 'wanneer tussen gezonde leefregels versregels gestrooid worden', de dingen die hij zegt dieper verankert 'in de geest van weinig verlichte mensen' (*Brief 108.9*). Hierbij haalt Seneca Cleanthes aan die zei: 'zoals onze adem een helderder geluid produceert wanneer hij in een bazuin door een lange dunne buis gevoerd wordt en via een verbreding aan het einde weer naar buiten komt, zo maakt de strenge, gedrongen vorm van het vers onze gedachten helderder' (*Brief 108.10*). Vanuit dit idee klinkt het aannemelijk dat Seneca zijn eigen advies ter harte nam en als filosoof tragedies ging schrijven – waaronder *Medea* – om met behulp van versregels goede eigenschappen in de geest tot leven te wekken en zijn filosofische ideeën daarin te verankeren.

Dit lijkt ondersteund te worden doordat Seneca aangeeft dat hij in een traditie staat en dat dit de opdracht met zich meebrengt om hierop door te gaan en de nalatenschap te vergroten. '[H]et geeft mij een gevoel van voldoening kennis te maken met de nalatenschap van zoveel mensen. [...] Maar wij moeten de rol van huisvader goed spelen en vermeerderen wat wij ontvangen hebben: die erfenis moet groter geworden zijn als zij aan mijn nageslacht wordt gegeven' (*Brief 64.7*). Die erfenis, bestaande uit het gedachtegoed van zijn Stoïsche voorgangers waarvan we hebben gezegd (p.5) dat zij uitvoerig gebruikmaakten van het werk van dichters om hun filosofische ideeën te onderbouwen, moet bovendien niet alleen vergroot worden, maar men moet hierbij uit de schaduw van het gedachtegoed van zijn voorgangers treden en het tot eigen bezit maken. Dit dient gepaard te gaan met de nodige creativiteit. Wie alleen maar een ander volgt, vindt niets nieuws. Seneca geeft aan dat hij daarom wel gebruik maakt van 'de oude weg' van zijn voorgangers, 'maar als ik er een vind die korter is en over meer geëffend terrein voert, zal ik die banen' (*Brief 33.7-11*).

Vanuit de gedachte dat Seneca zich geroepen voelt om de nalatenschap uit te breiden, daarbij gebruik te maken van het werk van zijn voorgangers, maar van hieruit op zoek te gaan naar nieuwe wegen, zou met name zijn verwerking van het mythologische verhaal van *Medea* tot een tragedie begrepen kunnen worden. Seneca treedt met zijn emotietheorie in de voetsporen van zijn Stoïsche voorgangers, in het bijzonder die van Chrysippus. Seneca maakt gebruik van Chrysippus' ideeën over emoties en heeft die - zoals we in de drietrapsraket van het emotieproces hebben gezien (p.21) - op zijn eigen manier verwerkt. Van Chrysippus is bekend dat hij gebruik heeft gemaakt van passages uit Euripides' *Medea* om zijn complexe opvatting over het zowel rationeel en bewust zijn als het irrationeel en

oncontroleerbaar zijn van woede te illustreren (Gill, 1983, p.139). Chrysippus doet dit met behulp van de volgende passage:

I understand what kind of evils I am going to do
But anger is stronger than my [sound] considerations
[*Medea* 1078-9]²⁷

Gill legt in zijn essay 'Did Chrysippus understand Medea?' uit dat het niet verwonderlijk is dat Chrysippus juist *Medea* uitkoos om zijn opvatting over emoties te illustreren. Hij wil namelijk duidelijk maken dat een emotie wel gelijkgesteld moet worden met een rationeel oordeel, maar dat het hier niet gaat om alleen maar een redeneerfout (Gill, 1983, p.140). Medea is, zoals de eerste tekstregel toont, zich bewust van het irrationele en onnatuurlijke karakter van datgene – het vermoorden van haar eigen kinderen – wat zij wil gaan doen. Irrationeel moet hierbij begrepen worden als het ongehoorzaam zijn aan de rede, het haar bewust de rug toekeren. Uit de tweede tekstregel blijkt vervolgens dat haar woede voor haar oncontroleerbaar is en dat haar rationele overwegingen hier geen grip meer op hebben. Om deze overgang te verhelderen maakt Chrysippus gebruik van de manier waarop de ongecontroleerdheid van een emotie vergeleken kan worden met de niet meer in toom te houden benen van iemand die van een helling afrent. Het proces van het rennen, net als dat van woede, ontspringt aan deze beredeneerde keuze, maar op het moment dat het eenmaal in gang is gezet, voorziet het in zijn eigen voortgang en is het niet meer bij te sturen (Gill, 1983, pp.139-140).²⁸ Chrysippus zegt hierover:

This movement, irrational and turned away from reason, is as I think, something very common, by reference to which we say that some people are moved by anger (*PHP* 4.6.23 – *SVF* 3.475).²⁹

Daarnaast vestigt Chrysippus er de aandacht op dat iemand in een emotionele toestand niet meer zichzelf is. Een toestand die wij als omstanders herkennen en waar we op reageren zoals we dat ook op mensen doen die geestesziek zijn.³⁰

Therefore we behave in the case of these persons who are in a state of emotion as we do towards persons who are out of their minds and we speak to them as to persons who are twisted and are not in their right minds or in control of themselves (*PHP* 4.6.24 – *SVF* 3.475).

²⁷ *PHP* 4.6.19-20 – *SVF* 3.473, zoals vertaald geciteerd in Tieleman 2003, p.171. Zie voor een uitgebreide bespreking van Chrysippus interpretatie van *Medea* Gill, 1983 en/of Tieleman, 2003, pp.170-178.

²⁸ Zie ook Seneca's vergelijkbare voorbeeld van de val in de afgrond (p.13).

²⁹ Zoals vertaald geciteerd in Tieleman 2003, pp.171-172.

³⁰ Zie ook Seneca's vergelijking met krankzinnigheid (p.10)

Chrysippus gebruikt *Medea* als illustratie van het complexe beoordelingsproces dat gepaard gaat met een emotie en waarbij *Medea* gezien moet worden als een ziek persoon in het vierde boek van *On Affections* met de titel *Therapeutics* (vgl. Tieleman, 2003, p.140). Het lijkt dus meer dan aannemelijk om te veronderstellen dat Seneca naar voorbeeld van Chrysippus het verhaal van *Medea* wil inzetten voor zijn emotietherapie. Seneca wilde echter niet alleen in de voetsporen van zijn voorgangers treden, maar ook opzoek naar efficiëntere wegen (p.35). Daarom lijkt de aanname gerechtvaardigd dat hij niet koos voor een filosofische beschouwing van Euripides' *Medea*,³¹ maar voor het schrijven van een eigen versie. Een versie die op zichzelf, dus zonder filosofische beschouwing vanaf de zijlijn, de aard van woede inzichtelijk maakt en ter discussie stelt, zodat mensen al kijkend uitgedaagd worden om daarop te reflecteren. Zodoende kunnen zij zich dan voorbereiden op wat hen in dit leven kan overkomen. Bovendien zullen zij beseffen dat er nooit sprake kan zijn van een 'gepaste' emotionele reactie. De vraag die nu gesteld moet worden is of Seneca's *Medea* aan deze criteria voldoet.

2.2 VERSCHILLENDE OPVATTINGEN

In de inleiding is aangegeven dat de opvattingen over of en hoe Seneca's tragedies in het verlengde liggen van zijn filosofische werk verschillen (p.7). Twee classici die bovenstaande vraag van een negatief antwoord voorzien zijn Alessandro Schiesaro (2003, p.234) en Harry Hine (2000, pp.27/30). Martha Nussbaum (1993, p.148; 1994, p.445) komt met een positief antwoord, maar zowel Schiesaro (2003, p.244) als Hine (2000, p.29) menen dat Nussbaum onvoldoende overtuigt. Alvorens zelf te gaan onderzoeken in hoeverre Seneca's *Medea* aan de bovengenoemde criteria voldoet, wil ik eerst in kaart brengen wat de belangrijkste kritiekpunten zijn.

Zowel Hine (2000, p.27) als Nussbaum (1993, pp.14/3) maken in hun argumentatie gebruik van een citaat van Epictetus. Epictetus maakt op een vergelijkbare wijze als Chrysippus gebruik van *Medea*.³²

'Well then, I shall avenge myself on the man who has wronged and insulted me. But what good do I get out of his being in a bad state? How can that be accomplished? I kill my children. But I shall get revenge on myself also. But

³¹ Er zijn overigens meer tragedieschrijvers die een *Medea* hebben geschreven. Wie Seneca's belangrijkste voorgangers hierin waren is niet met zekerheid te zeggen (Hine, 2000, pp.16-18).

³² Volgens Hine (2000, p.27) doet Epictetus dit zonder bronvermelding, het zou volgens hem dus niet zozeer gaan om Euripides' *Medea*. Nussbaum (1993, p.147) gaat hier echter wel vanuit en dit lijkt mij aannemelijk daar Epictetus een citaat gebruikt dat in grote mate overeenstemt met het hierboven besproken citaat dat gebruikt is door Chrysippus. (Epictetus 1.28.7).

what do I care?' This is the outburst of a great-sinewed soul. For she did not know where the ability lies to do what we wish, that it must be sought not from without, not by changing and rearranging things. Stop wanting your husband, and there is not one of the things you want that will fail to happen. Stop wanting him to live with you at any cost. Stop wanting to remain in Corinth. And in general, stop anything else but what the god wants. And who will prevent you? Who will compel you? No one, any more than anyone prevents or compels Zeus (Epictetus 2.17.19-22).³³

Epictetus reflecteert hier vanuit een Stoïsche blik op Medea's uitspraken en richt zich vervolgens rechtstreeks tot Medea om haar duidelijk te maken wat zij verkeerd doet. Volgens Nussbaum moet dit gezien worden als een voorbeeld van een reactie zoals die volgens Epictetus gegeven zal worden door een Stoïsche toeschouwer. Deze bekijkt Medea, zoals een dokter zijn patiënt zal bekijken, 'with active energetic commitment to making her better, and to using her case to improve the health of others' (Nussbaum, 1993, pp.142/3). Nussbaum is ervan overtuigd dat het goed mogelijk is dat de toeschouwer deze kijkpositie in zal nemen, maar twijfelt eraan of dit ook daadwerkelijk gebeurt bij Euripides' *Medea*. Bij Euripides is Medea eerder het object van medelijden en sympathie, dan dat haar gedachtegang en de daaruit volgende handelingen van een kritische morele reflectie worden voorzien. Dit heeft te maken met hoe het stuk is vormgegeven (Nussbaum, 1993, p.147). Euripides toont bijvoorbeeld een meer menselijke Medea, waarmee het koor sympathiseert.³⁴ Om een tragedie als *Medea* echt te laten aansluiten op de Stoïsche emotieeler en in het bijzonder op de emotietherapie, zouden in het stuk meer elementen moeten worden ingebouwd die een kritische distantie afdwingen.³⁵ Seneca geeft hieraan volgens Nussbaum gehoor door zelf tragedies te gaan schrijven. Hierbij geeft Seneca meer expliciete aandacht aan het complexe psychologische proces dat met een emotie gepaard gaat. Daarnaast gaat hij identificatie tegen door de hoofdpersonages zo vorm te geven dat zij een afstotende werking zullen hebben op de toeschouwers. Om dit kracht bij te zetten geeft hij het koor, dat vaak een mediërende functie heeft richting het publiek, een in hoge mate moraliserende invulling en is er geen sprake van het sympathiseren met de hoofdpersoon

³³ Ik heb hier gebruik gemaakt van het citaat zoals aangehaald in Nussbaum (1993, pp.142/3), omdat dit de argumentatie van Epictetus completer weergeeft. Hine start zijn citaat vanaf 'Stop wanting your husband'.

³⁴ Of deze kritiek van Nussbaum helemaal terecht is, betwijfel ik op basis van de opmerkingen die gemaakt zijn bij de bespreking van de eerste en tweede gemoedsbeweging in het emotieproces (pp.17/8,22/3). Ik kan mij wel aansluiten bij het idee dat Seneca's *Medea* door het verschuiven van aandachtspunten, als tragedie meer aansluit bij het Stoïsche gedachtegoed, dan die van Epicurus.

³⁵ Maaïke Bleeker (2002, p.66) heeft hiervoor een mooie term in de theaterwetenschap geïntroduceerd: 'subject of vision', de geïmpliceerde kijkhouding die tot stand komt door de manier waarop de voorstelling is vormgegeven.

(Nussbaum, 1993, p.148).³⁶ Hiermee lijkt Nussbaum mijn voorstel te ondersteunen dat, daar waar Euripides' *Medea* een filosofische gids vereist om dienst te kunnen doen als instrument in de emotietherapie, Seneca's *Medea* dit op eigen kracht kan, daar hierin voldoende elementen zijn ingebouwd die de kijker tot een kritische distantie aanzetten. Hine komt echter op grond van het werk van Epictetus, waaronder bovenstaand citaat, tot een tegenovergestelde conclusie.

Uit het citaat kan worden afgeleid dat Epictetus signaleert dat Medea een probleem heeft. Ten onrechte hecht zij waarde aan liefde, het huwelijk, een thuis, allemaal zaken die voor Stoïcijnen moreel indifferant zijn (Hine, 2000, p.27). Het zou ook best zo kunnen zijn, volgens Hine, dat Seneca hoopte dat zijn publiek op een vergelijkbare manier zou reageren op zijn *Medea*. Waar Nussbaum echter geen aanleiding zag in de tekst van Euripides om aangemoedigd te worden tot Stoïsche bespiegelingen, ziet Hine deze ook niet in de tekst van Seneca. In de tekst wordt niets gezegd dat ook maar enigszins doet denken aan dat wat Epictetus zei. Ook ontbreken kernbegrippen uit de Stoïsche leer, zoals 'rede', 'natuur' of 'wijsheid' en mist Hine het Stoïsche uitgangspunt waarin de allesomvattende en bepalende natuur centraal staat, en de mens zijn eigen plaats daarbinnen moet zien te doorgronden met behulp van de rede. Soms wordt er in de verte aan gerefereerd, maar deze toespelingen zijn alleen voor mensen die al voldoende ingewijd zijn in de Stoïsche leer herkenbaar. Het klopt dat de manier waarop Medea's woedende gedrag wordt beschreven sterke overeenkomsten vertoont met de manier waarop hij woede beschrijft in *Woede*. De kijker wordt echter nergens bij de hand genomen om deze emotie te analyseren, noch wordt er ergens in het stuk op gewezen dat emoties voorkomen kunnen worden door onjuiste oordelen bij te sturen. Een Stoïsche lezing van Seneca's *Medea* is daarom volgens Hine (2000, p.28) problematisch.

Tot een vergelijkbare conclusie komt Schiesaro. Schiesaro maakt voor zijn analyse van Seneca's tragedies met name gebruik van *Thyestes*, maar refereert daarnaast aan *Medea*. Hij merkt op dat het goed mogelijk is om aan te nemen dat Seneca met zijn portrettering van Medea zijn publiek wilde aanzetten tot een kritische reflectie ten opzichte van de manier waarop zij zich liet domineren door haar emoties. Het is echter net zo goed mogelijk dat het tegenovergestelde van de mogelijk beoogde doelen tot stand komt. Een lezer, zegt Schiesaro (2003, p.234), kan ook sympathie ontwikkelen voor Medea en haar fouten, waarbij

³⁶ Nussbaum onderkent dat ondanks dit alles, de stukken van Seneca erg complex zijn en daarmee als een instrument binnen de 'Stoic moralizing', emotietherapie, niet altijd betrouwbaar. Zie hiervoor ook 'Serpents in the Soul: A Reading of Seneca's *Medea*' (Nussbaum, 1994, pp.439-483), dat eerder verschenen is als essay in 1991 en waarnaar Nussbaum ook zelf verwijst in het hier gebruikte essay uit 1993.

hij de mogelijkheid om zichzelf in moreel opzicht te verbeteren misloopt. Het kernprobleem bij een tragedie wordt gevormd door het gegeven dat wat de intenties van de auteur ook mogen zijn, de echte last van de interpretatie bij het publiek ligt. 'It is left to the audience's interpretation if they so wish, to fulfill the educational intentions of the author' (Schiesaro, 2003, p.234). De educatieve waarde van een tragedie moet daarom in twijfel worden getrokken. Het zou anders zijn, zoals ook Hine aangeeft, als er sprake was van een docent die de lezer zou begeleiden in het reflectieproces, de auteur is echter – ondanks al zijn verantwoordelijkheden en intenties – in het geval van een tragedie buiten beeld (Schiesaro, 2003, p.252). Hiermee komt Schiesaro tot een vergelijkbare conclusie als Hine: er moet worden ingezien dat een Stoïsche tragedie tot de onmogelijkheden behoort (Schiesaro, 2003, p.253).

Nussbaum houdt een warm pleidooi voor de stelling dat Seneca's *Medea* uitdaagt tot het innemen van een kritische Stoïsche toeschouwerspositie. Identificatie wordt namelijk tegengegaan doordat Medea wordt afgeschilderd als een weerzinwekkend personage en het koor niet met haar sympathiseert. De kritische reflectie wordt gestimuleerd door veel aandacht te besteden aan het psychologische proces en de moraliserende stukken van het koor. Hine en Schiesaro beargumenteren achtereenvolgens dat een Stoïsche lezing van Seneca's tragedie problematisch of sterker nog onmogelijk is, daar de in hun ogen noodzakelijke expliciete filosofische begeleiding ontbreekt om de bij Nussbaum genoemde punten ook werkelijk tot onderdeel van de reflectie bij het publiek te maken. De auteur die deze functie zou kunnen en moeten vervullen is namelijk zoals Schiesaro aangeeft bij een tragedie buiten beeld en de last van de interpretatie ligt geheel bij het publiek. Het wordt tijd om Seneca's *Medea* zelf nader te beschouwen.

2.3 NAAR EEN EIGEN INTERPRETATIE

Zoals aangegeven vind ik het zeer aannemelijk om te veronderstellen dat Seneca, in navolging van Chrysippus ervoor gekozen heeft om het verhaal van Medea te gebruiken in zijn emotietherapie. Daar Seneca niet klakkeloos in diens voetsporen wilde treden, heeft hij er niet voor gekozen een bestaande *Medea* van een filosofische beschouwing te voorzien, maar is hij de uitdaging aangegaan om een eigen versie te schrijven. Een versie die de aard van woede inzichtelijk maakt en ter discussie stelt, zodat mensen al kijkend uitgedaagd worden om daarop te reflecteren. Deze vooronderstelling kan echter niet expliciet bevestigd worden, daar Seneca zelf niets heeft geschreven over zijn tragedies, noch over de functionele rol van tragedies in het algemeen. De vooronderstelling zal dus bevestigd

moeten worden op basis van Seneca's *Medea*. Zoals hierboven is beschreven is dit niet onomstreden, maar de vraag is of in de genoemde benaderingen voldoende recht gedaan wordt aan dat wat een tragedie behelst.

Seneca's *Medea* is een tragedie. De tragedie is aan het eind van de zesde eeuw voor Christus in Griekenland ontwikkeld vanuit religieuze rituelen. Tragedies werden opgevoerd tijdens religieuze festivals. Het is voor het eerst in de derde eeuw voor Christus dat er ook tragedies worden geschreven en opgevoerd in Rome. En ook hier ontwikkelt zich een traditie van opvoeringen tijdens jaarlijkse religieuze festivals. Over de opvoeringsgeschiedenis uit de tijd van het Romeinse keizerrijk is echter weinig bekend, waardoor er ook van Seneca's tragedies geen concrete meldingen zijn.³⁷ Het zou kunnen dat Seneca zijn tragedies enkel produceerde om te lezen. Er wordt ook geopperd dat ze vooral als voordrachten werden geproduceerd. Volgens Nussbaum zou deze voordrachtvorm zich kunnen lenen voor de didactische benadering van theater die het Stoïcisme vereist. Nussbaum refereert hierbij aan Bertolt Brecht en zijn episch theater waarin de illusie regelmatig doorbroken wordt om de kijker te stimuleren tot een kritische houding (Nussbaum, 1993, pp.144/5,148). Het is echter ook heel goed mogelijk dat het einddoel gezocht moet worden in een enscenering op het toneel.³⁸ Beide laatste opties, waarin de tekst hardop voor toehoorders wordt uitgesproken, lijken het meest aannemelijk. Zoals wij hebben gezien (p.35) geeft Seneca immers in *Brief* 108.10 met het citaat van Cleanthes aan dat 'zoals onze adem een helderder geluid produceert wanneer hij in een bazuin door een lange dunne buis gevoerd wordt en via een verbreding aan het einde weer naar buiten komt, zo maakt de strenge, gedrongen vorm van het vers onze gedachten helderder.' Hieruit kan worden opgemaakt dat een versie waarin de tekst hardop wordt uitgesproken voor toehoorders meer impact zal hebben, dan een leesversie. In een geënceneerde versie is echter ook nog ruimte voor een fysieke verbeelding en uitvergroting. Zo zou dan bijvoorbeeld de wanstaltigheid van de emotie zowel in tekst, als in intonatie als in beeld kunnen worden gepresenteerd. Daar er dan meer zintuigen worden aangesproken lijkt een geënceneerde versie de meeste mogelijkheden tot impact te bieden.

In mijn argumentatie ga ik op grond van bovenstaande uit van de vooronderstelling dat Seneca's *Medea* geschreven is vanuit de idee dat in een geënceneerde versie haar

³⁷ Er zijn uit deze periode amper meldingen van opvoeringen van tragedies in grote publieke theaters. Hieruit is lange tijd de conclusie getrokken dat opvoeringen van tragedies zelden voorkwamen in het begin van het keizerrijk. Dit hoeft echter volgens Hine (2000, pp.6-10) niet het geval te zijn, want het kan ook zijn dat de interesse van de geschiedschrijvers ergens anders lag, zie ook Trinacty, 2015, pp.32/3.

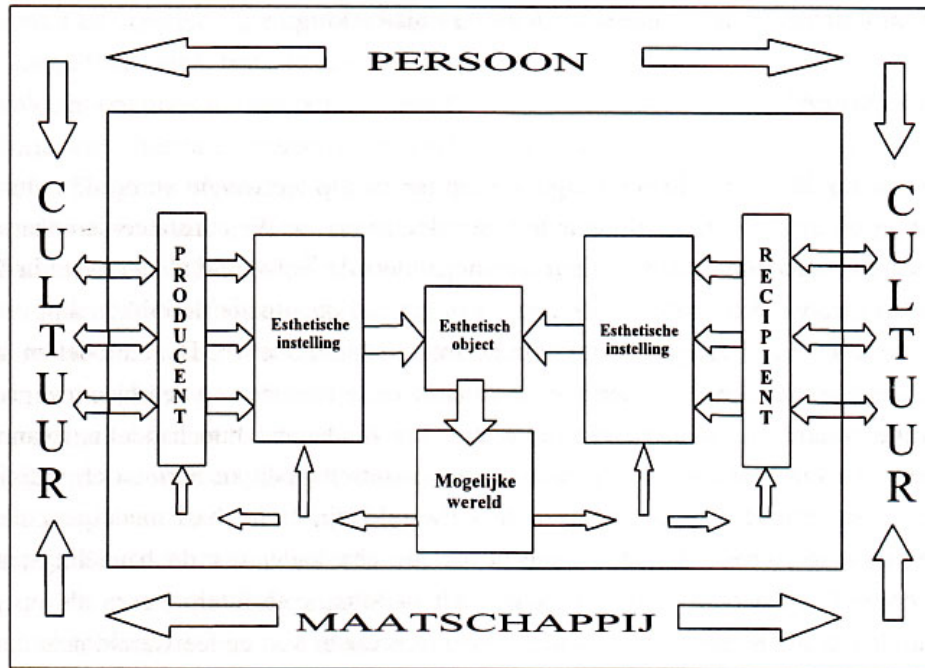
³⁸ Hine (2000, p.10) sluit dit niet uit en volgens Trinacty (2015, p.33) is dit tegenwoordig de overheersende algemene opvatting.

beoogde doelstelling het meest tot zijn recht zal komen. Achter deze vooronderstelling gaat nog een andere aanname schuil, namelijk dat een encenering van *Medea* meer invalshoeken biedt om sturing te geven aan de gewenste kritische toeschouwershouding. Invalshoeken die tot nu toe ontbreken, omdat zowel Hine als Schiesaro – maar toch ook in zekere mate Nussbaum³⁹ – Seneca's *Medea* vooral benaderen vanuit aanknopingspunten die zijn te vinden in de overgeleverde tekst. Deze aanpak is enerzijds logisch, omdat alleen de tekst nog beschikbaar is, daarnaast is een dergelijke aanpak ook heel lang toonaangevend geweest in het onderzoek naar theater. In de tweede helft van de twintigste eeuw heeft zich echter binnen de theaterwetenschap een verschuiving voorgedaan. Het wezen van theater wordt daarbij niet zozeer gezocht in de tekst of in de manier waarop die tekst vorm krijgt, maar in het gegeven dat het gaat om een fenomeen dat zich voltrekt binnen een bepaalde tijd en een bepaalde ruimte waarin theatermakers en toeschouwers elkaar ontmoeten (Hildebrand, 1999, pp.3-8). Hildebrand noemt het een sociale ontmoeting die voor zowel de makers als de toeschouwers 'de mogelijkheid creëert los te komen uit de context van alledag' en die gekenmerkt wordt 'door een artistieke presentatie van de theatermakers voor een publiek dat daarop reageert' (Hildebrand, 1999, p.1). Hoe dit begrepen moet worden en welke factoren hierbinnen een rol spelen heeft Hildebrand uitgewerkt in *Theorie van theatrale interactie*. Door gebruik te maken van deze theorie hoop ik mijn aanname dat een encenering meer invalshoeken biedt voor sturing richting de kijker te onderbouwen. Vervolgens wil ik daarmee aantonen dat in een geënceneerde versie van *Medea* haar beoogde doelstelling als instrument in de emotietherapie het meest tot zijn recht kan komen.

2.4 MEDEA IN EEN THEATRALE INTERACTIE

In theorie van theatrale interactie wordt er bewust gebruik gemaakt van het begrip 'interactie' (Hildebrand, 1999, p.8). Hiermee wordt benadrukt dat de sociale ontmoeting die theater is, begrepen moet worden als een proces waarin beide partijen samen iets tot stand brengen en waarin beide partijen op elkaar zijn aangewezen. Deze theatrale ontmoeting is net als iedere ontmoeting van voorbijgaande aard en leeft slechts voort in de herinnering van de deelnemers. Deze ontmoeting, en de herinnering eraan, kan alleen als zinvol worden ervaren als het de deelnemers wat oplevert (Hildebrand, 1999, p.1). Of dit ook daadwerkelijk het geval is, is afhankelijk van verschillende factoren, maar dit is wel Hildebrands uitgangspunt geweest voor het opstellen van zijn basismodel van theatrale interactie.

³⁹ Zie p.41, Nussbaum refereert wel aan de opvoeringspraktijk, maar beperkt zich bij de uitwerking tot de distantiërende elementen in de tekst.



In dit model is te zien dat zowel de theatermakers (aangeduid als producent) als de toeschouwers (aangeduid als recipiënt) zich op een actieve manier onderhouden met de hen omringende cultuur en dat deze een belangrijke voedingsbron voor hen vervult. Een voedingsbron die weer nauw verweven is met maatschappelijke waarden en normen en persoonlijke competenties. Puttend uit dit reservoir van de cultuur produceren de theatermakers in een esthetische instelling het esthetisch object, terwijl tegelijkertijd en in dezelfde ruimte de toeschouwers in een esthetische instelling het esthetisch object recipiëren. Het gemeenschappelijk doel daarbij is het construeren van een mogelijke wereld, 'als het samenhangende geheel van verwijzingen dat in de expressieve uitingen "presentatief" wordt gearticuleerd en esthetisch wordt ervaren en geïnterpreteerd' (Hildebrand, 1999, p.49). Vanuit die mogelijke wereld wordt er weer een terugkoppeling gemaakt naar de deelnemers en in het verlengde daarvan naar de manier waarop zij zich vervolgens op een vernieuwde manier verhouden tot de hen omringende cultuur en daarmee tot hun leefwereld. Als dit wordt vertaald naar Seneca's *Medea*, dan zou dit dus idealiter moeten betekenen dat de toeschouwer bij het zien van een geënceneerde versie van *Medea*, al reflecterend en interpreterend een mogelijke wereld creëert die hem inzichten verschaft in de manier waarop hij zich tot zijn leefwereld verhoudt en hoe hij deze verhouding kan bijsturen. Het hoogst haalbare resultaat kan daarmee gezien worden als het Stoïsche levensdoel van de mens waarbij hij zijn eigen natuur op een harmonieuze wijze in overeenstemming weet te brengen met de allesomvattende natuur (p.5). Doorslaggevend

hiervoor is de geïmpliceerde kijkhouding die door de producent vanuit zijn esthetische instelling in het esthetisch object wordt verwerkt.

Het esthetisch object is 'het geheel van uitingen dat door de theatermakers wordt geproduceerd en door de toeschouwers wordt gerecipiëerd' (Hildebrand, 1999, p.66). Bij een geënceneerde versie van *Medea* gaat het daarbij om de tekst die door één of meerdere personen, eventueel ondersteund door gepresenteerde objecten, aan een publiek wordt gepresenteerd. Deze presentatie vindt plaats in een ruimte die in zekere mate onderscheidbaar is van de ruimte waarin het publiek zich bevindt (Hildebrand, 1999, pp.66/7).⁴⁰ In de esthetische instelling draait het erom dat men de ervaring van de theatrale ontmoeting op een bewuste manier ervaart waardoor de reflectie op deze ervaring van de ervaring wordt aangewakkerd (Hildebrand, 1999, pp.70/1). Vanuit de esthetische instelling construeert de toeschouwer op basis van het esthetisch object, de mogelijke wereld die hem zoals gezegd de mogelijke inzichten moet verschaffen. De theatermaker produceert vanuit de esthetische instelling het esthetisch product, waarin zijn mogelijke wereld zich weerspiegelt. Dit gaat gepaard met een grote verantwoordelijkheid, daar hij door de wijze waarop hij het esthetisch product organiseert niet alleen richting geeft aan het construeren van zijn mogelijke wereld, maar ook aan die van de toeschouwer (Hildebrand, 1999, p.71). Hij stuurt daarmee de kijkrichting van de toeschouwer waardoor er gesproken kan worden van een geïmpliceerde kijkhouding, die vergeleken kan worden met het gezichtspunt in een perspectieftekening (Bleeker, 2002, p.66). In hoeverre deze geïmpliceerde kijkhouding aanstuurt op de gewenste kritische reflectie, wordt voor een groot deel bepaald door de positie die de theatermaker inneemt tegenover de mogelijke wereld. Het is dan ook deze positie die het belangrijkste is voor de vraag hoe Seneca's *Medea* gezien kan worden als een instrument in zijn emotietherapie.

Hildebrand onderscheidt drie verschillende posities die door de theatermaker kunnen worden ingenomen: de dramatische, de epische en de lyrische. Deze posities worden ideaaltypisch aangeduid, maar komen in de praktijk naast elkaar voor, waarbij er sprake is van een dominantieverhouding (Hildebrand, 1999, pp.55/6). In de lyrische positie plaatst de theatermaker zich *in* de mogelijke wereld. Hij construeert daarmee een mogelijke wereld vanuit het perspectief van de deelnemer. Hierbij geeft hij op een eigen wijze uitdrukking aan de ervaringen die hij daarin opdoet en nodigt hij de toeschouwer uit om hem op dit pad te volgen (Hildebrand, 1999, pp.55/6). In de epische positie plaatst de theatermaker zich *buiten* de mogelijke wereld. Hij construeert daarmee een mogelijke wereld vanuit het perspectief

⁴⁰ In principe is het zo dat een voordrachtvoorstelling ook binnen dit concept als een geënceneerde versie kan worden opgevat.

van de waarnemer. De theatermaker presenteert hierbij de mogelijke wereld als een volledig door hem 'doorgrond systeem van met elkaar in verband staande actoren, handelingen en gebeurtenissen' (Hildebrand, 1999, p.56). Hij wil hierbij aan de toeschouwer demonstreren hoe dit systeem functioneert en nodigt de toeschouwer daarbij uit om zich door hem te laten overtuigen 'doordat hij zelf de mogelijke wereld tot object van beschouwing maakt en tot het inzicht komt dat hij het verband tussen de acties en gebeurtenissen in de wereld volkomen doorziet' (Hildebrand, 1999, p.56). Als laatste is er nog de dramatische positie. Hierin *verschuilt* de theatermaker zich achter de mogelijke wereld. Hij construeert hiermee een mogelijke wereld die op zichzelf lijkt te bestaan. De theatermaker is in deze positie niet zichtbaar en dit betekent dat de toeschouwer zelfstandig een standpunt in moet nemen ten opzichte van de gebeurtenissen die zich binnen de mogelijke wereld voltrekken (Hildebrand, 1999, p.57).

Bij de lyrische positie wordt de toeschouwer gevraagd deelgenoot te worden van de ervaringen van Medea. Dit identificatieproces moet voor de gewenste kritische reflectie echter worden tegen gegaan (p.38). Dit maakt deze positie minder geschikt voor de beoogde doelstelling. Bij de dramatische positie is de theatermaker niet zichtbaar en is de toeschouwer op zichzelf aangewezen om een oordeel te vellen over de hem gepresenteerde wereld. Dit wil niet zeggen dat een kritische houding daarbij uitgesloten is, maar zoals Hine en Schiesaro al hebben aangegeven is deze wel moeilijker te realiseren (pp.39-40). De dramatische positie voorziet niet in de gewenste wegwijzer voor de toeschouwer. Bij de epische positie nodigt de theatermaker de toeschouwer uit om zich te laten overtuigen van zijn visie op de mogelijke wereld, waarbij de toeschouwer deze zelf tot object van beschouwing maakt. Het is dan ook deze positie die kan voorzien in de begeleidende functie en die daarmee het meest geschikt is aan te zetten tot de gewenste kritische kijkhouding.

Hildebrand werkt dit hele idee vervolgens uit naar een typologie van theatrale interactie waarin ook nog onderscheid gemaakt kan worden tussen de verschillende functies die de theatermaker kan vervullen – auteur, regisseur en acteur – en de aan deze functies gekoppelde middelen – woord, beeld en spel. Ook bij deze driedelingen is er weer sprake van een samengaan, met daarbinnen een bepaalde dominantieverhouding.⁴¹ Door zo te werk te gaan onderscheidt Hildebrand (1999, p.109) negen verschillende typen van theatrale interactie. Er is bijvoorbeeld het epische auteurstheater met als meest dominante functie de auteur en als middel het woord, het epische regisseurstheater met als meest dominante

⁴¹ Voor een uitgebreide verwerking en verantwoording hiervan verwijs ik in verband met de beperkte omvang van deze scriptie naar het werk van Hildebrand (1999, pp.52-62 over de producenten en pp.81-110 over de typologie).

functie de regisseur en als middel het beeld en het epische acteurstheater met als meest dominante functie de acteur en als middel spel. Ook deze typen moeten weer als ideaaltypisch beschouwd worden, want er zijn allerlei variaties in de verschillende dominantieverhoudingen mogelijk. Van ieder ideaaltype heeft Hildebrand (1999, p.108) voorbeelden beschreven en het prototype daarvan benoemd. Op basis van dit overzicht lijkt een encensering van Seneca's *Medea* die kan dienen als een instrument in zijn emotietherapie het beste benaderd te worden als voorbeeld van het epische auteurstheater. In het episch auteurstheater is zoals hierboven is aangegeven de meest dominante functie van de theatermaker die van auteur – in dit geval Seneca – en het meest dominante middel het woord – hier Seneca's tekst *Medea*. De theatrale interactie is hierbij in hoofdzaak verbaal en de theatermaker manifesteert zich 'in de structurering van de spreekhandelingen' (Hildebrand 1999, p.90). De acteurs richten zich vervolgens als uitvoerders van deze spreekhandelingen rechtstreeks tot de toeschouwers en representeren hiermee de auteur. De acteurs zijn hiermee ondergeschikt aan de auteur. Om de representatie van de auteur door de acteur herkenbaar te maken, moet de toeschouwer worden aangezet om de acteur te zien als teken. Dit moet bewerkstelligd worden vanuit de functie van regisseur, die hiermee ook ondergeschikt is aan die van de auteur. Het is dan ook gebruikelijk dat de functie van regisseur in het episch auteurstheater overgenomen wordt door de auteur. Het prototype hiervan is het zogeheten didactische theater en de meest bekende voorbeelden zijn de theaterstukken die door Bertolt Brecht⁴² zowel geschreven als geregisseerd zijn (Hildebrand, 1999, pp.89-91). Op zich niet verwonderlijk daar eerder is aangegeven (p.41) dat Nussbaum al refereerde aan het episch theater van Brecht. Deze vorm van theater, stelt Nussbaum (1993, pp.144/5,148), leent zich uitstekend voor de didactische doeleinden van het Stoïcisme, daar de illusie regelmatig doorbroken wordt om een kritische houding bij het publiek te stimuleren. Een kritische houding die ook door Seneca wordt afgedwongen volgens Nussbaum (pp.38/9). Maar wat betekent het om Seneca's *Medea* te benaderen als voorbeeld van het epische auteurstheater?

2.5 MEDEA ALS VOORBEELD VAN HET EPISCHE AUTEURSTHEATER

In de epische positie presenteert de theatermaker de mogelijke wereld als een volledig door hem 'doorgrond systeem van met elkaar in verband staande actoren, handelingen en gebeurtenissen' (Hildebrand, 1999, p.56). Het theoretisch concept dat ten grondslag ligt aan dit doorgronde wereldsysteem, staat centraal in de communicatie van de theatermaker met

⁴² Brecht is een Duitse theatervernieuwer die halverwege de jaren twintig (20^e eeuw) het episch theater ontwikkelde. Een theatervorm die de toeschouwer wilde aanzetten tot een actieve kritische kijkhouding in plaats van de passieve houding van het dramatische theater (Brecht, 1963, p.55).

het publiek. Hij probeert met zijn voorstelling de toeschouwer hiervan te overtuigen met als doel dat deze 'zelf de mogelijke wereld tot object van beschouwing maakt en tot het inzicht komt dat hij het verband tussen de acties en gebeurtenissen in de wereld volkomen doorziet' (Hildebrand, 1999, p.56). De theatermaker gaat er daarbij vanuit dat het theater een geschikt middel is om de toeschouwer iets te leren, het prototype van het episch auteurs theater is immers het didactische theater. Dit sluit aan bij de wijze waarop Seneca refereert aan theater in *Brief* 108. Hierin geeft hij aan dat theatrale prikkelingen goede eigenschappen in de geest losmaken en mogelijkheden biedt om de juiste ideeën dieper in de geest te verankeren (p.35).

Zoals gezegd staat in de communicatie met het publiek een theoretisch concept centraal. Hildebrand (1999, p.89) geeft hierbij het voorbeeld van Brecht die gebruik maakt van de theorie van het Marxisme en het middeleeuwse theater dat gebruikt maakt van de christelijke heilsleer.⁴³ Als Seneca de intentie had om zijn *Medea* te gebruiken als een instrument in zijn emotietherapie, dan zal hij hiervoor gebruik hebben moeten maken van zijn emotietheorie en aan de toeschouwers demonstreren hoe deze theorie werkt. Seneca's emotietheorie is gegrond in het Stoïsche uitgangspunt waarin de mens met behulp van de rede zijn plaats binnen de allesomvattende natuur moet zien te doorgronden (pp.4/5). Dit betekent dat bij een demonstratie van de emotietheorie de kritiek van Hine dat dit Stoïsche uitgangspunt ontbreekt (p.39), wordt ondervangen. Om ervoor te zorgen dat het publiek het theoretisch concept in het esthetisch object kan herkennen, moet het epische auteurs theater de toeschouwer ertoe aanzetten om alle middelen te zien als tekens. Dit betekent voor de acteurs 'dat zij hun rollen als het ware demonstreren'. Zij brengen hiervoor onderscheid aan tussen de interne communicatie, die tussen de personages onderling, en de externe communicatie, die met het publiek (Hildebrand, 1999, p.89). Dit betekent dat opnieuw een kritiek, in dit geval die van Schiesaro over de mogelijkheid tot sympathiseren met *Medea* (pp.39/40), op losse schroeven komt te staan. Een laatste belangrijk kenmerk van het episch auteurs theater is dat de maker zich bij het demonstreren van zijn theorie rechtstreeks tot het publiek richt. Hiervoor kan er gebruik gemaakt worden van een vertellersrol, een proloog en epiloog, een monoloog of bijvoorbeeld een lied (Hildebrand, 1999, p.89). Hiermee kan de belangrijkste kritiek van zowel Hine als Schiesaro ondervangen worden, daar zij van mening waren dat expliciete filosofische begeleiding bij het interpreteren van de tragedie ontbreekt en dat volgens Schiesaro de auteur onzichtbaar is (p.40). Tijd om te kijken hoe Seneca zijn theorie aan de toeschouwer demonstreert en hoe hij daarbij stuurt in het oppakken van de juiste inzichten.

⁴³ Volgens Hildebrand (1999, p.82) laat ieder concreet historisch verschijnsel van theater zich als een specifieke vorm van theatrale interactie karakteriseren.

Seneca opent zijn *Medea* met een monoloog van Medea. Medea maakt hierin duidelijk dat haar groot onrecht is aangedaan. Haar man Jason, de vader van haar kinderen, heeft haar verlaten voor een andere vrouw. Medea vraagt de goden haar bij te staan in het vereffenen van het haar aangedane onrecht en zij spreekt zichzelf toe in dat wat er volgens haar als reactie van haar verwacht wordt.

Een zwaardere wrok moet rijzen,
grotere misdaden passen bij mijn moederschap.
Wapen jezelf met woede, bereid je voor op wraak
met alle razernij. (*Medea* 49-52)

In deze monoloog zijn direct de belangrijkste kenmerken van de emotie woede te herkennen zoals Seneca die beschrijft in zijn emotietheorie. Woede wordt gekenmerkt door de overtuiging dat er onrecht is geschied en dat de verantwoordelijke hiervoor gestraft moet worden (p.11). Een overtuiging die, zoals deze is beschreven in het emotieproces, bestaat uit twee soorten oordelen (pp.19/20). In het eerste oordeel is er sprake van onrecht. Medea geeft aan dat haar haar man, de vader van haar kinderen, is ontnomen en zij ziet dit als een kwaad. In het tweede oordeel gaat het erom wat een gepaste reactie is op dit ervaren kwaad. Voor Medea is dat, passend bij haar moederschap, een zwaar aangezette wraak die gekenmerkt wordt door grote misdaden. Door zijn voorstelling te openen met deze monoloog richt Seneca direct de aandacht van het publiek op Medea en haar woede. Wat kenmerkend is voor woede wordt ook aan het publiek gepresenteerd. Dat de oordelen die in het tot stand komen van woede gezien moeten worden als verkeerde waardeoordelen komt echter nog niet aan de orde. Het publiek wordt nog niet begeleid in wat zij van Medea en haar woede moet vinden. Door Medea niet tegen het publiek te laten spreken, maar tegen de goden en tegen zichzelf, wordt er in ieder geval niet direct sympathie opgewekt voor Medea. Dit lijkt al in de tekst gesuggereerd te worden, maar kan in een opvoering door bijvoorbeeld gebruik te maken van demonstratief spel versterkt worden.

Dat het niet voor de hand ligt om te sympathiseren met Medea, wordt duidelijk als na haar monoloog het koor ten tonele verschijnt. Het koor vervult in de tragedie doorgaans een mediërende functie richting het publiek waarbij zij de interpretatie van het publiek kan sturen. Het koor bidt in deze passage tot de goden voor het nieuwe huwelijk van Jason, prijst Jason gelukkig dat hij gered is van de barbaarse vrouw Medea (*Medea*, 102-104) en spreekt de hoop uit dat Medea in duistere stilte vertrekt (115). Het koor sympathiseert duidelijk niet met

Medea, maar neemt een kritische houding in tegenover haar en verleidt daarmee ook het publiek om dit te doen.⁴⁴

Direct nadat het koor is uitgesproken krijgt Medea weer het woord. Sprak zij de eerste keer tot de goden en tot zichzelf, dit keer richt zij zich tot het publiek:

Zo'n grote misdaad kan ik bijna niet geloven.

Kon Jason in zijn hardheid mij beroven van
mijn vader, land en troon en dan in vreemd gebied
mij eenzaam achterlaten? (117-120)

[...]

Mijn razernij sleept mij, onzeker en verward,
in alle richtingen. Waarmee kan ik mij wreken?

O had hij maar een broer! Hij heeft een vrouw: in haar
drijf ik mijn zwaard. Is dat voldoende voor mijn leed? (123-126)

Nadat Seneca met behulp van het koor de toeschouwers tot een kritische kijkhouding heeft verleid, laat hij Medea een aantal vragen op hen afvuren. Vragen waarvan hij wil dat ze daar over nadenken. Is er daadwerkelijk sprake van een misdaad als iemand zijn vader, zijn land en zijn echtgenoot kwijtraakt? Kan een vermeende wraak actie opwegen tegen verondersteld leed? Is het überhaupt gepast om aan wraak te denken en deze zo openlijk ten toon te spreiden? Medea geeft zelf aan dat zij meegesleept wordt door haar razernij en dat zij onzeker en verward is. Moet iemand die zo spreekt serieus genomen worden? Vragen die doen denken aan Epictetus commentaar op Medea en die door Hine worden gemist in het werk van Seneca (pp.37-39). Seneca heeft geen regieaanwijzingen geschreven of althans aan ons nagelaten. Het is niet duidelijk of Medea in haar eentje op het toneel staat of dat het koor mogelijk op de achtergrond haar net als het publiek aanhoort. In een encensering zou hiervoor gekozen kunnen worden, waarmee door middel van fysieke reacties op de uitspraken van Medea, de reacties van het publiek gestuurd worden. De gepaste reactie zou als een spiegel aan het publiek kunnen worden voorgehouden (p.33).

In het vervolg probeert de voedster Medea op andere gedachten te brengen.

Beheers je woorden, dwaas, stop met die dreigementen,
wees niet hoogmoedig, maar weet je aan te passen. (*Medea* 174/5).

Medea slaat echter haar adviezen in de wind. Uit de woorden van de voedster spreekt dat zij begaan is met Medea, zij veroordeelt Medea niet en blijft onophoudelijk proberen haar tot andere gedachten te bewegen. In die zin lijkt zij iets weg te hebben van de door Seneca

⁴⁴ Vergelijk Nussbaum zoals besproken op pp.38/9.

beschreven wijze die altijd zal proberen iemand die een fout maakt te corrigeren, zoals een arts een patiënt probeert te genezen (p.14). De voedster krijgt bovendien een belangrijke functie in de directe communicatie naar het publiek als het gaat om het inzichtelijk maken van de weerzinwekkendheid en schadelijkheid van woede. Inzichten die een belangrijke rol spelen in Seneca's emotietherapie en waarvoor men te rade kon gaan bij dichters (p.26/7). Een voorbeeld dat Seneca zelf in de praktijk brengt door de voedster de volgende woorden te laten uitspreken:

zo loopt zij heen en weer in razende beweging
met een gezicht dat sporen van acute waanzin toont:
het staat in vuur en vlam, zij hijgt met diepe zuchten,
schreeuwt luid, maakt met een tranenstroom haar ogen nat,
dan lacht zij stralend, toont een veelheid aan gevoel.
Zij dreigt en aarzelt, slingert heen en weer, klaagt, zucht.
Wat zal de doorslag geven, haar dreigementen richten?
Waar zal die golf zich breken? Haar razernij stroomt over.
Niet simpel of gematigd is wat zij beraamt.
Zij zal zich overtreffen. Ik ken haar oude woede.

Er dreigt iets groots, een woeste, monsterlijke wandaad. (385-395)

De gelijkenis met Seneca's beschrijving van de gruwelijke vertoning van woede met die in *Woede* is zo opvallend (p.10), dat het moeilijk wordt om hier, zoals Schiesaro doet, te beweren dat de auteur onzichtbaar is en niet zijn verantwoordelijkheid als filosofische leraar op zich neemt (p.40). Seneca spreekt hier zelf, in de rol van voedster,⁴⁵ het publiek aan om hen te overtuigen van de idee dat woede weerzinwekkendheid is en monsterlijke gevolgen kan hebben. Door dit ook nog op een tot een verbeelding sprekende manier te laten spelen, zullen de uitgesproken woorden versterkt kunnen worden. Het oordeel dat een woedende reactie gepast kan zijn, wordt hier dus expliciet door Seneca ontmoedigd.

Dit doet Seneca opnieuw door verderop in het stuk met behulp van de tekst van het koor het publiek nog verder te overtuigen van de schadelijkheid van woede:

Geen geweld van vuur of gezwollen windkracht
noch geduchte zwaai van een lans is zo groot
als wanneer een vrouw door haar man verlaten
brandende haat voelt (579-582)

In de hierop volgende strofes worden de schadelijke gevolgen van woede op een beeldende wijze vergeleken met natuurrampen die net als woede onbeheersbaar zijn als ze eenmaal

⁴⁵ Meer naar het eind van het stuk herhaalt Seneca dit nog een keer door het koor vergelijkbare beschrijvingen van woede in de mond te leggen (*Medea*, 849-869).

zijn losgebarsten. Deze onbeheersbaarheid maakt woede des te schadelijker. Een belangrijk inzicht waarvan Seneca de mensen wil overtuigen, zodat zij niet in de lijn van Aristoteles denken dat een gematigde vorm van woede nuttig kan zijn (pp.12/3).

Blind is liefdesvuur dat in woede kracht vindt,
niet aan beheersing denkt en geen teugels duldt,
het vreest geen dood, wil op de zwaarden afgaan,
vervuld van verlangen. (591-594)

Via de voedster en het koor richt Seneca zich dus rechtstreeks tot het publiek om de heersende sociale conventie van de gepastheid van de emotie woede te ontcrachten.⁴⁶ Hiermee versterkt hij de kritische distantie van de toeschouwer die hij al eerder met het koor heeft ingezet. Er is al even genoemd dat hij ook Medea rechtstreeks tegen het publiek laat spreken over het onrecht dat haar is aangedaan en de mogelijk gepaste wraakacties. Vragen die de toeschouwer uitnodigden om hierop te reflecteren. Na de aandacht te hebben gericht op de weerzinwekkendheid en de schadelijkheid van woede, geeft Seneca Medea aan het eind van het stuk nog één keer een grote monoloog. In deze laatste monoloog – waarin vergelijkbare elementen zitten als in de slotmonoloog van Euripides die door Chrysippus is gebruikt om zowel de rationaliteit als de irrationaliteit van woede te illustreren (p.36) – wordt het publiek deelgenoot gemaakt van Medea's complexe psychologische proces dat voorafgaat aan de gruwelijke voltooiing van haar wraakactie.

Nu ben ik Medea: mijn aanleg is door kwaad volgroeid. (910)
[...]
Van binnen heeft mijn hart
tot iets verschrikkelijks besloten, maar durft nog niet
het te bekennen aan zichzelf. (917-919)

Uit deze tekst wordt duidelijk dat Medea zich zeer goed bewust is van het rationele en tegelijk irrationele – in de zin van dat zij de rede de rug toekeert – en onnatuurlijke karakter van haar besluit om uit wraak haar eigen kinderen te vermoorden. Het lijkt er zelfs op dat zij ondanks haar besluit toch steeds weer gaat twijfelen. Zij spreekt in het vervolg op bovenstaande tekst over een huivering die haar hart treft, de moeder die de echtgenote verjaagt, de kinderen die als enige misdaad hebben dat zij Jason als vader en Medea als moeder hebben. Zij geeft aan heen en weer gesleept te worden tussen woede en liefde en vice versa. Het lijkt erop alsof er zich steeds momenten voordoen waarop zij zichzelf herpakt en bij kan sturen. Gaandeweg wordt echter duidelijk dat zij dit hele proces niet meer onder controle heeft.

⁴⁶ Zoals we hebben gezien is dit een belangrijk element in de emotietherapie (pp.25-28).

De wraakgodin van vroeger grijpt

mijn hand tegen mijn zin. De woede mag mij leiden. (952-953)

Net als Chrysippus laat Seneca zien dat een emotie ontspringt aan een beredeneerde keuze, maar net als het bewust ingezette rennen van een helling, voorziet dit proces in zijn eigen voortgang als het eenmaal begonnen is en kan iemand zichzelf niet meer stoppen (p.36). Door inzicht te geven in dit complexe emotieproces en de waanzinnigheid en onbeheersbaarheid van haar relaas te versterken met spel en het ook nog te voorzien van de zichtbare niet instemmende reacties van het koor, toont Seneca's *Medea* het leven van iemand die de voor haar weggelegde rol op een hele slechte manier speelt (vgl. Staley, 2010, p.125). Zij slaagt er niet in om met behulp van de goddelijke vonk die haar gegeven is, de rede, haar eigen leven in overeenstemming te brengen met de allesomvattende natuur. Medea slaagt er hiermee niet in om haar levensdoel te bereiken (p.5). Maar door dit inzichtelijk te maken voor de toeschouwers, krijgen zij de kans om dit tot onderdeel te maken van hun zelfevaluaties en krijgen zij de kans om zich op dit soort situaties voor te bereiden (p.31,33). Of om met de woorden van Malou Gorter, de vertolkster van Medea in een hedendaagse uitvoering die in de inleiding is aangehaald (p.2), te spreken: 'Hoe meer begrip, hoe groter de kans het te voorkomen'.

Door Seneca's *Medea* te benaderen als een voorbeeld van het epische auteurstheater kan zij gezien worden als een *Medea* die de aard van woede inzichtelijk maakt en ter discussie stelt. Hierdoor worden mensen al kijkend uitgedaagd tot de nodige reflectie en kunnen zij zich zodoende voorbereiden op wat hen in dit leven kan overkomen. Hierbij zullen zij door de demonstraties in zowel woord, beeld als spel van de wanstaltigheid en schadelijkheid van woede beseffen dat een 'gepaste' emotionele reactie niet bestaat. Seneca's *Medea* kan op deze wijze dus beschouwd worden als een instrument in zijn emotietherapie en ligt daarmee in het verlengde van zijn filosofische werk waarin hij zichzelf en anderen aanspoort tot de Stoïsche levenskunst.

Medea kan haar woede
en liefde niet beteugelen;
haar woede en liefde verenigd
wat zal het resultaat zijn?
(*Medea*, 866-869)

3. CONCLUSIE

In deze scriptie is onderzocht in hoeverre het mogelijk is om op grond van Seneca's ideeën over emoties – in het bijzonder woede – en zijn opvatting van zijn taak als filosoof zijn tragedie *Medea* te begrijpen als een instrument in het streven naar *apatheia* en daarmee in het onderwijzen van de Stoïsche levenskunst. Het doel daarbij was om inzichtelijk te krijgen hoe zijn filosofische werk en zijn *Medea* zich tot elkaar verhouden. Hierbij is de hoop uitgesproken dat er voldoende aanknopingspunten verzameld zouden worden op grond waarvan het bezoeken van een tragedie als *Medea* een bijdrage kan leveren aan de manier waarop iemand zichzelf begrijpt en zijn positie in de wereld?

Om een antwoord te vinden op de hoofdvraag is eerst de emotietheorie van Seneca onderzocht (Hfdst.1.1). Seneca laat hierin zien waarom woede vermeden dient te worden. De symptomen ervan doen denken aan iemand die krankzinnig is en zijn weerzinwekkend. Woede gaat bovendien vanwege haar onbeheersbaarheid gepaard met rampzalige gevolgen. Seneca omschrijft woede als de overtuiging dat er onrecht is geschied en dat de verantwoordelijke hiervoor gestraft moet worden. Seneca's omschrijving van woede lijkt sterk op die van Aristoteles, maar hij verzet zich tegen Aristoteles' idee dat woede gezien kan worden als iets nuttigs.

Een emotie komt tot stand doordat men aan een eerste indruk, een eerste gemoedsbeweging die een mens overkomt, onjuiste waardeoordelen toekent. Het gaat hierbij om twee typen oordelen (pp.19/20). Bij het eerste type oordeel is iemand ervan overtuigd dat zijn welzijn afhankelijk is van zaken die moreel indifferent zijn. Als deze zaken hem dan worden ontnomen en hij ziet dat als een kwaad, dan volgt het tweede type oordeel waarbij hij vaststelt dat het gepast is om op een bepaalde manier te reageren. In het geval van woede moet aangedaan onrecht gevolgd worden door wraak. De fase van de verschillende oordelen noemt Seneca de tweede gemoedsbeweging en als men daarin het cruciale oordeel van type twee velt, belandt men in de derde gemoedsbeweging. In deze

fase is men niet meer voor rede vatbaar en krijgt de woede zijn irrationele, oncontroleerbare, wanstaltige en vernietigende karakter. In deze fase is er geen weg meer terug, vandaar dat een emotie nooit als nuttig mag worden gezien en te allen tijde moet worden vermeden (Hfdst.1.2).

Daar de mens op de eerste gemoedsbeweging geen invloed heeft en in de derde gemoedsbeweging niet meer voor rede vatbaar is, richt Seneca zich in zijn emotietherapie op de tweede gemoedsbeweging (Hfdst.1.3). Daar moet men zaken op de juiste waarde kunnen inschatten en zich niet laten verleiden tot een vermeende gepaste reactie. Om dit zo goed mogelijk te kunnen is het allereerst nodig om in te zien dat die vermeende gepaste reacties onjuiste sociale conventies zijn (Hfdst.1.3.2). Dit is mogelijk door de wanstaltigheid en schadelijkheid van een emotie inzichtelijk te maken. Hierbij kunnen kunstuitingen, waaronder tragedies, een rol spelen. Nog mooier is het als mensen door inzichten in hun eigen natuurlijke aanleg en de hen omringende allesomvattende natuur voorbereid zijn op wat hen in het leven kan gebeuren (Hfdst.1.3.3). Dit kan bewerkstelligd worden door preventieve meditatie en zelfevaluatie, waarbij men voor het ondersteunen van de eigen verbeelding of het zich spiegelen aan het gedrag van anderen, eveneens gebruik kan maken van de tragedie.

In het tweede deel van deze scriptie is onderzocht in hoeverre het mogelijk is om te veronderstellen dat Seneca bij het schrijven van zijn *Medea* hiervoor een instrumentele rol binnen zijn emotietherapie voor ogen had. Vervolgens is bekeken in hoeverre deze rol concreet is vormgegeven in *Medea* en onder welke voorwaarde zij het best tot haar recht komt. Seneca ziet filosofie als een levenskunst waarbij men zich toelegt op de wijsheid die noodzakelijk is om gelukkig te worden (pp.6/7). Hij bouwt hiermee voort op het gedachtegoed van zijn Stoïsche voorgangers en ziet het als zijn taak om hun werk voor te zetten, uit te breiden en waar mogelijk nieuwe efficiëntere wegen in te slaan. In het ondersteunen en inzichtelijk maken van hun filosofische ideeën maken de Stoïcijnen gebruik van onder andere het werk van tragedieschrijvers. Zo is Euripides' *Medea* gebruikt als vehikel om de schadelijkheid, de weerzinwekkendheid en het rationele irrationele proces van woede inzichtelijk te maken. In dit licht kan het ontwikkelen van Seneca's eigen tragedie *Medea* gezien worden als een eigen directere weg om het filosofische gedachtegoed uit te dragen en inzichtelijk te maken (Hfdst.2.1).

De belangrijkste kritiek op grond waarvan *Medea* volgens sommigen niet gezien kan worden als een verlengstuk van Seneca's filosofische werk, wordt gevormd door het gegeven dat in een tragedie de expliciete filosofische begeleiding ontbreekt. Er zou geen sturing worden

gegeven aan de lessen die uit *Medea* kunnen worden afgeleid (Hfdst.2.2). In die benaderingen werd *Medea* echter vooral als tekst behandeld, terwijl zij een tragedie is. Een tragedie waarvan verondersteld mag worden dat zij het meest tot haar recht komt als zij in een geënceneerde versie wordt gepresenteerd aan een publiek. Door *Medea* te benaderen vanuit de theorie van theatrale interactie is onderzocht hoe de theatermakers sturing kunnen geven aan de waarneming en de reflectie van de toeschouwer door een geïmpliceerde kijkhouding te construeren (Hfdst.2.3&4).

Medea kan binnen deze theorie gezien worden als een vorm van episch auteurstheater (Hfdst.2.5). Het prototype hiervan is het didactische theater waarbij een theoretisch concept, in dit geval de emotietheorie, centraal staat. De makers willen de toeschouwers van dit concept overtuigen. In *Medea* betekent dit de presentatie van de emotie woede zoals zij ook door Seneca in *Woede* wordt omschreven. Dit komt overeen daar Medea meent dat haar door het overspel van Jason onrecht is aangedaan dat moet worden gewroken. Een ander belangrijk kenmerk van het didactisch theater is dat de maker zich direct tot het publiek richt. In *Medea* wordt het publiek door zowel de voedster als het koor rechtstreeks gewezen op de weerzinwekkendheid en schadelijkheid van woede. Door deze rollen als zijn spreekbuis te laten fungeren, vervult Seneca zijn rol als filosofische begeleider (pp.50/1). In een opvoering kunnen deze zaken bovendien versterkt worden door het spel.

In de monologen van Medea waarin inzichten worden getoond als het gaat om de aard van woede en de onjuiste waardeoordelen, is de begeleidende rol minder expliciet aanwezig. Door het inzichtelijk maken van de weerzinwekkendheid en de schadelijkheid wordt echter een kritische distantie opgebouwd en deze wordt versterkt doordat het koor niet met Medea sympathiseert. Door hier bovendien gebruik te maken van de toeschouwersfunctie van het koor waarmee de echte toeschouwer in het theater een spiegel van reacties kan worden voorgehouden, kan de kritische reflecterende houding versterkt worden en wordt het niet direct aanwezig zijn van de filosofische gids ondervangen (pp.51/2).

Door *Medea* op deze wijze vorm te geven, krijgt Seneca de kans om Medea te presenteren als iemand die de voor haar weggelegde rol op een slechte manier speelt. Medea slaagt er niet in om met behulp van de gegeven goddelijke vonk, de rede, haar eigen leven in overeenstemming te brengen met de allesomvattende natuur. Medea bereikt daarmee niet haar levensdoel. Door dit echter inzichtelijk te maken voor de toeschouwers, krijgen zij de kans om dit tot onderdeel te maken van hun zelfevaluatie, om zich op dit soort situaties voor te bereiden en om in te zien dat de emotie woede te allen tijde ongepast is (p.52).

Door Seneca's *Medea* te benaderen als een vorm van episch auteurstheater voorziet zij in de mogelijkheden om als instrument te dienen in het streven naar *apatheia* en daarmee in het onderwijzen van de Stoïsche levenskunst. En hiermee kan het bezoeken van de tragedie *Medea* een bijdrage leveren aan de manier waarop iemand zichzelf begrijpt en hoe hij zichzelf moet zien binnen de hem omringende wereld.

Of bovenstaande voor iedere tragedie van Seneca opgaat, kan mogelijk worden vastgesteld op basis van vervolgonderzoek. Daarbij zou het interessant kunnen zijn om alle tragedies vanuit de theorie van theatrale interactie te belichten – en dan op een veel vollediger manier dan waarvoor hier ruimte en tijd beschikbaar was – om zodoende tot een mogelijke poëtica van Seneca te komen. Een poëtica waarin richtlijnen worden gegeven voor het vormgeven van een tragedie die kan dienen als instrument in het onderwijzen van de Stoïsche levenskunst. Een levenskunst waarin men zijn eigenwaarde niet buiten zichzelf zoekt, maar in zichzelf.

LITERATUUROPGAVE:

Primaire teksten:

Aristoteles. *Poëtica*. Vertaald en toegelicht door N. van der Ben en J.M. Bremer. Amsterdam: Athenaeum – Polak & Van Gennep, 1999.

Aristoteles. *Ethica Nicomachea*. Vertaald, ingeleid en van aantekeningen voorzien door Christine Pannier en Jean Verhaeghe. Groningen: Historische Uitgeverij, 2009.

Brecht, Bertolt. "Vergnügungstheater oder Lehrtheater?" In *Schriften zum Theater 3*, Bertolt Brecht, 51-65. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag, 1963.

Epictetus. *Discourses, book 1*. Translated by Robbert F. Dobbin. Oxford: Clarendon Press, 1998.

Plato. *Politeia*. Vertaald door Hans Warren en Mario Molegraaf. Amsterdam: Uitgeverij Bert Bakker, 2012. (Verzameld werk II)

Seneca, Lucius Annaeus. *Dialogen*. Inleiding, vertaling en aantekeningen door Tjitte H. Janssen. Amsterdam: Boom, 2006.

Seneca, Lucius Annaeus. *Brieven aan Lucilius*. Vertaald, ingeleid en van aantekeningen voorzien door Cornelis Verhoeven. Baarn: Ambo, 1980.

Seneca, Lucius Annaeus. *Medea*. With an Introduction, Text, Translation and Commentary by H.M. Hine. Warminster: Aris & Phillips LTD, 2000.

Seneca, Lucius Annaeus. *Medea*. Vertaald en ingeleid door Piet Schrijvers. Groningen: Historische Uitgeverij, 2013.

Secundaire teksten:

Armisen-Marchetti, Mireille. "Imagination and Meditation in Seneca: The Example of *Praemeditatio*." In *Seneca*, edited by John G. Fitch, 102-113. Oxford: University Press, 2008.

Bleeker, Maaïke. "Do you see what I mean? Theater-kijken ontleed." In *Danswetenschap in Nederland-deel 2*, onder redactie van M. van der Linden, P. Eversmann, A. Krans, 63-71. Amsterdam: Nederlandse vereniging voor dansonderzoek, 2002.

Fitch, John G. (ed.) *Seneca*. Oxford: University Press, 2008.

Gill, Christopher. "Did Chrysippus understand Medea?" *Phronesis*; Jan1, 1983; 28, 136-149.

Graver, M.E. *Stoicism and Emotion*. Chicago: University Press, 2007.

Halliwel Stephen. "Pleasure, Understanding, and Emotion in Aristotle's Poetics." In *Essays on Aristotle's Poetics*, edited by Amélie Oksenberg Rorty Princeton, 241-260. Princeton: University Press, 1992.

Hildebrand, W.J., *Theorie van theatrale interactie*. Amsterdam: THELA THESIS, 1999.

Hine, H.M. "Introduction." In *Medea*, Seneca, Lucius Annaeus, with an Introduction, Text, Translation and Commentary by H.M. Hine, 1-44. Warminster: Aris & Phillips LTD, 2000.

Inwood, Brad. *Ethics and Human Action in Early Stoicism*. Oxford: Clarendon Press, 1985.

Jong, Anneriek de. "Theater van Opzïj; Medea", 01-02-2009, <http://www.opzïj.nl/nl/artikel/37716/theater-van-opzïj.html> (Geraadpleegd op 29-02-2016).

Konstan, David. "Senecan Emotions." In *The Cambridge Companion to Seneca*, edited by Shadi Bartsch, Alessandro Schiesaro, 174-184. Cambridge: University Press, 2015.

Long, A.A. 'Stoa and Sceptical Academy: Origins and Growth of a Tradition,' *Liverpool Classical Monthly* 5.8, 1980, 161-174.

Long, A.A. and Sedley, D.N. *The Hellenistic philosophers. Volume I, Translations of the principal sources with philosophical commentary*. Cambridge: University Press, 1987.

Nussbaum, Martha C. "Tragedy and Self-sufficiency: Plato and Aristotle on Fear and Pity." In *Essays on Aristotle's Poetics*, edited by Amélie Oksenberg Rorty, 261-290. Princeton: Princeton University Press, 1992.

Nussbaum, Martha C. "Poetry and the passions: two Stoic views." In *Passions & Perceptions. Studies in Hellenistic Philosophy of Mind*, edited by Jacques Brunschwig and Martha C. Nussbaum, 97-149. Cambridge: University Press, 1993.

Nussbaum, Martha C. *The Therapy of Desire: Theory and Practice in Hellenistic Ethics*. Princeton, New Jersey: Princeton University Press, 1994.

Schiesaro, Alessandro. *The Passions in Play: Thyestes and the Dynamics of Senecan Drama*. Cambridge: University Press, 2003.

Sorabji, Richard. *Emotion and peace of mind: from Stoics agitation to Christian temptation*. Oxford: Oxford University Press, 2000.

Staley, Gregory A. *Seneca and the Idea of Tragedy*. Oxford: Oxford University Press, 2010.

Tieleman, Teunis Lambertus. *Chrysippus' On Affections: reconstruction and interpretation*. Leiden: Brill, 2003.

Tieleman, Teunis Lambertus. "Sénèque et les prépassions." In V. Laurand, F. Prost, E. Malaspina, eds. *Le De ira de Sénèque*, Beiträge zur Altertumskunde (Berlin-New York: De Gruyter 2016).

Trinacty Christopher. "Senecan Tragedy." In *The Cambridge Companion to Seneca*. edited by Shadi Bartsch, Alessandro Schiesaro, 29-40. Cambridge: University Press, 2015.

Vervaart, Karin. "Het komt voor dat ik na de voorstelling moet huilen." *Volkskrant*, (datum onbekend) januari 2009. http://dashboard.nnt.nl/data/interview-volkskrant_5.jpg, (Geraadpleegd op 19-03-2016).