

Hier word je het gelukkigst

(1) In *Alice in Wonderland*¹⁾ neemt de Rode Koningin de heldin Alice op een bepaald moment bij de hand. Ze beginnen te rennen, terwijl de koningin roept: “Sneller! Sneller!” Als Alice helemaal buiten adem is, komen ze tot stilstand en blazen ze even uit. Maar tot Alice’ verbazing bevinden ze zich nog steeds op dezelfde plek. Natuurlijk, zegt de Rode Koningin, wat had je verwacht? Dus legt Alice uit dat, waar zij vandaan komt, je elders belandt als je hard blijft lopen in dezelfde richting. “Dat is nogal een traag land!”, zei de Koningin. “Want hier moet je zo hard lopen als je kunt, gewoon om op dezelfde plaats te blijven.”

(2) De laatste twee eeuwen heeft de mensheid een enorme vooruitgangsspurts meegemaakt. Nog nooit leefden we zo veilig, welvarend en gezond als vandaag. Maar zijn we ook ergens aanbeland, of bleven we maar ter plaatse trappelen? Levert al die luxe en welvaart ons iets op? Het is de vraag die op de lippen van elke cultuurpessimist bestorven ligt.

(3) De econoom Richard Easterlin publiceerde in 1974 een berucht artikel dat de kniesoren gelijk leek te geven. Hij vroeg aan mensen in verschillende landen en uit verschillende lagen van de bevolking hoe gelukkig ze zich precies voelden. Wat bleek? Mensen uit rijke landen zijn niet gelukkiger dan mensen in arme landen. Binnen een bepaald land zijn rijkelui weliswaar gelukkiger dan armen, maar tussen landen verdwijnt dat verband tussen welvaart en geluk. Die bevinding heet sindsdien de

Easterlin-paradox.

(4) De cultuurpessimisten hebben een verklaring voor die stilstand, die je de relativiteitstheorie van geluk kunt noemen. Geluk is het verschil tussen je verwachtingen en je werkelijke toestand. En hoe meer je hebt, hoe meer je begint te verwachten. Dus uiteindelijk blijft je gelukspeil min of meer constant. Dat staat bekend als de ‘hedonistische tredmolen’ (*hēdonē*: genot, geluk). Meer geld en spullen krikken ons gelukspeil op, maar het effect is slechts tijdelijk. Bovendien worden onze verwachtingen ook bepaald door wat we rondom ons zien.

(5) Hoe gelukkig je je voelt, hangt af van je status binnen je groep. Als dat klopt, dan moet het geluk in een samenleving altijd ongeveer constant blijven. Als iedereen er tegelijk op vooruitgaat, dan blijven we allemaal even gelukkig.

(6) De vloed tilt alle schepen omhoog, zoals J.F. Kennedy²⁾ ooit zei. Maar aan boord is daar weinig van te merken. Mensen kunnen van positie wisselen in de sociale rangorde, maar dan gaat het geluk van de een ten koste van het ongeluk van de ander. Economen noemen zo’n situatie een nulsomspel. En zo wordt de vaart der volkeren helemaal tenietgedaan.

(7) Er is wel één probleem. De Easterlin-paradox bestaat niet. Aan Easterlins studie mankeerde nogal wat. Niet alleen waren zijn data beperkt tot Japan en de VS, maar de vraag die hij aan mensen voorlegde, was niet altijd dezelfde, waardoor hij

85 appels met peren vergeleek. Maar
wetenschap gaat vooruit. Inmiddels
is er een bloeiende discipline, geluks-
studies, die al verfijndere meet-
methodes voor geluksbevragingen
90 heeft ontwikkeld. Daardoor beschik-
ken we nu over meer betrouwbare en
uitgebreide data, verzameld over een
grotere tijdsspanne.

(8) En die data laten weinig ruimte
95 voor twijfel: Easterlin zat ernaast. Er
is wél een verband tussen materiële
welvaart en geluk, zowel binnen als
tussen landen. Dat effect zie je ook
door de tijd heen. De *World Values*
100 *Survey*³⁾, die de evolutie van geluks-
metingen in honderd landen in kaart
brengt, toont aan dat mensen in de
meeste onderzochte landen geluk-
kiger zijn geworden. En jawel, die
105 stijging houdt verband met economi-
sche groei. Hoe je het ook wendt of
keert, geld maakt wél gelukkig.

(9) Weg dus met de relativiteits-
theorie van geluk? Niet helemaal. Ze
110 klopt ten dele, maar vertelt slechts
een deel van het verhaal. Niet alles
in het leven draait om verwachtingen
en sociale vergelijkingen. De mens is
nog steeds een biologisch organisme
115 met bepaalde lichamelijke en fysieke
behoeften. Als die behoeften bevred-
igd zijn, voelen we ons goed, en
anders niet. De hedonistische tred-
molen bestaat, zeker als het om ma-
120 teriële weelde gaat, maar hij doet
slechts een deel van de vooruitgang
teniet.

(10) Wat wel klopt, is dat vermeer-
derde welvaart op den duur niet meer
125 voor vermeerderd geluk zorgt. Eco-
nomen noemen dat de wet van de
dalende meeropbrengst. Geld maakt
gelukkig, maar dan vooral als je er
nog niet veel van had. Een armoe-
130 zaaier die een briefje van 100 euro
op straat vindt, zal dolgelukkig zijn.

Een miljonair haalt er de schouders
bij op. Boven een bepaalde drempel
levert rijkdom nauwelijks nog geluks-
135 winst op. Elon Musk⁴⁾ kan maar in
één auto tegelijk rijden. En als hij zijn
kapitaal ziet verdubbelen, wordt hij
(uiteraard) niet plots dubbel zo
gelukkig.

140 **(11)** En hoe zit dat met sociale verge-
lijkingen? Sommige zaken die ons
gelukkig maken, lenen zich beter tot
vergelijkingen dan andere, en worden
dus ook sterker beïnvloed door wat
145 we rondom ons zien. Precies daarom
is rijkdom bij uitstek een domein voor
afgunst, naijver en sociale compe-
titie. De dikte van portefeuilles kun je
meten, en het merk van je auto is
150 zichtbaar voor iedereen. Maar geluk
draait niet alleen om materiële rijk-
dom, en niet alles draait om sociale
vergelijkingen. Iemand die alleen op
een onbewoond eiland leeft, kan nog
155 altijd ziek zijn, pijn lijden of honger
hebben. En ook als je omringd bent
door anderen, kun je niet alles zo-
maar vergelijken. Ik heb geen idee of
mijn buurman betere seks heeft dan
160 ik, of welk verborgen leed hij torst.
En zou het me echt uitmaken?

(12) De sociale dimensie van geluk
wordt vaak zwaar overdreven. Tolstoj
schreef in *Anna Karenina*⁵⁾: “Er zijn
165 geen omstandigheden in het leven
waaraan een mens niet gewend kan
raken, in het bijzonder als hij ziet dat
iedereen rondom hem ze aanvaardt.”
Als dat klopt, zou Tolstoj het niet erg
vinden om gefolterd te worden, zo-
170 lang zijn buurman ook op de pijnbank
ligt en dat niet erg lijkt te vinden.
Tolstoj vergeet dat we biologische
wezens zijn.

175 **(13)** Geld maakt gelukkig, maar het is
natuurlijk lang niet het enige wat
gelukkig maakt. De Nederlandse
'geluksprofessor' socioloog Ruut

Veenhoven, oprichter van de *World Database of Happiness*⁶⁾, onderzocht welke eigenschappen van een samenleving haar burgers gelukkig maken. Behalve de materiële levensstandaard zijn er volgens Veenhoven twee belangrijke pijlers: democratische instellingen, en een cultuur van vertrouwen en tolerantie. Die drie 'gelukmakers' samen, aldus de berekeningen van Veenhoven, verklaren 75 procent van de verschillen in geluk tussen verschillende landen. **(14)** In die lijn betoogt de politicoloog Ronald Inglehart dat een gevoel van vrijheid sterk samenhangt met ons gelukspeil. Als mensen het gevoel hebben dat ze vrij zijn om zichzelf te ontplooiën en hun leven in te vullen zoals ze dat zelf wensen, dan voelen ze zich gelukkiger. Het laatste *World Happiness Report*⁷⁾ somt de cruciale gelukmakers op om het verschil in gelukspeil tussen landen te verklaren: inkomen, gezonde levensverwachting, vrijheid, vertrouwen en goede sociale relaties (een toeverlaat hebben als je het moeilijk hebt). **(15)** Ook wat die gelukmakers betreft, hebben we veel vooruitgang geboekt. Geen wonder dat de top tien in het *World Happiness Report* er al enkele jaren ongeveer hetzelfde uitziet, met Scandinavië en West-Europese landen bovenaan. In 2018 waren dat Finland, Noorwegen, Denemarken, IJsland en Zwitserland; Nederland stond op de zesde plaats, België op 16. De hekkensluiters waren Tanzania, Zuid-Soedan, de Centraal-Afrikaanse Republiek en Burundi. **(16)** Pessimisten gebruiken de Rode Koningin soms als metafoor voor de futiliteit van vooruitgang. We draven maar door, maar uiteindelijk staan we lopend stil. Maar wie het verhaal van Lewis Carroll verder leest, merkt dat

de Rode Koningin op het einde van haar preek nog iets toevoegt over haar gekke land: "Als je ergens elders wilt komen, dan moet je minstens twee keer zo hard lopen!" Dat maakt wel een wereld van verschil. **(17)** Zo vergaat het ook de menselijke vooruitgang. Inderdaad, een deel van de vooruitgang van de afgelopen twee eeuwen werd tenietgedaan doordat we gewend raken aan onze moderne luxe, en omdat we de neiging ertoe hebben ons met onze naaste te vergelijken. Toch mag die hardnekkige Easterlin-paradox bij het grof huisvuil. De belangrijkste gelukmakers van de menselijke soort zijn niet relatief, maar absoluut, en we hebben er veel meer van dan vroeger: vrijheid, vertrouwen, sociale relaties en (natuurlijk) gezondheid. **(18)** Dankzij geluksonderzoek kunnen we de superioriteit van onze samenlevingsvorm dus op wetenschappelijke gronden aantonen. Een liberale democratie zoals de onze, met een sterk uitgebouwde sociale zekerheid, is het best in staat om in onze behoeften te voorzien, en om menselijk geluk te bevorderen. Daar mogen we best trots op zijn. **(19)** Natuurlijk wonen er zelfs in Finland nog altijd mensen die diep ongelukkig zijn, en natuurlijk blijven de cijfers voor depressie en zelfmoord in onze contreien veel te hoog. Maar daaruit afleiden dat vooruitgang een maat voor niets is geweest, of dat de westerse mens zich nog "nooit zo slecht heeft gevoeld" (zoals de Belgische hoogleraar klinische psychologie Paul Verhaeghe beweerde), is aantoonbaar onjuist. **(20)** Onze samenlevingsvorm is superieur aan alle andere ter wereld. De verworven vrijheden in onze liberale rechtstaat beschouwen velen

vandaag als vanzelfsprekend, maar dat zijn ze helemaal niet: in de hele wereldgeschiedenis zijn ze uniek, recent, exotisch, en ongezien. Wij

mogen ons wel degelijk gelukkig prijzen dat we nu en hier leven.

*naar: Maarten Boudry
uit: Trouw, 7 april 2018*

Maarten Boudry (1984) is filosoof. Hij schrijft met enige regelmaat voor het weekendkatern Letter & Geest van dagblad Trouw.

- noot 1 *Alice in Wonderland* is een jeugdboek uit 1865 van Lewis Carroll (1832-1898). Het verhaal wordt gezien als een modern sprookje.
- noot 2 J.F. Kennedy (1917-1963) was tussen 1961 en 1963 president van de Verenigde Staten van Amerika.
- noot 3 De *World Values Survey* is een wereldwijde vragenlijst over waarden.
- noot 4 Elon Musk (1971) is een rijke zakenman die onder meer betrokken is bij Tesla, een Amerikaans bedrijf dat elektrische auto's produceert.
- noot 5 *Anna Karenina* is een beroemde roman uit 1877 van Lev Tolstoj (1828-1910), een Russisch schrijver.
- noot 6 De *World Database of Happiness* is een database waarin sinds 1984 alle wetenschappelijke onderzoeksresultaten op het gebied van geluk zijn bijgehouden.
- noot 7 Het *World Happiness Report* is een jaarlijks door de Verenigde Naties samengestelde lijst die voor een groot aantal landen aangeeft hoe gelukkig de gemiddelde inwoner van die landen is.

Tekst 2

Geld maakt gelukkig

(1) Niemand behalve een paar treurige patsers zal het volmondig toegeven, maar in tijden van economische crisis, als iedereen moet inleveren, lijkt het er sterk op dat een goed gevulde portemonnee ons wel degelijk gelukkig maakt. Of maakte.

(2) Waarom is dat zo'n taboe? Waarom geven we niet toe dat al die dingen waar we in crisistijd op bezuinigen, bijdragen aan ons geluk: theaterbezoek, de aanschaf van een degelijke fiets, het fêteren van vrienden, een mooie, warme winterjas, uitzicht op een inspirerende vakan-

tie? We kunnen ook moeilijk ontkennen dat rood staan vaak leidt tot gekibbel aan de keukentafel, en tot ouders die nóg minder thuis zijn omdat ze harder moeten werken – want de huur moet toch betaald en de sportclub ook.

(3) Zeker is in elk geval dat noch de rijken, noch de armen graag toegeven dat geld gelukkig maakt. Wat de rijken betreft, laat de schroom zich verklaren: openlijk genieten van je geld wekt afgunst, en dat kan leiden tot inbraak en diefstal – of zelfs tot nivellering. De sympathiekste rijken