

PAUL BLOOM

# TEGEN EMPATHIE



EEN PLEIDOOI VOOR  
RATIONELE COMPASSIE

*ten have*

## Proloog

---

Een aantal jaar geleden was ik op een mooie ochtend thuis. Ik ontvluchtte mijn werk en surfte wat rond op het internet. Plotse-ling las ik over het bloedbad in Newtown, Connecticut. De eerste berichten waren afschuwelijk, maar niet ongewoon: er was iemand neergeschoten op een school. Gaandeweg volgden er meer details. Al snel kwam ik te weten dat Adam Lanza rond negen uur 's ochtends zijn moeder in haar bed had vermoord en daarna naar de Sandy Hook Elementary School was gegaan en twintig jonge kinderen en zes volwassenen om het leven had gebracht. Daarna sloeg hij de hand aan zichzelf.

Er valt veel te zeggen over wat Lanza bezielde om zoiets gruwelijks te doen, maar voor dit boek ben ik vooral geïnteresseerd in de reacties van gewone mensen. Mijn vrouw wilde meteen naar de school van onze kinderen rijden en ze mee naar huis nemen. Ze verzette zich tegen die neiging – onze zonen waren tieners. Maar ook al hadden ze op de basisschool gezeten, ze wist dat het geen zin had om dat te doen. Toch begreep ik de impuls. Ik zag video's van ontredderde ouders die zich naar de plaats delict haastten, en stelde me voor hoe zij zich moesten voelen. Zelfs als ik er nu nog aan denk, draait mijn maag om. Later die middag was ik in een koffiehuis in de buurt van mijn werkplek, en een vrouw aan de tafel naast me zat met hese stem te huilen. Ze werd getroost door een vriendin, en uit wat ik op-

ving bleek dat ze, hoewel ze niemand kende in Sandy Hook, een kind had van dezelfde leeftijd als degenen die waren vermoord.

Er zullen altijd gebeurtenissen zijn die ons shockeren, zoals de terroristische aanslagen van 9/11 of de massaschietpartijen die tegenwoordig deel lijken uit te maken van het dagelijks leven. Maar voor mij en de mensen om mij heen waren de moorden in Sandy Hook anders. Het was een ongewoon wrede daad. Er waren kinderen bij betrokken en het gebeurde vlak bij de plek waar wij woonden. Vrijwel alle mensen om me heen hadden op de een of andere wijze een persoonlijke band met de getroffen families uit Newtown. Een paar dagen later bezochten we een avondwake in het New Haven Green Park. Mijn jongste zoon moest huilen en droeg nog maanden daarna een rouwband voor de doden.

Later zag ik een persconferentie waarin de president zijn tranen wegveegde toen hij over de moorden sprak, en hoewel ik cynisch ben over politici, dacht ik geen moment dat het gespeeld was. Ik was blij hem zo aangedaan te zien.

Onze reactie op deze gebeurtenis, toen en ook later, werd sterk bepaald door ons empathisch inlevingsvermogen, door het menselijk vermogen – velen zouden het een gave noemen – om de wereld te bekijken door andermans ogen, om te voelen wat zij voelen. Het is gemakkelijk te begrijpen waarom velen empathie zien als een krachtig middel om goedheid en morele verandering te bewerkstelligen. Het is eenvoudig in te zien waarom zovelen van mening zijn dat het enige probleem met empathie is dat we er vaak niet genoeg van hebben.

Vroeger dacht ik dat ook. Maar nu niet meer. Empathie heeft haar verdiensten. Ze schenkt mensen plezier, vooral in domeinen zoals kunst, literatuur en sport, en kan een waardevol aspect zijn van intieme relaties. En ze kan ons ook aanzetten tot goede daden. Maar over het algemeen is ze een slechte morele gids.

Empathie kan aanleiding geven tot dwaze oordelen en motiveert mensen vaak tot onverschilligheid en wreedheid. Ze kan leiden tot irrationele en onrechtvaardige politieke beslissingen, belangrijke relaties aantasten, zoals die tussen een arts en een patiënt, en ons tot minder goede vrienden, ouders, echtgenoten en echtgenotes maken. Ik ben daarom tegen empathie, en een van de doelen van dit boek is ook jou ervan te overtuigen tegen empathie te zijn.

Dat is een nogal radicaal standpunt, maar het is niet *heel* radicaal. Dit is niet een van die vreemde boeken waarin psychopatisch gedrag wordt goedgepraat. Mijn argument tegen empathie is niet dat we egoïstisch en immoreel zouden moeten zijn. Integendeel, als we goede en zorgzame mensen willen zijn, als we van de wereld een betere plek willen maken, dan zijn we beter af zonder empathie.

Of om het nog wat zorgvuldiger te zeggen: we zijn beter af zonder empathie van een bepaald slag. Sommige mensen gebruiken het woord *empathie* als een verwijzing naar al het goede, als een synoniem voor moraal, vriendelijkheid en mededogen. En veel van de pleidooien die mensen houden voor meer empathie stellen dat het beter zou zijn als we wat aardiger waren voor elkaar. Daar ben ik het mee eens!

Anderen zien empathie als een poging andere mensen te begrijpen, als het je inleven in de ander en erachter komen wat die ander denkt. Ik ben ook niet tegen empathie in die zin. Sociale intelligentie verschilt niet van andere vormen van intelligentie en kan worden gebruikt als een instrument voor moreel handelen. Toch zullen we zien dat dit soort ‘cognitieve empathie’ wordt overschat als een kracht ten goede. Het vermogen om de verlangens en motieven van anderen nauwkeurig te kennen is tenslotte ook kenmerkend voor de succesvolle psycho-

paat en kan evengoed worden gebruikt voor wreedheid en uitbuiting.

Het begrip empathie waarin ik het meest geïnteresseerd ben, is dat van het voelen van wat jij denkt dat andere mensen voelen – het ervaren van wat zij ervaren. Dit is hoe de meeste psychologen en filosofen de term hanteren. Maar ik moet benadrukken dat het niet om het woord zelf gaat. Als jij het begrip empathie op een bredere manier zou willen opvatten, als verwijzing naar ons vermogen tot zorg, liefde en goedheid, of in engere zin, als het vermogen om anderen te begrijpen, dan is dat prima. Als je er zo over denkt zou ik tegen je willen zeggen: ik ben *niet* tegen empathie. Zie mijn argumentatie in dat geval als betrekking hebbend op een psychologisch proces dat veel mensen – maar niet jij – zien als empathie. Of je kunt de term gewoon helemaal vergeten en dit boek zien als een discussie over moraal en morele psychologie, waarin wordt onderzocht wat er nodig is om een goed mens te zijn.

Het idee dat ik wil onderzoeken is dat voelen wat jij denkt dat anderen voelen – of hoe je het ook wilt noemen – iets anders is dan mededogen hebben, aardig zijn en vooral: goed zijn. Vanuit een moreel standpunt zijn we beter af zonder.

Veel mensen vinden dit een onwaarschijnlijke bewering. Empathie in deze zin is een vermogen dat volgens velen van levensbelang is. Er wordt vaak gezegd dat rijke mensen geen moeite doen om te voelen hoe het is om arm te zijn, en dat er wanneer ze dat wel zouden doen, meer gelijkheid en sociale rechtvaardigheid zouden zijn. Als er ongewapende zwarte mannen worden neergeschoten, beweren linkse commentatoren dat politieagenten niet genoeg empathie hebben voor zwarte tieners, terwijl rechtse commentatoren beweren dat degenen die kritiek hebben op de politie niet genoeg empathie hebben voor hoe het is om als politieagent te werken en moeilijke, stressvolle en gevaarlijke situaties het hoofd te moeten bieden. Er

wordt gezegd dat witte mensen niet genoeg empathie hebben voor zwarte mensen en dat mannen niet genoeg empathie hebben voor vrouwen. Veel commentatoren zijn het eens met Barack Obama dat de botsing tussen Israëli's en Palestijnen alleen zal eindigen als men aan beide kanten probeert om 'in elkaars schoenen te gaan staan'.<sup>1</sup> Een paar hoofdstukken verderop zullen we een psycholoog ontmoeten die beweert dat als de nazi's meer empathie hadden gehad, de Holocaust niet zou hebben plaatsgevonden. Er zijn veel mensen die beweren dat als artsen en therapeuten meer empathie zouden hebben, ze beter zouden zijn in hun vak, en dat als politici meer empathie zouden hebben, ze zulk schandalig overheidsbeleid niet zouden goedkeuren. En velen van ons hebben vast het gevoel dat als de mensen in onze omgeving meer empathie zouden hebben voor onze situatie – als ze zouden voelen wat wij voelen – ze ons beter zouden behandelen.

Ik denk dat dit alles een misvatting is. De problemen waarmee we als samenleving en als individuen geconfronteerd worden, zijn zelden te wijten aan een gebrek aan empathie. Eigenlijk zijn ze vaak eerder te wijten aan een teveel aan empathie.

Dit boek is niet alleen een aanval op empathie. Ik heb een bredere agenda. Ik wil een pleidooi houden voor de waarde van bewust, weloverwogen redeneren in het dagelijks leven, met het argument dat we ernaar moeten streven eerder ons hoofd dan ons hart te gebruiken. We doen dit al best veel, maar we zouden er nog meer gebruik van kunnen maken.

Dat is geen populair standpunt. Sommigen zouden het onwetend en naïef noemen. Veel van mijn collega's beweren dat onze belangrijkste oordelen en handelingen voortkomen uit neurale processen die niet toegankelijk zijn voor ons bewuste zelf. Een krachtige versie van deze bewering wordt aan Sig-

mund Freud toegeschreven, maar is in de moderne tijd nieuw leven ingeblazen, soms in de meest extreme vormen. Ik ben de tel kwijtgeraakt hoe vaak ik een filosoof, criticus of intellectueel heb horen zeggen dat psychologen hebben bewezen dat we geen rationele wezens zijn.

Deze verwerping van de rede vind je vooral in het morele domein. Het wordt tegenwoordig door velen aanvaard dat onze oordelen over goed en kwaad worden bepaald door instinctieve gevoelens zoals empathie, boosheid, afkeer en liefde, en dat rationele overweging grotendeels irrelevant is. Frans de Waal zegt het zo: we leven niet in een tijdperk van de rede, maar in een tijdperk van empathie.<sup>2</sup>

Sommigen van ons denken misschien dat onze overtuigingen over zaken als abortus en de doodstraf het resultaat zijn van zorgvuldige afweging, en dat onze morele daden – zoals het besluit om aan goede doelen te geven of een vriend in het ziekenhuis te bezoeken, of het besluit om te stelen of een racistische belediging uit een autoraampje te schreeuwen – gebaseerd zijn op bewuste besluitvorming. Maar dat zou een vergissing zijn. Zoals Jonathan Haidt betoogt, zijn we geen rechters; we zijn advocaten die verklaringen bedenken nadat de daden zijn verricht.<sup>3</sup> De rede is machteloos. ‘We koesteren onze rationaliteit,’ beaamt De Waal, ‘maar als het erop aankomt hechten we er weinig gewicht aan’.<sup>4</sup>

Sommige deskundigen zullen ons geruststellend zeggen dat de emotionele aard van de moraal een goede zaak is. Moraal is iets waar je niet te veel over moet nadenken. Veel van onze morele helden, zowel in reële als fictieve zin, zijn geen rationele maximaliseerders of ethische intellectuelen – het zijn mensen met een hart. Van Huckleberry Finn tot Pip en Jack Bauer, van Jezus tot Gandhi en Martin Luther King – het zijn mensen met veel gevoel. Met rationaliteit krijg je Hannibal Lecter en Lex Luthor.

Nu denk ik niet dat dit perspectief op rede en moraal geheel onjuist is. Veel morele oordelen zijn niet het resultaat van bewuste overweging. Sterker nog, mijn laatste boek, *Just Babies*, ging over de oorsprong van moreel begrip, en ik betoogde daarin dat zelfs baby's enig besef hebben van goed en kwaad – en baby's denken niet bewust na.<sup>5</sup> Er is veel bewijs dat de fundamenten van de moraal zijn geëvolueerd in het proces van natuurlijke selectie. We hebben ze niet bedacht.

Het is duidelijk dat emoties een krachtige rol spelen in ons morele leven – en dat dit soms een goede zaak kan zijn. De noodzaak van gevoelens is verdedigd door Confucius en andere Chinese geleerden uit zijn tijd, evenals door de filosofen van de Schotse Verlichting. Deze wordt ook ondersteund door de hedendaagse cognitieve wetenschap en neurowetenschappen. Zo is er veel materiaal dat bewijst dat de beschadiging van hersendelen die betrokken zijn bij emoties een verwoestend effect kan hebben op het leven van mensen.<sup>6</sup> Er zijn ook recente studies van mijn collega David Rand die laten zien dat de instinctieve beslissingen die we nemen vanuit een soort buikgevoel vaak goede en coöperatieve beslissingen zijn – uitvoerige overweging kan er soms voor zorgen dat we slechtere keuzes maken.<sup>7</sup>

Ik heb dit boek geschreven omdat ik ervan overtuigd ben dat onze emotionele aard wordt overschat. Natuurlijk, er zijn buikgevoelens, maar we hebben ook het vermogen om die terzijde te schuiven, om na te denken over allerlei kwesties, inclusief morele vraagstukken, en om tot conclusies te komen die ons kunnen verrassen. Dat is waar het om gaat. Dat is wat ons anders maakt als mensen. Het geeft ons het vermogen om beter voor elkaar te zijn, om een wereld te creëren met minder lijden en meer welzijn en geluk.

Er is niets natuurlijker dan prioriteit schenken aan onze vrienden en familie. Niemand twijfelt eraan dat we veel meer geven om onze naasten dan om vreemden. Het belang van



verwantschap komt tot uitdrukking in gezegden als ‘Blood is thicker than water’ (vergelijkbaar in het Nederlands met: ‘Het hemd is nader dan de rok’), terwijl de aantrekkingskracht van wederkerigheid mooi is samengevat in een toast die ik een van mijn favoriete familieleden als kind vaak hoorde zeggen:

*Here’s to those who wish us well.  
All the rest can go to hell.<sup>8</sup>*

Vanuit darwinistisch perspectief gezien is een dergelijke voorkeur een open deur. Schepselen die hun eigen soort bevoorrechten zijn sterk in het voordeel ten opzichte van wezens die onpartijdig zijn. En voor zover er mensen waren die geen verschil maakten tussen vrienden en vreemden, tussen hun eigen kinderen en die van anderen, werden hun genen overwonnen door de genen van degenen die wel meer om hun eigen kroost gaven. Dat is de reden waarom we niet geboren worden als egalitaire wezens.

Deze kortzichtige verlangens verdwijnen nooit en zouden dat misschien ook nooit moeten doen. We komen hier later op terug, al weet ik niet zeker wat ik moet denken van een persoon die geen speciale liefde koestert voor vrienden en familie, maar voor iedereen even goed zorgt. Sommigen zouden zo iemand als een heilige beschouwen. Anderen, tot wie ik mezelf reken, vinden dat dit te ver gaat omdat het bijna iets weerzinwekkends heeft om zo te leven.

Maar hoe dan ook, deze aangeboren voorkeuren bepalen niet wie we zijn. We zijn slim genoeg om intellectueel te begrijpen dat de levens van mensen in verre landen (mensen die geen familie van ons zijn, ons niet kennen en ons niet ‘het goede wensen’) net zo belangrijk zijn als die van onze kinderen. Het is echt niet zo dat ze ‘naar de hel kunnen lopen’. We zijn in staat om te begrijpen dat het bevoorrechten van onze eigen etnische groep

of ras, hoe natuurlijk en intuïtief dat ook voelt, onrechtvaardig en immoreel kan zijn. En we kunnen maatregelen nemen om onpartijdigheid af te dwingen, bijvoorbeeld door te kiezen voor beleid waarin principes van onpartijdige rechtspraak worden vastgelegd.

Kortom, we zijn niet alleen emotionele, maar ook rationele wezens. We zijn begiftigd met het vermogen om rationele beslissingen te nemen. We kunnen onze hartstochten terzijde schuiven, ombuigen en negeren en dat zouden we in veel gevallen ook moeten doen. Het is niet moeilijk dat in te zien, waar het gevoelens zoals boosheid en haat betreft – het is duidelijk dat dergelijke emoties ons op een dwaalspoor kunnen brengen, dat het beter is als die ons niet beheersen en we in staat zijn ze te ontwijken. Maar het pleidooi voor rationaliteit zou pas echt af zijn als we konden laten zien dat hetzelfde geldt voor zoiets ogenschijnlijk positiefs als empathie. Dat is een van de redenen waarom ik dit boek heb geschreven.

Ik zal hier drie dingen beweren. Ten eerste dat onze morele beslissingen en handelingen in hoge mate worden gevormd door de kracht van empathie. Ten tweede dat dit de wereld schaadt. En ten derde dat we in staat zijn het beter te doen.

Maar hoe kan empathie ons schaden? Nou, lees verder. Kort gezegd komt het hierop neer: empathie is een spotlight die gericht wordt op bepaalde mensen in het hier en nu. Dat zorgt ervoor dat we meer om die mensen geven, maar maakt ons ongevoelig voor de langetermijngevolgen van onze daden en blind voor het lijden van mensen in wie we ons niet kunnen inleven. Empathie is een vooringenomen emotie en duwt ons in de richting van chauvinisme en racisme. Ze is kortzichtig en zet ons aan tot acties die de dingen op de korte termijn misschien beter maken, maar die in de toekomst tot tragische resultaten kunnen leiden.

*‘Tegen empathie is prikkelend, provocerend en scherpzinnig en gaat onbeschaamd tegen de dominante cultuur in.’ – The Guardian*

Goede, zachtaardige mensen beschikken vaak over een groot empathisch vermogen. Het aanvoelen van de pijn van anderen lijkt de ultieme bron van compassie. Maar zou de wereld echt beter zijn als iedereen meer empathie had?

In *Tegen empathie* daagt Paul Bloom deze opvatting uit: empathie is geen oplossing, maar juist een probleem. Volgens Bloom ervaren we deze onbetrouwbare, irrationele emotie vooral voor mensen die op ons lijken. We zouden beter af zijn zonder empathie, want dan maken we keuzes die eerlijker, rationeler en zelfs moreler zijn.

*‘Een verfrissende, relevante en zeer geestige herwaardering van empathie.’ – The New York Times*

**Paul Bloom** is een prijswinnende bestsellerauteur en professor aan de Yale-universiteit. Dit is zijn eerste werk dat in het Nederlands werd vertaald.

**th** ten have

WWW.UITGEVERIJTENHAVE.NL

