

Det Gode Liv

En undersøgelse af det gode livs præmisser



Lars Elswing
Studie nr. 60014
Speciale forår 21

Abstract

This paper investigates the grounds for the idea of The Good Life. With the view focused by a matrix of three values: *Freedom, Equality, and reciprocity*, I will look through modern research of happiness, exemplified by the danish professor in economics Christian Bjørnskov, where we will see how modern research look for the making of human happiness, in today's way of living in the modern western society. We will meet theories about how we measure our own happiness towards each other, both by the differences in our material levels of life, and by the equality of our lifestyle and life settings. We will be explained how the high level of trust, existing in the Nordic countries today, not only is based on actual honesty and integrity, but also it is building the level of knowledge and educational levels for the countries, in a whole.

This brings us all the way back to the antic Greece and the teachings of Plato, the famous Greek philosopher. Through the Socrates dialogs in Euthydemus, we are explained the basis of happiness, the good life and what at all is good. In open dialog Socrates takes us through the steps towards human happiness. How the way we use the things in our life is crucial for the outcome. How our knowledge can make the potential good in things become real. Like when the carpenter is good at using his tools or the chef is transforming the ingrediencies from one form to the other.

With professor Dan Russell from the university of Arizona, USA, we differentiate the different states of the values and goods we want to use to give our live direction.

How to determine what is intrinsic or extrinsic goods, what need to have the good added from outside its own sphere or what is good by itself.

With these ideas towards the matrix of *Freedom, Equality, and reciprocity*, I discuss how the goal of a good life, which we all want after all, is reached and on which grounds are more influential than others. Is our happiness determined by the material level on which we are lucky or by accident in reach of? or is the likeliness of reaching a state of a good life better off, when we use and share our knowledge and by the transformation of wisdom, give our life the desired direction towards what we individually see as The Good Life.

ABSTRACT	2
HVORFOR DET GODE LIV	5
FRIHED, LIGHED, GENSIDIGHED	7
PROBLEMFOMULERING:	10
ER LYKKE DET SAMME SOM DET GODE LIV	10
PROBLEMER MED LYKKE	11
HVAD TALER VI OM NÅR VI TALER OM LYKKE OG DET GODE LIV	12
HVOR FINDER VI LYKKEN	13
BAGOM LYKKEN	15
HVOR ER DET GODE LIV	16
HVAD ER DET GODE LIV	17
HVAD ER MERE GODT END ANDET	19
ARBEJDET ADLER	21
TO OM EN LYKKE	21
TILLID	22
PLATON	25
PLATON DEN GÅDEFULDE	26
DIALOGEN	26
SOKRATES	27
PLATON OM DET GODE OG DET GODE LIV	28
HVAD ER DET GODE?	29
EUTHYDEMUS	29
NIVEAUER AF DET GODE	33
LYKKE PÅ BAGGRUND AF GODE TING	36
DISKUSSION	38

FRIHED	38
LIGHED	40
GENSIDIGHED	42
DET GODE LIV	44
LITTERATUR:	46

Hvorfor det gode liv

Når man taler om ”det gode liv” står det klart at det kan undersøges fra flere vinkler.

Det kan virke til at det gode liv er en fast størrelse som man blot kan udsige og alle vil forstå præcis hvad man mener. Men i erkendelse af at virkeligheden ikke fungerer sådan, vil en vigtig afklaring være at tydeliggøre i hvilken ontologisk optik man spørger ind til begrebet.

Her tænker jeg at det ontologiske skal ses som en afstemning af hvor og hvordan ”det gode liv” ses som en normativ ide om et godt liv og at det kan synes nødvendigt for at komme frem til at sige noget konkret om ”det gode liv”.

Endelig er det måske slet ikke muligt at skille disse to vinkler ad? Måske kan det ene ikke give mening uden det andet og visa versa? Men noget syntes dog at være samstemmende for alle forestillinger om begrebet.

Det, at det gode liv er ensbetydende med at gøre livet bedre, at bevæge sig henimod et mål som alle ønsker at stræbe imod, noget godt, det gode liv. Det vil være et udgangspunkt alle vil kunne blive enige om? Det er mere eller mindre utænkeligt at nogen ønsker sig et dårligt liv, fyldt med uforløste problemer og modgang og hvis det er noget man ønsker en fjende, så er det jo stadigvæk som modsætning til ideen om Det Gode Liv at ønske nogen et dårligt liv eller skæbne.

I den vestlige verden i dag, en verden som ser sig selv værdisat igennem en lineær udvikling og fremgang siden det som den ser som sit udgangspunkt, antikken, her er man tilsyneladende tilfreds med at se materiel fremgang som parameter for, i det mindste, rammerne for det gode liv. Der syntes at herske et rationale om at, så længe at fællesskabet eller den enkelte kan frembringe et tilstrækkeligt højt materielt niveau, så er det op til den enkelte at skabe det gode liv for sig selv og sine, uden hensyntagen til om værdinormerne er i tråd med det enkelte individs værdinormer eller omvendt, den individuelle handling i tråd med fællesskabets værdinormer.

Jeg ønsker at undersøge hvilke værdier som ligger til grund for ideen om det gode liv.

I det jeg antager at ideen om det gode liv hviler på værdisæt, er det i mine øjne en vigtig og interessant opgave at undersøge dens nuværende grundlag samt et udgangspunkt i det antikke.

Jeg er klar over at det kan diskuteres om antikken er et nødvendigt og faktisk udgangspunkt for moderne vestlige samfund, men det antager jeg i min undersøgelse.

For at skabe bund i en undersøgelse af det gode liv, vil jeg tage udgangspunkt i antikken. Her kan man samtidigt med at undersøge hvilke præmisser som diskuteredes som værende essentielle for ideen om det gode liv samt man kunne stille den samme række spørgsmål, jeg har oplistet ovenfor, til de tekster jeg har fundet frem og lede efter svar eller spor.

Platon lader, i hans værk ”staten”, Sokrates beskrive hvorledes den enkelte bør altid undersøge sig selv og ikke lade sig slå til tåls med at overgive sig til sine selviske drifter men altid have det fællesskab for øje, man er en del af. Det er heri at man opnår et godt liv, i stræben efter at være et godt menneske.

Ideen om at vi bør handle på en bestemt måde og efter bestemte regler, konkretiseret i Etik og moral, stammer fra det antikke Grækenland og udlagt af Platon, Sokrates. Over tid udvikles disse ideer via bl.a. Stoicismen og Romerrigets Helenisme, til at ende ud med at blive iblandet ideen om en monistisk Gud. Vi er i den vestlige verden og med den vestlige selvforståelse i mente, når jeg sætter Kristendommen på dagordenen som den altoverskyggende samlende faktor for hvordan mennesket bør handle og at Gud alene kan dømme menneskelig handling. Kristendommen og religion i særdeleshed, som normsættende for menneskelig handling og moral er ikke hvor jeg ønsker at fokusere, men nærmere alt andet end det guddommelige, dog kan mennesket i sig selv forekomme guddommeligt i sin fremtræden? Jeg vælger at helt udelade kristendommen i min undersøgelse, fordi jeg ønsker at fokusere på den menneskelige dømmekraft og hvordan vi som væsener håndterer ideen om det gode liv. Dette uden en rettesnor i form af en gud, eller hvor Gud som en altomfavnende uendelig entitet, ikke overgås af ideen om en samlende kraft eller guddommelighed som sådan. En universalitet som bestemmer noget er godt eller dårligt og etik og moral bliver hermed noget som er iboende mennesket og ikke noget kun guder har adgang til. Det gode liv har noget med frihed at gøre, noget med at vi har mulighed for selv at opstille rammer for moral men fornuften og rationaliteten gør at vi ikke render hovedkulds og egoistisk rundt og blot søger at behage vores egne drifter og behov, fornuft og rationaliteten bliver garanter for at vi muliggør en menneskelig handling, som er i overensstemmelse med et fælles bedste og derved også bedst for den enkelte.

Frederich Nietzsche har kritiseret normativ moral og etik for at umyndiggøre mennesket og i særdeleshed er kristendommen lammende for menneskets udvikling, mener han. Så ved at opstille begreber som overmenneske og i det hele taget opskrive menneskelig uovertruffenhed, ser Nietzsche det gode livs betingelser udspille sig. Gud er død og dermed er det op til os hver enkelt at beslutte hvilke handlinger som er de rigtige. Men selvom det umiddelbart kunne lyde som en diametral modsætning til Platon og antikkens normative moralsæt, hvor hensyn til individet ikke burde overstråle det fælles bedste, så er der måske i sidste ende en form for konsensus omkring at livet ikke giver mening hvis man er alene, at det gode liv spilles op mod et fællesskab og noget ydre. Netop rammerne for et fællesskab italesættes som vigtige i moderne samfunds selvdefinition.

Hvordan vi forventer hindanden responderer og hvordan gensidigheden bliver en byggesten i den tillid som er nødvendig for at vi tillader os selv og hindanden frihed til at handle.

Den nulevende filosof og sociolog Jürgen Habermas har beskæftiget sig med at undersøge hvordan et moderne samfund har fungeret historisk op gennem tiden og ikke mindst bør fungere. Det gør han i kontekst af hvordan den enkelte borger har mulighed og frihed til at konstruere sit liv på en måde som skaber hvad han mener er et godt liv. Med fokus på hvordan vi taler sammen og hvordan måden vi taler, til hindanden på bør være åben og fri for magt, taler han for at den enkeltes livsverden skal respekteres og sættes fri. Der skal være vandtætte skodder imellem den politiske sfære og den private sfære og den offentlige sfære er her vi, under opretholdelse af streng etik, diskuterer og udveksler meninger.

Så hvilke værdier kunne man sætte i spil her? Hvilke værdier ligger i kernen af ideen om det gode liv, hvad stræber vi efter som mennesker at opnå med vores liv og hvad er det gode vi søger at tilstræbe for os selv og vores kære? Hvilken værdi tænker jeg er vigtig for oplevelsen af at have et godt liv? En værdi som *Frihed* er mit bud på en værdi som er helt essentielt for den enkelte for at opleve at kunne skabe et godt liv. Vi som mennesker sætter muligheden for at handle som vi ønsker højt og måske er det i dag en værdi som er værdsat højere end nogensinde. Friheden til at gøre som vi vil men samtidig er frihed også noget vi kan give andre, hvis vi ønsker at kunne opretholde egen frihed. Hvis vi forventer at den anden skal lade os frit vælge hvad vi vil må vi ligeledes lade hende handle frit. Her er det igen nødvendigt at der er en vis form for *lighed* individer imellem, at udgangspunktet er det samme omtrent. Det gælder både de materielle rammer, som det gælder den sfære der ønskes frihed i.

Hertil kommer nødvendigheden af *gensidighed*. Vi må kunne forvente det samme af den eller det som vi giver frihed til.

Frihed, Lighed, Gensidighed

Frihed – Når man i dag taler om frihed er det ofte i kontekst af materiel eller økonomisk frihed. Det ses som vigtigt at rammerne for vores liv holder et vist materielt niveau, for at kunne opretholde et liv uden bekymringer i forhold til at dække basale behov som mad og boligforhold. Men i form af liberalismen, som politisk filosofi, er det i høj grad friheden til at kunne vælge frit i forhold til egne behov, uden hensyntagen til andre, at friheden sættes i højsæde. Det sidste udfordrer fællesskabet, fællesskabet som er afhængig af at dets individer afstemmer deres handlinger i forhold til hindanden.

Jeg bruger her *frihed* som begreb for et rum hvori jeg som individ er fri til at vælge hvordan jeg bruger mit liv, hvilke mål jeg sætter mig og hvordan jeg handler for at styre mit liv i den retning som jeg ønsker.

Dette udfordres blandt andet af fællesskabet som jeg er afhængig af, ved at jeg kan se mig tvunget til at handle imod mine egne ønsker, fordi det ikke ses normativt eller ses direkte skadeligt for fællesskabet. Her er det oplagt at eksemplificere med den allestedsnærværende Covid 19 pandemi og spørgsmålet om man skal tage imod vaccination eller ej. Vi opfordres alle til at tage imod tilbuddet om vaccine men samtidigt søges at respektere den individuelle frihed ved at det netop er et tilbud og ikke et påbud. Det kan jo derfor udfordre den enkelte hvis man ikke ønsker at modtage vaccinen, af den ene eller anden grund. Det kan jo ses som at gå imod den enkeltes ønske om retning og derfor udfordres den individuelle frihed og det frie rum for handling.

For at imødegå denne tilsidesættelse af individuel frihed kan vi vælge at trodse opfordringen og vedblive ikke-vaccinerede, med trusler og pres fra fællesskabet omkring udelukkelse af fællesskabet eller vi kan efterkomme opfordringen, tage imod tilbuddet og derved opretholde vores frihed til at handle. Det sidste kunne meget vel være i alles bedste interesse, da min frihed opretholdes samtidigt med at fællesskabets normativitet respekteres.

Lighed – netop lighed, at vi alle er underlagt samme vilkår, gør at vi kan acceptere at handle imod egne umiddelbare behov, da fællesskabet er garant for at beskytte netop individets ønsker og behov, og derfor, ved at respektere denne lighed, beskytter vi os selv og vores egne muligheder for frit at vælge. Dette er jo selvmodsigende, at man ved at handle imod egne umiddelbare behov og ønsker, skulle opnå et bedre resultat for sig selv?

I eksemplet med Corona vaccine. Vi ved at der findes individer som ikke kan tåle vaccinen og netop det at det kun gælder enkelte personer og ikke er et vilkår for alle, gør at her er det jo netop lige for alle som det gælder, hvad enten årsagen må være. Vi kan jo selv være den enkelte som ikke kan tåle vaccinen, men hvis vi kan tåle den, er vi at se som en del af et fællesskab som har skabt konsensus omkring at vaccination af alle og derved opretholder ligheden individer imellem.

Gensidighed – Gensidighed kræver et vist niveau af tillid for at fungere. Vi skal have tillid til os selv, til hindanden og til samfundet og dets institutioner. Når vi som individer handler, gør vi det i forhold til ønsker og mål vi sætter os, som igen er bestemt af værdisæt vi navigerer efter. Hvis frihed ex. er en værdi som vi sætter højt, vil det være ubetænksomt at begå kriminalitet, da vi derved risikerer at komme i fængsel, og frihedsberøvelse, som fængselsstraf er i sin grundsubstans, er jo ikke hvad vi ønsker. I vaccineeksemplet er det lidt mere kompliceret. Det kan jo ses som

frihed, både at vælge at tage imod vaccine som det at ikke ønske at lade sig vaccinere. Her er det at gensidighed som værdi kan komme ind. I forholdet med os selv, må vi acceptere at ønsket om at kunne bevæge sig frit i samfundet er betinget af at vi lader os vaccinere mod at vores handlemuligheder bliver begrænset hvis vi nægter at tage imod vaccinen. Vi må have tillid til os selv at tage den rigtige beslutning som bringer os i den mest ønskelige situation.

Det samme gælder overfor hindanden i fællesskabet. Vi må afveje hvilke handlinger som bringer os i den mest ønskelige situation i forhold til vores mål, men samtidigt indrette os efter hvad fællesskabet forventer af os ligesom at fællesskabet må forventes at respektere vores individuelle valg.

Når det kommer til samfundet og dets institutioner er her igen tale om en afvejning af handlinger. Vi må rette os efter hvad som bliver forventet af os i tillid til at det tjener et fælles formål, men ikke mindst skal samfundet og dets institutioner sørge for at lade afgørelser, love og forordninger afspejle den befolkning som det i sidste ende repræsenterer.

I en kommentar på et kendt socialt medie har den danske, forfatter, professor i almenpsykologi og kvalitative metoder ved Aalborg universitet, Svend Brinkmann, talt om at en øget digital overvågning af borgerne bør følges af en tilsvarende gennemsigtighed i politiske beslutninger. Brinkmann henviser til historikeren Yuval Noah Harari og hvad han kalder ”digitalt diktatur”. En øget overvågning af borgerne vil risikere at true grundlæggende rettigheder som er essentielle for demokratiet og skabe noget som kan betegnes som digitalt diktatur. Yuval opstiller tre sætninger: ”For det første bør enhver indsamling af data fra mennesker bruges til at hjælpe disse mennesker, ikke til at manipulere, kontrollere eller skade dem. For det andet må man aldrig tillade, at for store mængder data samles ét sted. Og for det tredje skal overvågningen altid gå begge veje: Hver gang man øger overvågningen af individer, bør man samtidig øge overvågningen og tilsynet med magthaverne, staten og de store virksomheder.”

Det første handler om borgernes frihed som skal opretholdes og de indsamlede data ikke misbruges til at indskrænke individets frihed til at handle. Det næste punkt hidrører det at de informationer man ønsker indsamlet ikke samles på for få hænder. Det skaber ulighed at ikke data er tilgængelig for, hvis ikke alle, så flere kilder. Sidst kommer vi til dette med at indsamlingen og overvågningens omfang skal gå begge veje, altså gensidigt

Problemformulering:

Hvilke værdier ligger til grund for ideen om Det Gode Liv?

På hvilken måde kan en matrix af værdier hjælpe os med at se hvordan ideen om det gode liv kan blive noget vi reelt kan styre hen imod, og hvor skal vi kigge hen, når vi vælger hvilke værktøjer vi kan bruge til at skabe denne styring?

Er lykke det samme som det gode liv

Her vil jeg dykke ned i nutidig lykkeforskning for at finde, hvordan der kan ses sammenhæng mellem lykkebegrebet og en ide om ”det gode liv”. Hvad er det som lykkeforskningen fokuserer på og hvad kan man udlede af dette? Hvad er det for en definition af lykke som forskningen arbejder ud fra? Og hvordan forholder moderne lykkeforskning sig til problemer med deskriptive eller normative resultater?

Christian Bjørnskov (f1970) er en dansk i professor i nationaløkonomi ved Aarhus universitet. Han er samtidigt en flittig skribent i finans medier som Børsen og liberale meningsdannere som Cepos og medstifter af Punidtkraterne.dk en liberal meningsdannende blog.

Han har samtidigt forsket i Lykke og skrevet en bog med samme titel, ”Lykke” som sammenfatter hvad moderne lykkeforskning går ud på. Denne bog har jeg valgt at bruge for at blive klogere på hvad moderne lykkeforskning har at byde på i forhold til ideen om et godt liv og for at få indblik i nogle værdisætninger som et moderne liberalt synspunkt kunne byde på. Herunder vil jeg holde de normer og værdier som bogen repræsenterer op imod min værdi-prisme, Frihed, Lighed og Gensidighed.

Bjørnskov åbner sin bog med kapitlet ”Det Gode Liv” og starter:

”De fleste mennesker, uanset hvor på kloden de bor, eller hvornår man spørger dem, vil sige, at det er vigtigt at leve et godt liv. At føle sig tilfreds med sit liv som helhed er et af de stærkeste mål, vi sigter efter, når vi i vores lille hverdag prøver at gøre det bedste for os selv og vores nærmeste.”(Bjørnskov:6)

Det er vel et udsagn svært at modsige? og som vi allerede har mødt i min indledning og vi vil møde igen i senere afsnit. Vi ønsker som mennesker at leve hvad vi hver især forstår som et godt liv.

Det er det som fængsler os når vi fortæller historier, lige fra Anders And's klodsede bestræbelser, over Anton Tjekhovs Onkel Vanja til Shakespeares Julie, det universelle ønske om det gode liv. Bjørnsted siger at spørgsmålet om hvad lykken er, hvad den burde være og hvordan vi finder den, har optaget filosoffer i mere end to tusind år. ”Lige siden Sokrates, Platon og Aristoteles spadserede rundt i oldtidens Athen”(Bjørnskov:6).

Bjørnsted afviser herefter at hans bog er endnu et forsøg på at give et bud på hvordan vi skal leve vores liv, men at bogens indhold er et spørgsmål om forskning, om hvordan virkelige mennesker selv opfatter deres liv, hvordan de fleste mennesker svarer hvis de bliver spurgt om, ikke hvordan det burde være, men hvordan de oplever livet.

Den første indsigt fra forskningen Bjørnskov præsenterer os for er at på trods af at mennesker lever vidt forskellige liv, under meget forskellige betingelser, i forskellige lande og under forskellige kulture og fysiske forhold, så er der noget vi er bundet sammen af.

Vi er tilsyneladende bundet sammen af hvad vi ser som et godt liv, eller som Bjørnskov kalder det lykke. Om vi lever i Ghana, I Danmark, Italien eller Peru, så vil par i samme aldersgruppe være enige om hvad som er vigtigst for at opnå lykken. ”*Om det er 1001 nats eventyr, et 400 år gammelt skuespil af Shakespeare eller en socialrealistisk roman fra det moderne Finland, forstår vi derfor nærmest instinktivt hovedpersonernes bevæggrunde og mål*” (Bjørnskov.7)

Hvis det er tilfældet som Bjørnskov beskriver det, så tyder det vel på en form for normativitet alligevel, at der en overordnet ide om hvad som er ønskværdigt, en ide om hvad et godt liv bør indeholde? Selvom Bjørnskov siger at lykkeforskningen og han beskriver virkeligheden og derved deskriptivt forholder sig til lykke, peger han selv på noget som kunne vise sig at være normativt, nemlig en form for universal ide om hvad et godt liv indeholder.

Det Bjørnskov gør i dette første afsnit, som han kalder ”Det Gode Liv” er at ændre det til at være Lykke det handler om. Men lykke er en værdi nærmere end det et begreb eller ide, er min påstand.

Problemer med Lykke

Da vi har fundet ud af allerede, at lykke og ideer om hvad det gode liv indeholder er så forskellige og samtidigt ofte ideologiske og faste, er vi til tider ude i hvad Bjørnskov kalder ”folketeori” og ”folkepsykologi”. Et mismask af populære forestillinger om verden, fra sange, historier, ordsprog og ufordøjede teorier fra selvhjælpsbøger. Det er ikke brugbart hvis man forøger at sige noget videnskabeligt om lykke. Det skorter heller ikke på selvhjælpsbøger og Lykkebøger som forsøger at give det indtryk at det er forskningsbaseret viden som videregives.

Ligeledes er en stor del af den tidlige lykkeforskning fra 90'erne ikke særlig brugbar, da den berodde sig på tilfældigheder eller fejltolkninger, hvilke er et kendt træk for al begyndelse indenfor al forskning. Så det er virkeligheden begrænset hvor stor mængde data og forskning som eksisterer på området. Dette kan vel siges at være paradoksalt da vi jo allerede ved at det er et emne som har optaget mennesket til alle tider, Det gode liv. (Bjørnskov:8-9)

Hvad taler vi om når vi taler om Lykke og Det Gode Liv

Som vi har været inde på i indledningen, forsøger lykkeforskning i dag at bestemme hvad man mener når der tales om lykke. Som i tilfældet med Det Gode Liv, er det begreber vi bruger i flæng. Men mens Lykke er noget vi tillægger vores liv og handling, såsom lykkelige liv, lykkelige dage, lykkelige venner og det at finde lykken, så er det i min optik og i forhold til begrebet, Det Gode Liv mere tale om et endemål, noget vi stræber efter at skabe. Hvor lykke ikke på samme måde kan stå alene, men mere som en tilstand, være noget vi søger.

Moderne lykkeforskningen har dog et ret præcist bud på hvad vi taler om, eller i hvert fald hvad forskningen forsøger at undersøge. Den differentierer lykke i to.

På den ene side har vi lykke som når vi taler om lykkelige øjeblikke eller lykkelige oplevelser er den én ting, én måde at bruge ordet lykke på. Den anden er når vi taler om lykkelige liv, lykkelige dage. Den første form for lykke er flygtig, som beskrivende den følelse vi fik da vi fik den gave vi ønskede os til Jul som børn eller den dag kæresten sagde ja til at ville giftes. (Bjørnskov:10-11)

Det kan også være oplevelsen af en varm sommerdag eller smagen af en god kop kaffe. Pointen her er i følge Bjørnskov, at det er flygtige øjeblikke, som skaber minder, men i sig selv er flygtige momenter.

I lykkeforskningen bliver denne form for lykke omtalt som "positiv affekt" brugt i psykologien. Som modsætning her står "negativ affekt" som beskrivende begreber for at det drejer sig om flygtige tilstande, at de opstår når vi er i vores følelsers vold.

Eufori er et andet ord for det samme også belønningslykke, som beskriver den reaktion, sker i hjernens belønningscenter – *nucleus accumbens*.

Det vi har med at gøre her, svarer til en hund som logrer med halen når den glad og stikker den mellem benene når den er ked af det.

Det er dog ikke den form for lykke som er interessant for forskningen eller for os og ideen om det gode liv. Lykkeforskningen har sat sig for at undersøge den lykke som ligger inde imellem oplevelserne og euforien, lykkeforskningen koncentrerer sig om at undersøge hvor lykkelige vi er i

vores hverdag. Denne hverdagslykke eller langvarig lykke som ofte er brugt til at beskrive denne form for lykke, kalder forskningen ”subjektivt velbefindende”. (bjørnskov:12)

Det er fordi forskningen er interesseret i at finde frem til hvad vores liv består af. Hvordan mandage, tirsdage, onsdage og torsdage opleves af os mennesker, ”*hvordan vi oplever vores liv som helhed?*” (Bjørnskov:13) Det kan jo på mange måder ses som hvad vi ser som Det Gode Liv, eller nærmere må det nødvendigvis holdes op mod hvad vi mener er et godt liv, hvad vores ønsker og mål er i livet. Så hvis Bjørnskov siger at det som er interessant, er hvad vi oplever vores liv som, i forhold til Lykke, så vil det ligne meget det samme som at spørge hvordan vi mener vores liv ser ud lige nu, holdt op mod ideen om Det Gode Liv, som hver enkelt ser det.

Hvor finder vi Lykken

Hvordan spørger man ind til hvad som den enkelte ser som lykke? Det er måske overraskende men her er det vigtigt ikke at forsøge at definere lykken, før vi forsøger at måle den. Man vil heller ikke spørge direkte ind til hvad folk mener vil gøre dem lykkelige. Det bringer tre problemer frem i lyset, siger Bjørnskov.

For det første vil svaret oftest handle hvad som gør os lykkelige lige nu, med andre ord, vi tager afsæt i konkrete ting eller handlinger som lige nu og her har gjort os lykkelige. Ting som en god ferie, børnene eller det gode sommervejr. Disse typer af svar er forskningen hidtil ikke særligt interesseret i, da det mest siger noget om den positive affekt, den kortvarige lykke.

Det andet problem er at når forskerne spørger gruppe mennesker om hvad som gør dem lykkelige, er der mange som ikke føler at de kan svare ærligt og samtidigt bibeholde social accept.

Lande med stærke religiøse normer ex. Rusland og Saudi-Arabien vil homoseksuelle, med stor sandsynlighed, ikke svare ærligt, da det er nødvendigt at skjule deres seksualitet.

Hooligans vil på samme vis næppe svare at de efter søndagens fodboldkamp, som en del af deres identitet, ynder at finde tilfældige fans af modstanderholdet og tæske dem.

Omvendt er der ting vi føler vi må sige, for at være socialt accepterede. Ex. Vil de fleste svare ”*at deres børn gør dem lykkelige, hvilket menneske er man ellers?*” (Bjørnskov:15)

Måske ville et medlem af enhedslisten ikke nævne hans forkærlighed for dyre biler eller et medlem af nye borgerlige tale varmt om beskatning af fast ejendom, når han er sammen med sine partikammerater i golfklubben.

Det tredje problem som Bjørnskov nævner, er at mennesker ofte har et idealbillede af livet.

Et idealbillede af hvordan livet bør se ud er ikke hvad lykke forskere leder efter? Men måske er det relevant hvis vi er på udkig efter Det Gode Liv? Måske er det interessant at se hvad mennesker ønsker at have i deres liv for at måske kunne sige noget om, på baggrund af hvilke værdier, hviler disse forestillinger om det gode liv.

Bjørnskov fremhæver David Hume, den skotske filosof, som i 1739 skrev sit berømte værk, ” *A Treatise on Human Nature* ” Hvori han overvejer hvordan mennesker forstår verden og hvad vores grundforståelse kommer af. Heri noterer Hume sig at vi ofte svarer at noget burde være sådan eller sådan, selv om vi bliver spurgt om hvordan det faktisk er. Her er tegnet distinktionen deskriptiv/normativ op igen og hvad vi foretrækker, er blandt andet et spørgsmål om hvad vi ønsker at sige noget om. Hvad også bekymrer forskerne, i forhold til at få deskriptive data, er at der svarer i forhold til hvad de føler burde have gjort dem lykkelige, når de er spurgt hvad, *gør* dig lykkelig? Er/bør problemet er derfor forbundet med det andet problem, at vi svarer med hensyntagen til gældende sociale normer og hvordan vores idealbilledet af et godt liv ser ud. Så det vi svarer, tegner et skønbillede af vores liv som passer til gældende sociale normer og ikke hvordan vi faktisk går og har det. Der kan nævnes mange eksempler på disse problemer med hvordan man spørger og social kontekst. Ex. Gallup spurgte i 2013 borgerne i 148 lande om fire subjektive forhold: ”føjte du dig udhvilet i går”, ”blev du behandlet med respekt i går”, ”Smilede eller grinede du i går” og ”lærte du noget interessant i går”. (Bjørnskov:16)

Det viste sig at selv indenfor relativt små geografiske områder, som ex. Danmark, kunne der svares meget forskelligt. Et stort grin i København, kunne være et stille smil i Vendsyssel.

Det viser at sociale normer har stor betydning for hvordan vi svarer på sådanne spørgsmål, fordi der er forskel på hvad man ser som god opførsel, alt efter hvor man befinder sig i landet. I asiatiske kulture er man meget optaget af at vise respekt og ikke tabe ansigt. Vi vesterlændinge undrer sig over at Japanere bukker for hindanden, det er så anderledes at vi gør grin med det det. Men for japaneren er det en måde at vise respekt for hindanden på, en type af respekt vi i vesten ikke finder særlig vigtig. At vi griner af bukket, kan derimod virke fornærmende på respektive kulture osv.

Hvis vi ønsker at finde ud hvor lykkelige mennesker er, skal vi ikke spørge om hvad som gør dem lykkelige, men i stedet spørge om ”*hvor lykkelige de er*”(Bjørnskov:16)

Forskningen er generelt set enige om at man skal søge at spørge så enkelt som muligt.

”Hvor lykkelig er du alt i alt for tiden” eller ”Hvor tilfreds er du med dit liv som helhed”.

Det sidste spørgsmål ”hvor tilfreds er du med dit liv som helhed” tænker jeg er meget i retning af at spørge efter specialets emneområde, ideen om ”Det Gode Liv”, da det har noget endeligt over sig,

det gode liv som helhed og hvor tilfreds man er med livet som helhed. Her tænker jeg at det igen er nærmere normativt end deskriptivt at spørge sådan og at det normative ligger i de værdier man svarer på baggrund af.

Herefter giver man de adspurgte graduerede svarmuligheder, fra negativ til meget positiv.

I EU under hvad man kalder Euro Barometer – undersøgelsen, udfører man to gange om året en undersøgelse i alle medlemslande, heri spørges der bl.a. til Lykke.

Her spørger man med fire gradueringsmuligheder, ”I det store hele, er du så meget tilfreds, nogenlunde tilfreds, ikke særligt tilfreds eller overhovedet ikke tilfreds med din tilværelse?”

Svarmulighederne gives tal fra 1-4 og der udarbejdes et indeks over lykken i hvert enkelt land, hvert forår og hvert efterår.

En anden undersøgelse, som dækker hele verdenen, spørger man mere præcist gradueret i en skala fra 1 – 10, hvor 1 er utilfreds og 10 er meget tilfreds.

Det som er pointen ved at spørge i åbne spørgsmål som dem i eksemplerne, er at der ikke er nogle rigtige eller forkerte svar. Deltagerne bestemmer selv hvad de lægger i spørgsmålene og kan derfor svare uafhængigt af deres sociale præferencer. (bjørnskov.18)

Bagom Lykken

Forskerne har ligefrem scannet deltagerens hjerner medens de svarer på spørgsmål omkring deres oplevelse af lykke og har konkluderet at de enkleste spørgsmål fungerer bedst.

Forstået på den måde at den del af hjernen, den *frontale cortex*, er mest aktiv når deltagerne svarer angående hvor lykkelige de oplever sig, mod at når deltagerne svarer i forhold til de mere kortvarige lykkefølelser aktiverer dybereliggende områder i hjernen.

Også menneskers ydre viser om de nyder deres liv eller ej, siger forskningen. Påstanden her er at mennesker som er lykkelige, smiler mere for sig selv end folk som ikke er lykkelige.

I følge En amerikansk undersøgelse, hvor studerende satte sig i indkøbscentre og observerede de handlende, viste det sig at dem som smilede mest for sig selv, også var dem som svarede mest positivt når de senere blev bedst om at svare på spørgsmål om hvordan de oplevede deres liv.

Til sidst er det også vigtigt, for disse undersøgelses kvaliteten, at deltagerne bliver ved med at svare det samme over længere tid, det jo den længere varende lykke, forskning ønsker at undersøge.

Det har man gjort på to måder, enten ved at svare på de samme spørgsmål to gange, med et par ugers mellemrum eller ved at en række mennesker svarer på de samme spørgsmål, løbende over en årrække. Begge metoder har vist sig at give samme resultat, nemlig at der svares forbløffende ens

lige meget hvilken metode eller interval som benyttet. Det viser at det er den langvarige lykke vi kan sige noget om, når der benyttes denne type spørgsmål og metode.

Med denne målsætning om at fokusere på den langvarige lykke, kunne man mene at det vi leder efter, præmisserne og rammerne for ideen om det gode liv, passer det jo godt ind, som netop en præmis. At *lykke* fremstår som en værdi på linje med *frihed, lighed og gensidighed*, at hvis man kan sige noget om i hvor høj grad mennesker oplever disse værdier i deres liv, på den lange bane, så kan man også sige noget om hvad det gode liv består i.

Hvor er det gode liv

Det er en kendt sag og ofte diskuteret, i Danmark ihvertfald, om hvorvidt og overhovedet, Danmark og danskerne er det lykkeligste folk og land. Det er vi/de.

Forskningen viser os at siden 1973, hvor Danmark har deltaget i disse undersøgelser, har Danmark altid været blandt de lykkeligste, ikke altid de lykkeligste, men dog blandt de mest lykkelige.

I 1973 erklærede 51 % sig meget tilfredse med deres liv, mens 44 % sagde at de var rimeligt tilfredse. Det resulterede i en score på 3,45 på EuroBarometerets indeks skala. I 2014, fyrrer år senere, var 73 % og 25 % af danskerne, enten meget eller rimeligt tilfredse med deres liv, med et indekstal på 3,71. Til sammenligning lå det franske lykkeindeks i 2014 på 3,04 og kun 23 % svarede at være meget tilfredse med deres liv. I Sverige var indekstallet 3,52 og andelen af meget tilfredse 54 % af befolkningen.

”Danskerne har med andre ord helt konsistent været Europas lykkeligste befolkning gennem de 40 år man har målt lykke og velbefindende (...)”(Bjørnskov:20)

Gennemsnittet i Europa har i samme periode ligget på 2,99 hvor af 80 % har svaret at de var tilfredse og 20 % at de var utilfredse. På denne baggrund af at danskerne har været overvejende lykkelige og tilfredse de sidste 40 år, siger Bjørnskov at vi kan svare på to spørgsmål, hvorfor er nogle danskere så alligevel lykkeligere end andre danskere? Og hvor er danskerne så lykkelige i forhold til resten af verdenen?

For at kunne sige noget om det har videnskabelige studier af enæggede tvillinger givet mulighed for at studere hvor meget vi kan påvirke lykken.

Ved at sammenligne, de genetisk ens, enæggede tvillingers forskellige liv, kan vi sige noget om hvad som skaber lykke for den enkelte. Resultaterne viser at en tredjedel kommer af genetiske Fordele, en tredjedel af opvækst og miljø og igen en tredjedel de sidste tilfældigheder.

Med udgangspunkt i at vi ikke kan ændre genetiske forskelle, vælger forskningen og Bjørnskov at se bort fra dette. Der opstilles derpå følgende spørgsmål, hvor lang tid forskellige forhold påvirker vores lykke? Vi kan ”vænne” os til de fleste forandringer, men hvor lang tid går der før vi har tilpasset os forandringerne? Og hvilke typer forandringer vænner vi os aldrig til?

Hvad er det gode liv

Bjørnskov nævner et klassisk eksempel på fra den tidlige lykkeforskning. Den amerikanske samfundsforsker Richard Easterling's forskning fra 1970erne og det man har kaldt Easterling's paradoks. Det at befolkningen ikke nødvendigvis bliver mere lykkelig, selvom landet bliver rigere. Det engelske ”nothing good ever lasts” eller på dansk ”intet godt varer evigt”. Disse udsagn stiller Bjørnskov sig tvivlende over for og læner sig op ad at en del af lykkeforskningen peger på at Easterling tog fejl, eller delvist fejl.

Det som Easterling har spurgt ind til er om hvor vidt større indkomst eller forbrug i sig selv skaber mere lykke? Hvis vi spørger folk om de tænker de vil blive lykkeligere af at blive rigere eller dem som er blevet rigere om de er blevet lykkeligere, er svaret oftest negativt. Folketeori (Bjørnskov) siger altså ofte at indkomst og forbrug ikke betyder det store for vores lykkefølelse, selvom det jo nok betyder noget hvis man er virkelig fattig. Bjørnskov peger på filosofien som der hvor denne ”folketeori” er opstået og henviser til Seneca, som for snart to tusind år siden sagde: ”*for at gøre en mand lykkelig skal man ikke gøre ham rigere på ejendom, men fattigere på ønsker*”(Bjørnskov:23) Bjørnskov oplister tre teorier for sammenhængen mellem lykke og penge.

Den første, som er central for næsten al moderne økonomi siger, at vi altid vil foretrække større indkomst og forbrug og derved opfatte vores liv som bedre. Årsagen er i følge Teorien at de muligheder flere penge giver, ikke nødvendigvis i form af en ny bil eller opvaskemaskine, men også en babysitter eller anden ydelse, giver os troen på at vi bliver mere lykkelige og derfor vores liv bedre. Dette er jo helt individuelt hvordan man ønsker at bruge pengene og hvor man ser at man kan øge lykkefølelsen i sit liv. Det kunne man jo nemt se som at det at opnå større økonomisk råderum giver en oplevelse af større *frihed*, frihed til at vælge hvad man har lyst til af materielle værdier. En anden teori, formuleret af endnu en amerikaner, socialpsykologen Leon Festinger i 1950erne. Den siger at alle mennesker sammenligner deres materielle status med en ”referencegruppe” altså det at man sammenligner sin økonomiske formåen med naboen eller sine venner. Det klassiske eksempel er vel det at have en større bil end naboen, gør at man er lykkeligere end ham og derfor

har et bedre liv. Den dag hvor naboen kommer hjem med en endnu større bil end ens egen, daler ens lykkefølelse øjeblikkelig og derved har man straks fået et dårligere liv.

Også at 1000,- kroner vil give mere lykke for fattige end for rige mennesker, er der en del tilslutning til at mene, i følge denne teori. Ved at man kan købe essentielle livsnødvendigheder, men måske ikke tilføre et allerede rigt liv noget, ved beløb af denne størrelse.

Det er argumenter for en omfordelingspolitik, som den danske. Når man omfordeler penge fra de rige til de fattigste i samfundet, udligner man forskellene og skaber mere lykke blandt de fattigste, uden at forringe de riges liv i nævneværdig grad.

Andre versioner af samme teori handler om at vi holder vores liv op imod en norm. At vi opsætter et ideal for hvad vi tænker det gode liv bør være. At vi forestiller os hvad samfundet og mennesker med samme baggrund, uddannelse og sociale status forventer af os. Forskellige versioner af Festingers sammenligningsteorier handler altså om at menneskers forventninger til deres liv og deres vurdering af hvad de reelt har, er afhængig af hvad andre mennesker har.

Hertil kommer en kritik af mediernes fremstilling og dannelse af idealbilleder, som skævvrider den egentlige virkelighed de beskriver.

Bjørnskov sammenfatter Festingers sammenligningsteori med at det handler om er at vi bliver kun lykkeligere hvis vi bliver rigere i forhold til andre eller i forhold til et idealbillede, som samfundet skaber. At det at hele samfundet bliver rigere ikke har indflydelse på den enkeltes lykke, men alene forholdet mellem hvad vi forventer og det vi oplever. (Bjørnskov:24-25)

Måske er det lidt en misforståelse fra Bjørnskovs side, da det jo netop er sammenligning og *lighed* som er udslagsgivende. Ikke at det ikke er potentielt for mere lykke hvis hele samfundet er på et højere niveau. Blot en konstatering af at lighed i samfundet skaber mere lykke og oplevelse af et godt liv for den enkelte.

Den tredje teori siger at vores forventninger og standarder justerer sig i forhold til hvordan vores liv faktisk går. Forskningen kalder det at individers forventninger er dynamiske. At vi oplever lykke ved at vores liv lever op til eller overgår vores forventninger. Men i modsætning til Festingers teori handler ikke om sammenligningen med andre mennesker eller samfundets idealer. Det handler om den enkeltes helt personlige mål, som er under konstant tilpasning. Denne adaptationsteori som siger at vi tilpasser os ændringer i de reelle muligheder i vores liv, udgør at vi ex. accepterer en evt. forventning til højere løn ikke reelt afspejler det arbejde vi udfører og derfor adapterer i forhold til dette. Omvendt vil vi også over tid indse at den lønforhøjelse vi ikke kunne se begrundelsen for, i virkeligheden afspejler vores reelle indsats.

Denne adaptations teori siger altså at vi tilpasser os både forbedringer som forringelser og at vi over tid blot ser det som ”normalt”. (Bjørnskov:26)

Her kan vi igen se at vi passer ind med vores matrix, *frihed, lighed og gensidighed*, ved at netop det gensidige element i den sidste teori er essensen. At så længe vi ser at de forventninger vi stiller modsvares og ligeledes oplever vi modsvarer de forventninger som stilles til os, så er vi i en situation som vi kan kalde et godt liv.

Bjørnskov sammenfatter teorierne således. Ingen af teorierne er fuldstændige og de er alle klart forskellige i deres natur. Almindelig økonomisk teori vil sige at økonomisk vækst giver varig lykke, at den bil man har købt, bliver ved at gøre en glad så længe man har den. Sammenligningsteori siger at én bliver mere lykkelig hvis hun oplever materielle forbedringer, hvorimod at vis alle får det samme ændrer det ikke den enkeltes oplevelse. Adaptationsteori siger at materielle forbedringer skaber lykke indtil man har vænnet sig til det nye niveau.

Hvad er mere godt end andet

Det viser sig selvfølgelig, har man lyst til tænke, at de tre teorier har noget rigtigt i sig alle tre. Men det viser sig at handle mere om kvalitet end kvantitet, altså ikke så meget om hvor meget mere vi tjener men mere om hvor lang tid der går før vi har vænnet os til det og præcis hvilken type af forbrug vi øger, i kraft af den øgede indkomst. Vi bliver mere lykkelige på kort sigt af at kunne øge vores forbrug, den nye bil eller opvaskemaskines ekstra og nye funktioner er dejlige, men vi vænner os hurtigt til dem og de indgår hurtigt i hvad vi blot forventer af disse ting. Går det derimod nedad med indkomsten og mulighederne for forbrug, her viser forskningen at vi ikke på samme måde tilpasser os, men at det tager langt længere tid at tilpasse os. Igen tager Bjørnskov det materielle som direkte parallel til niveauet af lykke og konkluderer at vi bliver lidt lykkeligere vedvarende ved materielle opstigninger og derfor er folk med høje indkomster ofte mere lykkelige end andre.

Her vil jeg stille spørgsmål til om ikke det kan handle om at vi alligevel, i erkendelse af vores højere levestandard, vil svare mere positivt end ellers, fordi vi ikke kan være andet bekendt?

Bjørnskov har jo selv præsenteret teorier som viser at vi svarer i forhold til sociale referencer?

Det viser sig i målingerne at danskere er relativt mere lykkelige, selvom de har en lidt lavere indkomst end flertallet i befolkningen, end man ser de resten af Europa. Her er en langt tættere sammenhæng mellem indkomst og målbar lykke. Hvorfor dette er tilfældet, kan forskningen ikke sige meget om. Dog kan man se at danskere ikke sammenligner sig med stenrige sportsstjerner og milliardærer. Vi udvælger folk fra vores egne kredse med samme uddannelsesniveaue og status, at

sammenligne os med. Dette kunne tyde på at danskere er i stand til at vurdere hvad som er realistisk at sammenligne sig med og som giver mening. Vi er måske gode til at vurdere hvad som har størst betydning for vores liv og kan sætte den position vi har placeret i, i fokus, fremfor at se på vores sociale status. (Bjørnskov:28)

Vi ændrer også sit sammenligningsgrundlag når man får flere midler til rådighed, flytter i større hus osv. Man holder op med at sammenligne sig med sine gamle kolleger hvis man får nyt og bedre betalt job og begynder at sammenligne sig med dem med samme type job man nu har fået.

Men der er forskel på hvor hurtigt vi vænner os til nye ting i vores liv, så forskerne vil gerne vide hvad vi får mest ud af at bruge vores penge på, hvis vi ønsker så meget lykke vi kan få for dem.

Hvordan bruger vi vores penge på en smart måde så vi får mere vedvarende lykke ud af dem?

Forskningen peger på at vi får mest ud af bruge penge på oplevelser, ikke så meget materielle ting og sager. Vi bliver ikke så meget lykkeligere over tid for et nyt køkken som vi bliver af en rejse og eller koncertoplevelse, at gå i teateret eller tage til sportsbegivenheder. Det er simpelthen fordi at vi ikke vænner os så hurtigt til oplevelserne som ville gøre med materielle ting.

Fælles for disse oplevelser er at de oftest sker sammen med venner og familie, som så bliver funderet endnu dybere i vores liv.

En anden smart metode at håndtere sin indkomst på er ved ikke at bruge alle sine midler.

Svenske studier peger på at des mere luft en familie har i økonomien, des større lykkelighed i gennemsnit. Derimod hvis man har et stramt budget er rationalet at der ikke så mange penge at opleve for, ligesom usikkerheden i sig selv trækker ned i lykkeniveauet.

Så når forskningen og Bjørnskov skal til at forklare hvad som er på spil når man skal bevare sin lykkelighed og gode liv, så skifter vi igen til en normativ tilgang, hvor der forklares hvilke tiltag vi bør udføre for at opretholde eller øge den lykkelighed vi allerede har i vores liv.

Man vil kunne diskutere om her er tale om at de valg som lykkeforskningen kommer frem til skaber mest lykke, om ikke vi skal et stik dybere? Om ikke det er værdier disse valg baserer sig på som er udslagsgivende i forhold til at skabe varig lykke? Om ikke det nærmere er den *frihed* som en øget indtægt giver, i form af flere muligheder og valg, om ikke det er netop *ligheden* i sig selv, som medvirker til at vi ser rimeligheden i det materielle velstandsniveau vi befinder os på sammen og om ikke det er det er dynamikken i *gensidigheden* som gør at vi kan omstille os fra den ene dag at være på den øverste gren i samfundet til den næste, at være nede på jorden. Vel vidende at vi har frihed og lighed til at bringe os selv tilbage på den grønne gren hvis vi har behov.

Arbejdet adler

Som den mest gængse måde at erhverve sig penge på, står arbejde nok øverst på listen for de fleste. Men arbejde bliver ofte omtalt som noget vi gerne vil undgå, eller i hvert fald udføre i så lille grad som muligt. Vi kigger længselsfuldt på uret når arbejdsdagen er ved at nå til vejs ende, fordi livet først rigtigt leves, når man har fri. Bjørnsted og forskningen mener at dette er noget vrøvl og at *"en travl person har ikke tid til at være ulykkelig"*.

Det Bjørnskov kalder "folketeori" som siger at arbejde er forbundet med stress og travlhed og som direkte forhindrer os i at nyde livet med venner og familie, det kan ikke være mere galt afmarcheret. Lykkeforskningen viser nemlig at det at blive arbejdsløs meget vel kan være den største årsag til ulykke i et menneskeliv. Det handler ikke kun om tabt arbejdsindtægt men også om andre værdier. I Schweiz har man regnet på hvor stor compensationen skal være hvis man bliver arbejdsløs, for at det skulle garantere at dagpengemodtageren ikke mistede lykke, når hun blev arbejdsløs.

De kom frem til at dagpengene skulle være tre til fire gange så store som den tabte arbejdsindkomst. Dette for at kompensere for alle de andre ting som den arbejdsløse mister ved at ikke gå på arbejde længere.

Det den arbejdsløse taber er i høj grad identitet og sociale relationer, undersøgelser peger også på at arbejde syntes mere forbundet med lykke end det er tilfældet i Sydeuropa. Dette for en stor del på grund af at danskere går på arbejde en tredjedel af deres vågne tid om hverdagen. Vi får venner og tager del i kollegers sociale kredse og familier, vi har relationer til elever vi underviser eller kunder vi har jævnlig kontakt med. Derfor er lykketabet også størst hvis vi er alene om at blive arbejdsløse, mens dem som bliver arbejdsløse i samlet flok, bevarer deres sociale relation og derved også en del af deres lykkelighed. (Bjørnskov:31-32)

To om en lykke

Det hører under al det vi nemt kan blive enige om er betydningsfuldt, hvad enten vi taler om lykke eller det gode liv, nemlig det at have én at dele den med. Kærligheden som essentiel del af menneskelivet og som er fortalt i fortællinger, teaterstykker og romaner lige siden Homers *Odysseen* til de lyserøde ugeblades Barbara Cartland kærlighedsromancer af i dag, er stort set alle mennesker enige om har stor, for ikke at sige uendelig, betydning for den menneskelige lykke. Også her er det noget lykkeforskningen kan redegøre for. I sammenligninger mellem danskere med og uden faste partnere, viser det sig heldigvis at de danskere som er i parforhold, svarer i forhold til et lykkeindeks på 8,4, hvor dem som ikke er i forhold, svarer i forhold til et indeks på 7,9.

Skilsmisser og døsfald er derfor også negativt udslagsgivende i forhold til lykke.

Derimod er det ikke vigtigt om hvorvidt man er lovformeligt gift eller ej. Selvom det er den historie som vielsesritualet udbreder, så er det statistisk og ifølge lykkeforskningen, ikke tilfældet. En grundig og stor undersøgelse lavet blandt tyskere og australiere har givet dette, for nogen, noget overraskende resultat. (Bjørnskov:34)

I omkring to år op til brylluppet stiger lykken for begge parter, for derefter, ligeledes over et par år, at falde til det niveau som var til stede da parret bestemte sig for at blive i forhold til

” Lykken findes altså i at have en at dele sine glæder og sorger med, tale med og støtte sig op ad, og i en sikker viden om, at man er elsket og værdsat ” (Bjørnskov:34)

Det at dele live med en man elsker og bliver elsket af, kunne se ud som om det er en vedvarende kilde til lykke for os mennesker, det at føle at høre til, blive set og blive hørt.

Tillid

Hvad som den førømtalte tosomhed byder på er den særligt raffinerede og svært vedligeholdelsesbare værdi, eller egenskab om man vil, *tillid*.

Jeg vil mene at tillid, i forholdet til vores prisme, *frihed, lighed og gensidighed*, nærmest har prismen som en forudsætning for at kunne holdes ved lige og det bakkes op af den lykkeforskning som vi her præsenteres for. Den siger nemlig at hvad enten du bor i Cape Town eller Roskilde, så har du umiddelbart tillid til dine venner og familie men hvor vidt du har tillid til mennesker du ikke kender personligt, her er det meget vigtigt hvor i verden du lever. I en stor værdiundersøgelse har man spurgt til om man kan stole på andre mennesker eller om man bliver nødt til at være forsigtig. Hertil svare syv ud af ti danskere at man kan stole på folk, det samme gør nordmænd og svenskere. Når vi bevæger os ud over Skandinavien, er billedet et helt andet. I det som før var Vesttyskland svarer lidt færre ned fire ud af ti, at de har tillid til andre mennesker, i de områder som før hed Østtyskland, er det kun én ud af fire som stoler på andre mennesker.

I Europa som helhed er drejer det sig om tre ud af ti som svarer at de har tillid til andre mennesker. Så undersøgelsen viser altså at Skandinavien bebos af verdens mest tillidsfulde mennesker.

Dette er ikke på baggrund af at skandinaver er særligt naive, nej det er der mange gode grunde til de er. Det viser sig at det er på baggrund af at Skandinavien har de mest ærlige og hæderlige borgere i

verden. Det ved man fordi at det amerikanske tidsskrift Readers Digest udførte et eksperiment i 33 forskellige lande verden over. Her fyldte man en pung med svarende til en dagsløn, kørekort, sygesikringsbevis eller anden id, derefter ”tabte” man pungen i midten af større byer, for at se hvor mange punge blev returneret til deres ejere med indholdet intakt.

I Danmark og Norge, kom alle punge tilbage med indholdet intakt, hvorimod andre rige lande som England, Tyskland og Holland, her kom kun cirka halvdelen af pungene retur. I Lissabon kom én ud af tolv tilbage. Det samme gør sig gældende i forhold til bestikkelse, det findes nærmest aldrig sted inden for Skandinavien.

Denne høje grad af tillid til andre skaber lykke for os Skandinaver trods at vi i vores hverdag møder mange mennesker i mange forskellige situationer hvor vi ikke stiller spørgsmål til deres oprigtighed, det være sig i supermarkedet eller i trafikken. Også i vores arbejdsliv er vi afhængige af at kunne vise mennesker vi aldrig har mødt tillid, tillid til at de gør deres bedste og er hæderlige. Hvis man tænker lidt over det er det utroligt mange situationer i et moderne samfund som det vi lever i dag, hvor man gør sig afhængig af en person man end ikke har mødt og des længevæk geografisk og kulturelt denne person befinder sig, des mere anderledes hun er, des mere beskyttet er vi mod de bekymringer det kunne medføre vi skulle håndtere.

Blandt danskere som siger de stoler på andre, er gennemsnitslykken 8,5 mens dem som ikke syntes de kan tro på andre mennesker ligger på 7,9. Dette gør sig selvfølgelig gældende overalt i verden, des større tillid, des højere lykke indeks.

Det at leve i et samfund som består af så høj grad af tillidsfuldhed og hvor folk faktisk lever op til tilliden, gør at selv dem ikke lever i stor tillid til andre, de vil også have færre bekymringer da virkeligheden jo faktisk underbygger tilliden alligevel og folk generelt er mere ærlige og hæderlige, hvilket igen skaber mere lykke, fordi det giver højere tryghed.

At mennesker har tillid til hinanden, skaber en dominoeffekt af positive kræfter i et samfund. Når vi har mere tillid, er det også mere sandsynlig vi vil hjælpe hinanden, træne naboens unger i den lokale fodboldklub, frivilligt, at vi vil deltage i fitness klubbens træning og andre sociale arrangementer. Det medfører at deres liv åbner sig socialt udadtil, i modsætning til hvad som sker i mere lukkede samfund, hvor mistilliden er større. Her er der mere tendens til at folk isolerer sig socialt og det er med til at sænke niveauet af lykke for den enkelte.

Ydermere har tillidsfulde unge mere tilbøjelige til at få sig en uddannelse. Den amerikanske sociolog James Coleman har i 1980'erne vist, at tillid var en vigtig faktor for at unge ikke droppede ud af deres uddannelser. Det er nemmere at arbejde sammen med en tillidsfuld person end en som

er mistillidsfuld. Det gælder i øvrigt også i fredagsbaren. Ærlighed, hjælpsomhed og tillidsfuldhed er egenskaber som gør et vellykket studieliv og senere arbejdsliv langt mere sandsynligt.

Tillidsfulde mennesker tjener i snit mere, det gør de fordi de som regel er bedre uddannede og bedre til at samarbejde. (Bjørnskov:39-40)

Hvad som i sidste ende gør mennesker lykkelige, er helt og aldeles individuelt, siger Bjørnskov:

”Lykken er helt individuel, og

hvad der gør én lykkelig, kan være ligegyldigt for andre.” (Bjørnskov:58)

Hvad som der politisk kan gøres for at skabe de rette betingelser for lykke, er i følge Bjørnskov at skabe de rette rammebetingelser, men måske kan vi politisk set også øge til disse rammebetingelser ved ex. at lade tilliden gro ved at gensidigt lade sig overvåge af befolkningen, vi er trods alt, som individer, ikke øde øer. Bjørnskov ser som den vigtigste faktor for vores lykke, andre mennesker. Ikke bare nære venner og familie, men også fremmede, så lange vi kan holde os fri af snærende sociale normer, som han udtrykker det. Men hvor er det Bjørnskov ser at vi skulle have den viden fra, som skal til for at kunne leve så tillidsfuldt med andre mennesker?

Det er i anden række at måden vi bruger vores penge, hvordan institutioner og politiske rammer får betydning for vores lykke. Det er ikke helt uden en vis glæde over Danmarks placering som et af verdens lykkeligste lande, at Bjørnskov slutter. Men det er jo stadigvæk vores individuelle måde at bruge alle disse ting i vores på, vores valg af værdier hvorpå vi handler, som kan gøre selv det største gode, til vores undergang, eller vores største lykke.

At lykkeforskningen ikke er særligt interesseret i at vide hvad folk mener de bør gøre for at blive lykkelige, men mere ønsker at beskrive hvad så faktisk gør dem lykkelige, syntes jeg ikke Bjørnskov kommer særligt godt i mål med. Det deskriptive ideal for forskningen ender alligevel ud i normative betragtninger om hvordan vi tilpasser os en given situation og ved hjælp af vores viden om verden og hinanden, vælger de positioner som bringer os i den retning vi ønsker.

Men hvordan vi kommer frem til at vælge de rigtige værktøjer og ikke mindst den rigtige brug af disse værktøjer vil jeg vende os bagud imod antikken. Her er nogle af de første tanker om hvordan vi kommer frem til menneskelig lykke gjort, og her ligger en stor del af det tanke- og idegrundlag, vi som mennesker stadig belaver os på i den vestlige verden den dag i dag.

Platon

Jeg tager udgangspunkt i, at vi i vores nutidige demokratiske samfund i vesten, bygger på tankegods som tager sit udspring i det antikke Grækenland. Her opstod Filosofien som ramme for en form for faglige spekulationer og ideer om menneskets vilkår i og med naturen og den verden som omgiver det hele. Som en af de største repræsentanter for denne filosofi, står Platon. Fra omkring 429 – 347 F.v.t. levede han i Athen som en af byens mest estimerede borgere, med stor indflydelse på og i byens politiske, som filosofiske anliggender. Hans tanker og ideer viste sig dog at række langt længere. Der er ikke mange, hvis overhovedet nogen tænkere, som gennem tiden ikke har refereret eller i det mindste forholdt sig til Platon og hans tanker, begreber eller ideer. Få har haft samme indflydelse på vesterlandsk filosofi, men vi kunne nævne Aristoteles (Platons elev), Aquinas og Kant, hvis indflydelse har været på højde med Platons.

Blandt de mest udbredte opfattelser af Platons doktriner, som han udlægger dem i hans værker, fremstår verden for vore sanser, som fuld af fejl og mangler. Dog findes der en mere virkelig og perfekt virkelighed, som består i det som omtales som ideerne eller formerne.

Disse former eller ideer, ses som perfekte idet at de er evige og uforanderlige og på en måde paradigmatisk for vores måde at opfatte verdenen som den præsenteres for vore sanser, på.

Her er tale om abstrakte objekter fordi de ikke er at finde i tid og rum, såsom: Godhed, skønhed, ligeværdighed, storhed, lighed, forening, væren, enshed, forskellighed, forandring og uforanderlighed.

Platon arbejder med at skabe distinktionen mellem objekter som er observerbart skønne: *Det gode, det retfærdige, det forenede, det lige, det mægtige*, og så det som virkeligt er skønt: *godhed, retfærdighed, enhed*, som er hvorfra det observerbart skønne får sine navne og korresponderende karakteristika fra. Stort set alle Platons hovedværker arbejder i og med denne distinktion, Vi bliver opfordret til transformere vore værdier i forhold til formene vs. en ikke perfekt fysisk verden.

Sjælen er af en anden substans end kroppen og i en grad, at den fungerer uden kroppen som sådan og er i den tilstand langt bedre til at opsnappe virkeligheden som formene peger på en den fysisk kropslige form er. I få af Platons værker (særligt Meno), taler Platon om at sjælen, forud for sit møde med sin indehaver, altid kan skelne det gode og at livet er formet af en form for straf i forhold til hvor godt et liv man tidligere har levet, hvor god man har været til at vælge det sande skønne.

Dog er den mest fremtrædende udlægning, at en sand filosof, som kender vigtigheden i at kunne skelne mellem hvad *det gode, det dydige og det modige* er i modsætning til alle de ting som kan

være givet prædikatet godt, dydigt eller modigt, han er i position til at blive etisk overlegen uoplyste mennesker.

At forstå hvad er det gode og hvorfor og ikke mindst hvordan kan vi som menneske blive gode, det er måske det vigtigste for os mennesker, siger Platon. (Kraut:1.)

Platon den gådefulde

Selvom Platon er kendt for disse positioner og mange af hans værker af mange læses som at promovere disse, er det som om han ønsker os at tvivle? For ofte fremviser Platons værker en form for utilfredshed og gådefuldhed, som viser sig ved at ex. formen ”*det gode*” beskrives som et mysterium, hvis virkelige natur er flygtig og ikke at få tag i for nogen som helst. Dette er ex tydeligt i værker som bl.a. ”Staten”, ”Parminides” samt ”Euthydemus”, som vi vil gå nærmere ind i på et senere tidspunkt.

Hvis man sammenholder Platon med andre kendte store filosoffer, Aristoteles, Kant, Aquinas, som er dem han oftest er holdt op imod, vil man opdage at han er langt mere undersøgende, ikke systematisk, flygtig og legesyg end disse. Sammen med hans store evner som forfatter og skaber af karakterer og drama, er han i sit forfatterskab måske den største invitation til filosofien i sig selv. Ved ikke at opstille et system af doktriner, som fuldendt beskriver hvilke handlinger som fører os på den rette vej, skaber Platon nærmere en ramme for læserens egne undersøgelser af ideernes udfoldelse. Dette trækker læseren ind i en række overvejelser af hvad sagens kerne, som den præsenteres for læseren, er. På denne måde inddrages læseren i aktivt at filosofere og selv bidrage i forhold til de ufærdige og ikke konkluderende emner han drages ind i. (Kraut:2.)

Dialogen

En anden feature ved Platons skriv og som adskiller ham fra andre, er hans udprægede brug af dialog. Det er kun i det værk som hedder ”Apologien” Sokrates forsvarstale, hvor Sokrates anklages og dømmes for at have andre guder end de anerkendte i Athen, her er der tale om en tale han holder i forsvar for sig selv. Dog er der dialog her også, når han henvender sig til salen og anklageren Meletus.

I modsætning til dialog, som vi kender det fra drama og teater, søger Platon ikke at skabe en verden hvorfra han fortæller historier. Det er heller ikke som i græske tragedier eller mytiske legender. Det er i form af filosofiske diskussioner og debatter, at vi ser Platon bruge dialogen.

Han rammesætter disse filosofiske diskussioner, som regel med virkelige historiske personer, med en beskrivelse af omgivelserne diskussionerne foregår i. Det kan under en gåtur langs byens mure, på besøg hos en rigmand eller som en samtale under et besøg i en badstue. Så det er ikke helt neutrale rammer Platon dialoger foregår i, der opstilles kontekst for det diskuterede emne, dog skal det siges at dette ikke er tilfældet altid. Det er derfor tydeligt at Platon forsøger at inddrage læseren i diskussionerne samtidigt med at han kritiserer bestemte kulturelle og sociale miljøer, valg og personer. (Kraut:3.)

Sokrates

I Platons dialoger er der, så godt som altid, den samme samtalepartner nemlig Sokrates.

Som med alle næsten Platons personer og figurer, var Sokrates en virkelig person.

Det var ikke alene Platon som følte sig draget af at benytte den virkelige Sokrates som inspiration for sit arbejde, ex. Aristoteles brugte ligeledes Sokrates som figur. Også historikeren og den militære leder, Xenofanes, beskrev retssagen mod Sokrates og brugte ham i andre af sine arbejder. Også andre har brugt Sokrates samtaler med andre i byen. Så ved at bruge Sokrates som hovedfigur for sine dialoger, fortsatte Platon i virkeligheden blot en allerede eksisterende genre som diskuterede Sokrates person og værdien af hans intellektuelle samtaler.

Aristofanes¹ komiske portræt af Sokrates var således en kritik af ham og andre ledende intellektuelle i tiden (omkring 420 f.v.t.) mens Platon og Xenofanes og andre som skrev om Sokrates (390 f.v.t.) beskrev Sokrates positioner langt mere favorable, i det som Aristoteles kaldte, Sokratiske diskurser.

Beviseligt Sokrates var en person som provokerede dem som kendte ham eller havde hørt om ham. Hans dybtgående tankevirksomhed havde stor indflydelse på de mange som fulgte ham og inspirerede til at skrive om ham. Som han portrætteres af Platon, Xenofanes og Aristofanes, er det hos Platon at Sokrates indflydelse som filosof er tydeligst og har størst udtryk.

Vi læser Platons Sokrates fordi Platon lykkes med at pirre vores nysgerrighed overfor hvem Sokrates var og hvad han stod for, også selvom vi ikke har historisk interesse i Sokrates, men at interessen ligger i de filosofiske perspektiver i Platons skriv. Platon var nok inspireret af Sokrates men som vi kender det udfoldet i dialogerne, hersker der ikke megen uenighed om at Platon bruger

¹ Aristofanes var en komedieforfatter i oldtidens Grækenland. 11 af hans komedier er bevaret: 425 f.Kr.: Acharnerne 424 f.Kr.: Kavalieriet 423 f.Kr.: Skyerne 422 f.Kr.: Hvepsene 421 f.Kr.: Freden 414 f.Kr.: Fuglene 411 f.Kr.: Halloj i Thesmoforiet eller Kvinderne ved Thesmoforiefesten 411 f.Kr.: Lysistrate

Sokrates figuren til at skabe dialogen. En dialog som tvivler, argumenterer og stiller spørgsmål og som Platon personligt holder sin egen figur ude af. (Kraut:4.)

Platon om det gode og det gode liv

Jeg vil nu anskueliggøre hvordan Platon kan ses som at udlægge distinktionen, det gode og det gode liv. Som tidligere nævnt er "Euthydemus" essentiel blandt Platons værker, når det handler om definitionen af det gode og det gode liv. Jeg vil derfor bruge dette værk som eksemplificering af Platons tanker og benytte eksisterende forskning på området.

Den amerikanske professor ved Universitetet i Arizona, USA, Dan Russell, med speciale i antik filosofi og etik, fokuserer på hvordan antik filosofi kan bruges til, aktivt, at forbedre vores liv.

I hans bog fra 2005 "Plato on Pleasure and the Good Life" analyserer han på netop Platons forståelse af det gode og det gode liv.

I følge Russell, gør Platon os det klart, at for at overhovedet at tænke på værdien af noget som helst, det være sig nydelse eller hvad som helst vi ønsker at have i vores liv, begynder det med at reflektere over hvad vi ønsker af livet til at begynde med. Dette fordi at alle vil kunne blive enige om at ønske et godt liv og være lykkelige. Problemerne kommer når værdierne som ligger bag dette skal vælges. Dette er altid udgangspunktet for Platons refleksioner over hvad værdi overhovedet er for en størrelse, siger Russell. At finde frem til hvad et godt liv så bør indeholde er en anden sag. Filosofisk teori bør ikke erstatte almindelig refleksion, men være et værktøj til at undersøge vores valg grundigere, måske endda få os til at vende os væk fra oprindelige forestillinger om hvad vi egentlig ønsker af vores gode liv.

Til det formål sætter Russell sig for at reflektere over naturen af værdi hos Platon i Euthydemus. Det vil skabe et bedre overblik og indsigt i de forskellige roller forskellige former for "det gode" spiller i vores liv. Vi kan måske blive overraskede over hvilke valg og handlinger som vil kunne skabe mest lykke i vores liv og at vi overhovedet kan vælge.

I særdeleshed de ting i vores liv, vores helbred, vores rigdom eller vores projekter, er afhængige af hvilken grad af indsigt vi benytter i vores valg i forhold til disse.

Om tingene vi vælger i sig selv, skaber lykke eller om, som Platon agiterer for, at det er når vi bruger vores visdom i vores valg omkring disse ting, at vi kan skabe lykke i vores liv.

Det handler om for Platon at placere tingene rigtigt i vores liv. Russell kalder dette "rationel incorporation"

Hvad er det Gode?

Hvad som gør et liv godt og lykkeligt, er her jo klart mange forskellige svar på. Aristoteles observerede at folk svarede efter hvad de fandt vigtigt og til tider ligefrem efter hvor de var i deres liv netop nu. Men vi leder efter en mere grundlæggende forskel på måden at se det gode på.

Kan penge gøre dig mere lykkelig? Ja, måske men måske i højere grad handler det om hvordan du bruger pengene og ikke pengene i sig selv? I nogle tilfælde sløser man blot pengene væk, i andre vælger man mere etisk og oplever at man får noget ud af pengene.

Andre måder kunne være at den bevidste agens man lever sit liv efter i sig selv, skaber lykke og at det ikke er pengene i sig selv, selvom du bruger på noget oplagt godt.

Russell skaber her to distinktioner mellem disse typer af lykke som skabes. *Additive conception of happiness*, at lykke består i hvad vi tilføjer vores liv, eller den lykke som skabes via agens, *directive conception of happiness*. At vores valg og handlinger skaber lykke og det gode liv.

Umiddelbart giver det os valget mellem om lykke er bestemt af den retning vi vælger for vores liv som sådan, eller om lykke opstår som resultat af mange valg af retning, for ting som ikke nødvendigvis har den retning i sig selv, siger Russell. Samtidigt peger Russell på at Platon i Euthydemus, viser os at det som umiddelbart synes godt, den gode handling, den nydelse som opstår ved at tilføre vore liv et bestemt valg eller retning, ikke er så entydigt endda. Det handler i høj grad om hvilken type af værdi valg vi foretager. (Russel:2-3)

Euthydemus

Russell udvælger et udgangspunkt i Euthydemus som værende notorisk og hvori Platon overvejer netop disse to opfattelser af lykke.

Udgangspunktet er at alle vil kunne være enige om at ønske at være lykkelige og at ønske at det må gå os vel, det må vi som læsere alle kunne tilslutte os og det forekommer omsonst at sige noget imod? Problemerne opstår når vi forsøger at definere hvad lykke og godhed er for nogle størrelser. Sokrates præsenterer først den position at lykke kommer fra gode ting. Rigdom, godt udseende, at være en kendt person og være heldig.

‘[Since] we all wish to fare well , in what way would we fare well? Would we fare well if we had many good things?’ ...

[Cleinius] agreed.

‘Well then, what sorts of things are there that happen to be good for us? It doesn't seem very difficult, and doesn't take a very grandiose man to produce a ready answer—everyone would tell us that being wealthy is a good thing, right?’

‘Yes, quite,’ he said.

‘And so also being in good health and being beautiful, and being nicely outfitted with other bodily goods?’

He concurred.

‘But surely an influential family, and power, and prestige in one's own circles are, clearly, good things.’

He said they were. (279a1–b3)⁶ (Russell:3)

I det efterfølgende kan vi sammen med Russell, følge hvordan Sokrates ikke blot siger at det handler om at være i besiddelse af disse goder, men også gøre brug af dem:

‘So would it do us any good if we should only have these things, but were not to use them? For instance, if we had plenty to eat but didn't eat it, or plenty to drink but didn't drink it, would that do us any good?’

‘Certainly not,’ he said....

(p.19)

‘So, Cleinias, this would be enough to make someone happy: both to possess good things and to put them to use?’

‘That's how it seems to me.’ (280b8–c3, d7–e3) (Russell:4)

Så Platon erkender her at ved at være i besiddelse af disse goder eller gode egenskaber, vil det umiddelbare være at disse er attraktive og noget vi gerne vil have i vores besiddelse. Samtidigt kan vi bemærke at de handler om hvad Russell kalder ”additive conception of happiness” noget vi tilføjer vores liv som helhed. Men vi kan samtidigt læse os til at Cleinias svar allerede åbner for en tvivl eller et spørgsmål, for det er kun ”hvad det syntes at være for ham”.

Men det er umiddelbart, at blot det at være i besiddelse af disse ting og egenskaber, skaber muligheder for at handle til gode for os selv og måske endda andre? Men Sokrates ønsker at henlede opmærksomheden på at det også handler om måden vi vælger at tage disse ting og egenskaber i brug. (Russell:4)

So, Cleinias, would this be enough to make someone happy: both to possess good things and to put them to use?’

‘That's how it seems to me.’

‘In what way?’ I said. ‘If someone should put them to good use, or even if he didn't?’

‘If he puts them to good use.’

‘Well said!’ I said. ‘I think it will be more the opposite [of happiness] if someone were to put something to bad use, than if he were to leave it alone; the former is bad, while the latter is neither good nor bad. Or isn't this what we say?’

He agreed. (280d7–281a1) (Russell:4)

Sokrates pointerer at hvis vi gør dårlig brug af vores goder og vælger dårligt vil det direkte medføre det modsatte, nemlig ulykke.

Her bliver vi via Russell ledt på sporet af at Sokrates flytter ansvaret for vores lykke fra det i sig at have gode ting i sit liv, til den intelligente agens, hvormed vi gør brug af disse goder.

Det som gør os i stand til at træffe disse valg på den rigtige måde med den rigtige retning, er *viden*. (Russell:5)

‘So,’ I said, ‘when it comes to using the things we said earlier were the good things—wealth, health, beauty—the correct use of all these sorts of things is knowledge, which leads and directs our behavior; or is it something else?’

‘It's knowledge,’ he said.

‘So knowledge, it seems, provides for people not only good fortune but also good action, in all their possessing and doing.’

He agreed.

‘My God!’ I said. ‘Then do any of our other possessions do us any good without intelligence and wisdom?... The upshot of all this, Cleinias,’ I said, ‘is presumably that all of the things we said at first were goods—well, the account of them is (p.20) not about how they themselves, in their own right, are good by their very nature, but rather it seems to be this: if ignorance should lead them, they're greater evils than their opposites, to whatever degree they are able to encourage the bad person who is leading them; but when intelligence and wisdom lead them, they are greater goods —

although neither of them themselves, considered in their own right, are of any value at all .’

‘Apparently,’ he said, ‘and as seems plausible, it is just as you say.’ (281a6– b6, d2– e2) (Russell:5)

Her bliver det særligt interessant, da vi bliver klar over, at de ting og egenskaber vi umiddelbart forbinder med et godt liv, ikke har nogen værdi i sig selv. De mangler styring og retning for at skabe et godt liv. Deres værdi som gode er altså helt afhængig af den bevidste styring en vidende agent giver dem. Platon kontrasterer ting, udover *viden*, som værende afhængige af bevidst styring, i form af netop viden, for at skabe det ønskede resultat. På den måde kommer Sokrates frem til at *viden* er godt i sig selv, uden yderligere kvalifikation og afgørende for lykke.

‘So what follows from what we've said? Isn't it this, that of the other things none is either good or bad, and that of these two, wisdom is good, and ignorance bad?’

He agreed.

‘Well, then let's have a look at what's left,’ I said. ‘Since all of us desire to be happy, and since we evidently become so on account of our use—that is, our good use—of other things, and since knowledge is what provides this goodness of use and also good fortune,⁹ every man must, as seems plausible, prepare himself by every means for this: to be as wise as possible. Right?’

‘Yes,’ he said. (281e2–282a7) (Russell:6)

Platon afklarer her, i følge Russell, at nøglen til lykke er ikke at finde i goder eller projekter som en person former sit liv via, men i kraft af den retning og fokus, personen tilfører sit liv og set over et hele, den lykke den enkelte oplever.

Russell peger på at Sokrates, i samme åndedrag, siger at ting foruden visdom får højere formål hvis visdom giver dem retning og i næste åndedrag siger at kun visdom er alene af det gode.

Dette rejser to vigtige spørgsmål, siger Russell. Det første, Hvorfor bør vi se på visdom som det eneste virkeligt gode? Selvom det fremstår ukomplet argumenteret i Euthydemus, er det alligevel det som står tilbage hvis vi læser i dybden og bliver underbygget af en afklaring af Platons værdi teori som teksten samtidigt indeholder. For det andet, hvordan kan noget have højere formål end andet, hvis det ikke har det i forvejen? Platon ønsker at skabe distinktionen mellem det rene gode og

det gode som bliver til i en form for opkvalificering. Det gør han på baggrund af at se visdom som det eneste rene gode, fordi det i sin natur og struktur er godt og ved at sige at visdom ikke kun er alt overlegent, men også indeholder en intrinsisk unik værdi som udgør at visdom alene kun er af det gode. (Russell:6)

Niveauer af det gode

For at afklare hvad særligt der er ved visdom der gør det udelt godt, deler Russell op i tre værdi kategorier.

1. Hvad er formålet med dets værdi, for værdien selv eller for noget som ligger udenfor?
2. Er det værdifuldt i sig selv, eller skal det tilføres værdi
3. giver det værdi til andre ting eller bringes værdien til tingen, via noget andet?

Når vi værdisætter noget, gør vi det ex. som et middel for noget andet, her taler vi om at noget har *instrumentel værdi*, modsat hvis vi mener det har værdi i sig selv, så er her tale om *endelig værdi*. Hvis man er sund og rask ex., så er her tale om en endelig værdi, da det i sig selv er godt at være sund og rask. Derimod har medicin en instrumental værdi, ved at den bringer os i en bedre tilstand end vi var. På samme måde, hvis man har det godt, er her tale om endelig værdi mens det at tjene penge har instrumentel værdi, siger Russell.

Det næste handler om placeringen af værdien, om hvorvidt der er tale om intrinsisk værdi, at værdien ligger indenfor godets eget domæne, eller om der er tale om ekstrinsisk værdi, hvor værdien ligger udenfor godets domæne og må have tilført det gode udefra.

For det ekstrinsiske gode gælder, at det er hverken godt eller dårligt, før det bliver tilført det, via agens. Ex. en karriere kan både tilhøre den gode eller dårlige side i et menneskes liv, men først når vi placerer karrieren på rette hylde, kommer den til at fungere som et gode i vores liv. Derimod er intrinsiske goder allerede gode i sig selv og derved altid gode hvad enten det bruges eller ej.

Hvis vi sørger for at adskille disse to, ekstrinsisk og intrinsiske goder, fra endelige og instrumentelle goder, kan det blive endnu lettere at forstå.

Ex. et ekstrinsisk gode, en karriere som vi er lykkes med at placere på rette hylde i vores liv, kan samtidigt være et endeligt gode og blive et gode i sig selv. (Russell:7)

Ved at værdisætte et ekstrinsisk gode kan vi gøre det endeligt i kraft af hvor dets godhed stammer fra og hvordan vi værdisætter det som godt.

Men ikke alle ekstrinsiske goder er endelige goder, og ikke alle endelige goder er intrinsiske. Derfor er forskellen mellem det intrinsiske og det ekstrinsiske gode og distinktionen mellem det endelige og det instrumentelle, vigtigt at kende forskel på, siger Russell (Russell:7)

Hvis vi tager et måltid, her kan vi sige at det er afhængigt af en dygtig kok som har tilberedt måltidet, for at det er godt, eller vi kan tale om at et måltid i sig selv, er godt for at stille min sult. Hvis alt var som i det sidste eksempel, så ville der altid være tale om ekstrinsiske goder og dermed instrumentelle goder, da vi derfor altid taler om midler og mål. Men det ved vi jo nok ikke er rigtigt? Gode måltider og gode karrierer er ikke udelukkende instrumentelle goder, men de er heller ikke intrinsiske goder, vel? men derimod kan de sagtens være endelige goder, resultatet er godt, udkommet er af det gode. Så må forsøge at finde et yderligere afhængighedsforhold end middel og mål og for at gøre det rejser Russell et tredje spørgsmål.

Det drejer sig om en tings aktive eller passive rolle i værdsættelsen, nogen ting kan tilføre andet gode kvaliteter og igen andre ting skal have det tilført fra noget som ligger udenfor tingens sfære. Hvis vi tager eksemplet med karriere, så er her tale om at vi må tilføre det gode vores karriere for at give den, den rette position i vores liv. Russell siger at vi bruger vores praktiske intelligens til dette formål, at differentiere, da en karriere ikke gør det i sig selv.

Ellers kan vi tale om betingelsesløse goder, goder som ikke er bestemt af noget udenfor dets sfære men som kan tilføre noget andet en god værdi. I eksemplet med karriere, er forholdet at vi taler om betingede goder, at der skal tilføres et betingelsesløst gode. Betingede goder er altså afhængige af hvordan man relaterer til det, de ubetingede goder er dem som opfører sig godt i forhold til noget andet.

Det er tydeligt at det hænger sammen med distinktionen, intrinsisk og ekstrinsisk. Russell gør opmærksom på at når Platon taler om at visdom står alene overfor alle andre goder, så mener Russell at han diskuterer betingede vs ubetingede goder, som Platon udlægger som hvad som dirigerer godt og det som er afhængigt af at blive dirigeret. Russell mener ikke at det er det samme som betingede og ubetingede goder og at det skyldes at man overser tre punkter.

Et er at ubetingede goder, er sådanne, fordi de er det i forhold til deres aktive rolle med hensyn til godhed. Man siger ofte at det gode som altid er godt, derved er betingelsesløst godt. Men selvom et betingelsesløst gode er et gode til alle tider, ligger pointen ikke i at være allestedsnærværende, ej heller i frekvensen af tilstedeværelser af goder som er gode. Et betingelsesløst gode er et gode som betinger det gode i andre ting. (Russell:8-9)

Dette er grunden til at man kan sige at ubetingede goder differentierer. (Russell:8-9)

Vi kan tale om mange ting som under visse betingelser vil fejle i at være gode, men hvis vi taler om godhed – punktum. Så ligger distinktionen mellem, at den godhed som strømmer fra kilden til al godhed, på den ene side, og hvad kilden er, på den anden.

Dette er især tydeligt hvis vi taler om *eudaimonisme*, hvor der skelnes mellem det gode som vi inkorporerer i vores liv på rationel vis og det som det gode er. Her taler vi specifikt om hvad som vil øge en persons lykke, betingede goder som vil påvirke livet mod øget lykke.

I denne kontekst er denne godhed noget som er betinget, da intet kan i sig selv være den rigtige ingrediens i livet som gør det lykkeligt men, nødvendigvis være betinget af dine ønsker, håb og valg og forsøgt opnået på rationel vis.

I denne kontekst er det fundamentalt at, distinktionen mellem det ubetingede goder og betingede goder, ligger i den visdom som en agent som handler udviser og så det agenten handler i forhold til med visdom. Platon siger at lykke handler om, både det du GØR med dit liv og det DU gør med dit liv.

For det andet, siger Russell, at en god forståelse af distinktionen mellem betingede og ubetingede god er nyttig for at forstå hvordan ekstrinsiske goder kan være endelige goder.

Nogle ekstrinsiske goders betydning for målet vil være afhængige af deres funktion som middel, men ikke alle. En klogt forfulgt karriere er et ekstrinsisk gode, fordi den er afhængig af at noget andet for at gøre den god, men kan stadig være endelig i sig selv, ved at den godhed ikke nødvendigvis er afhængig noget yderligere end den visdom den har forfulgt sit mål med. (Russell:9) Betingede goder er ekstrinsiske goder og de kan være mål, oftere end midler. Faktisk er hovedparten af mål i en persons liv, bestående af betingede ekstrinsiske goder. Når alt kommer til alt, alt i en persons liv er afhængig af at blive givet retning vha. visdom og denne afhængighed af visdom rokker ikke ved det tingene er værdsat for, i sig selv.

For det tredje, betingede goder har ingen kraft i forhold til lykke. Dette er selve pointen i disse betingede goder, forstået korrekt, de har ingen kraft i forhold til at udløse lykke, hverken vha. dyder eller andet.

Det er en fejlslutning at tro at godhed som en funktion af noget som har en bestemt rolle i ens liv eller karakter, er det modsatte af at noget simpelthen har en bestemt kvalitet og lige meget hvor godt det er, vil det ikke bringe lykke, siger Russell. Det er kun dydighed som det ubetingede gode som, den intelligente agens, bibringer livet den dimension af harmoni og integreret hele. (Russell:9) Dyd er det ubetingede gode fordi det er det eneste som kvalificerer sig som den agens, aktiv og dirigerende og det dirigerer i overensstemmelse med den rigtige årsag. Derfor kan dyd spille den

passende produktive rolle som et ubetinget gode kræver og det er derpå alt andet er afhængigt af dyd for være godt. Det er ikke tilfældet at dyd kun er en del af et lykkeligt liv fordi det skaber den rigtige ingrediens i ens liv. Der er ingen måde hvorpå det at være den rigtige version af sig selv kan være en forkert del af ens liv.

Hvis man reflekterer over det et øjeblik, kan man se at det at se dyd som den rigtige funktion af ens sjæl, som helhed, må være et sådan gode. Dyd er ikke en ting iblandt mange man inkorporerer i ens liv, på godt og ondt, men den ting som udgør det, at tilføje andre ting til sit liv på den rigtige måde. Disse observationer har følgende konsekvenser.

Et er at betingede goder koeksisterer med ekstrinsiske goder, som to sider af samme mønt.

Extrinsiske goder er afhængige af noget andet, for at bringe det gode frem i sig, det samme gælder for betingede goder, som ikke er differentierede i sig selv, helt på samme måde som det gælder for ekstrinsiske goder, at det kræver en kilde for at blive differentieret.

For det andet gælder at ubetingede goder koeksisterer med intrinsiske goder. I forholdet til lykke, er der ikke noget, ingen ting eller handling, som er godt i sig selv fra naturens hånd. Kun den vise handling er god i forhold til alt andet. Konsekvensen af det må være at kun den agens som styrer vores handlinger i retning af fornuft, kan være godt i sig selv.

Så når vi nu har set at en sådan styring af ens handlinger er det eneste som kan være ubetinget godt og bibringe den rigtige retning af alle aspekter i vores liv, kan vi forstå at det er kun dette som kan være ubetinget godt. (Russell:10-11)

Lykke på baggrund af gode ting

Hvis vi prøver at samle lidt op på hvad det er vi får at vide af Platon, er det på den ene eller anden vis en eksemplificering af hvordan vi kan producere glæde og lykke i vores liv, via de ting vi har til gængelige for os. Vi har en række muligheder ting og indhold tilgængelige for os og hvis vi bruger dem rigtigt, kan vi skabe mere glæde og lykke for os selv. Her er det vigtigt, at selv ting som umiddelbart ser ud til at være gode ting vi gerne vil have i vores liv, kan misbruges og skabe mere ulykke end lykke og det er jo ikke det som vi gerne vil. Som Sokrates siger:

“Seeing that all men desire happiness (...)” (Plato:26)

Og det har vi jo været enige med ham i flere gange alle på nuværende tidspunkt, alle mennesker ønsker lykke, glæde og det gode liv.

Videre har vi også fundet ud af at det kan vi skabe ved at bruge de ting vi har til rådighed i vores liv og ikke bare bruge dem, men også det at vi skal bruge dem rigtigt, Sokrates: *“and happiness, as has been shown, is gained by a use, and a right use, of the things of life,”* (Plato:26)

Tilmed ved vi at det som gør at vi kan få glæde og lykke ud af de ting vi har i vores liv, det er når vi bruger de ting med al vor viden, Sokrates: *“and the right use of them, and good-fortune in the use of them, is given by knowledge”* (Plato:26) Vi kan slutte os til at vi alle bør gøre vores yderste for tilegne os så stor visdom vi kan, Sokrates: *“the inference is that everybody ought by all means to try and make himself as wise as he can?”* (Plato:26)

Vi har også lært at visdom er de eneste som er godt i sig selv, det eneste som ikke behøver andet tilført for at være godt. Det er dette gode som kan omdanne vores muligheder til lykke og glæde og som kan skabe rammerne for det gode liv.

“And when a man thinks that he ought to obtain this treasure, far more than money, from a father or a guardian or a friend or a suitor, whether citizen or stranger—the eager desire and prayer to them that they would impart wisdom to you, is not at all dishonourable, Cleinias; nor is any one to be blamed for doing any honourable service or ministration to any man, whether a lover or not, if his aim is to get wisdom. Do you agree? I said.

Yes, he said, I quite agree, and think that you are right.” (Plato:26)

Vi må altså gøre alt hvad som står i vores magt for at dygtiggøre os og opnå visdom, langt vigtigere er det for os end penge, hvis vores far eller værge ønsker at dele deres visdom med os, Dette gælder også for alle vi kan hjælpe heri at dele vores visdom med dem.

Så hvis visdom er noget som vi kan lære og tilegne os, ligesom vi kan hjælpe andre ved at dele vores visdom, så er vi måske nærmere at skabe vores egen lykke end man skulle tro? Sokrates differentierer mellem om hvorvidt visdom er eller opstår spontant eller om hvorvidt det er noget man kan lære at besidde: *“if only wisdom can be taught, and does not come to man spontaneously”* (Plato:26)

Vi bør elske visdom for det den kan gøre for os, det at den hjælper os med at træffe de rigtige valg, nu vi har lært at visdom kan læres og det at bruge vores ting i livet på den rigtige måde, vil skabe glæde og lykke for os: *“But now, as you think that wisdom can be taught, and that wisdom only can make a man happy and fortunate, will you not acknowledge that all of us ought to love wisdom, and you individually will try to love her?”* (Plato:26)

Så når målet er at skabe mere og varig lykke og glæde i vores liv kan vi ifølge Platon selv skabe det hvis vi accepterer de præmisser som skaber visdom. Visdom er noget vi kan lære og videregive og

visdom er det eneste som findes der er godt i sig selv. Visdom behøver ikke nogen rettesnor eller andet tilført for at kunne udøve sit potentiale. Intet andet er alene godt i sig selv. Hvorimod alle gode gerninger, penge, tanker, kommer til at virke modsat hvis det er ignorance som vi styrer vores liv med. At lære sig selv at kende og tæmme sig selv er et velkendt tema hos Platon. For at kunne fungere i et fællesskab er det i Platons øjne vigtigt at mennesket tæmmer sine selviske sider og bliver en del af den søjle det fælles bedste hviler på. Herunder kommer erkendelsen af *Gensidighed* i forhold til fællesskabet, som til gengæld beskytter dig mod du deltager og deler. Dette i kontekst af *Lighed* hvor vi alle er lige for de principper som gælder for at vi kan skabe mest lykke for de fleste. Øverst over alle andre værdier står *Frihed* som det vi alle, som individer og i fællesskab stiler i mod. Ved at insistere på at lære os selv at kende, udfordre os selv og ikke falde hen til det passive liv hvor vi lader os forme af normen og konformiteten, henimod en konstant undersøgelse af livets muligheder og frihed. Frihed som et rum hvor visdommen kan råde i valget af retning i livet, det gode liv.

Jeg vil nu gå videre med at diskutere de tre udvalgte værdier, *Frihed*, *Lighed* og *Gensidighed*, i forhold til den moderne lykke forskning og i forhold til Platons ideer om lykke og det gode. Samtidigt vil jeg sammenligne og diskutere nogle af de forskellige måder de to tekster ser på mulighederne for at mennesker kan skabe sig et godt liv.

Jeg vil nu diskutere de forskellige positioner som er fremgået af henholdsvis den moderne lykkeforskning og Platons ideer om det gode liv. Det vil jeg gøre ved at holde de to positioner op imod min matrix af værdier: *Frihed*, *Lighed* og *gensidighed*.

Diskussion

Frihed

Når jeg benytter begrebet *frihed* er det i den forståelse, at jeg ser det som begreb og som værdi. Som begreb, i forståelsen som modsat ufrit, låst eller indespærret og som værdi, som noget vi kan ex. tilføre vores liv indefra, eller som noget som kan tilføres udefra.

Jeg ser det som essentielt i forhold til ideen om Det Gode Liv, fordi det som værdi skaber et rum hvori vi kan handle frit som individer og i fællesskaber. Det er vigtigt at vi kan handle frit fordi vi skal have mulighed for at styre vores liv i den retning vi ønsker, det samme gælder for fællesskaber,

herunder samfund, at vi skal have frihed til at bevæge os henimod vores værdibaserede mål, det er her det gode liv opstår, det er her muligheden for gode liv opstår, det er min påstand.

Men hvor ser jeg frihed som værdi i den moderne lykkeforskning i dag og i særdeleshed i den som den præsenteres for os af professor Bjørnskov?

Jeg ser at der hvor lykkeforskningen kigger hen, er i høj grad i retning af materialistisk målbare forbedringer af vores liv, som så derefter omsættes til lykke. Men når forskningen siger som den gør og peger på materielle forbedringer som værende dem som skaber grobund for lykke, kommer den ikke med et klart bud på hvordan. Forskningen fremhæver at mennesker altid vil have mere, at flere penge er godt, at der sker målbare forbedringer med folks lykke når de bliver rigere og det selvom folk svarer at flere penge ikke nødvendigvis vil gøre dem lykkeligere?

Men det til trods, fokuserer forskningen på at højere indtjening resulterer i sidste end i mere lykke og at det forbindes med en højere grad af frihed i kraft af øget mulighed for at vælge.

Samtidigt skaber den højere indtægt mulighed for at indgå i konkurrence med andre medlemmer af den sociale gruppe man tilhører, man kan købe en større bil end naboen.

Men hvis vi nu går med på ideen om at øget indkomst resulterer i mere lykke for den enkelte og samtidigt respekterer lykkeforskningens præmis om at være deskriptiv og ikke normativ, så får vi hurtigt et problem tænker jeg. For ikke så snart at der etableres slutningen om at højere indkomst giver mere lykke, så præsenteres teorier om på hvilken måde, det ikke er ligegyldigt hvordan vi bruger denne øgede indkomst. Den nye bil mister hurtigt sin glans og evne til at holde vores lykke oppe og andre valg af investeringer ser ud til at skabe mere varig lykke for den enkelte. Det peger jo i retning af at der alligevel er noget som vi bør gøre, nogle handler som er bedre end andre. Det peger i retning af og bekræftes af lykkeforskning selv, at man, ved at vælge andre typer af oplevelser, kan skabe mere varig lykke for sig selv.

Nu vil jeg vende mig mod Platons ideer om det gode og lykke, for hvis vi ikke bare kan øge vores indkomst, altså ikke bare tilføje vores liv noget mere umiddelbart godt og så se at alt bliver bedre, så må vi have mere hjælp end den moderne lykkeforskning indtil videre kan give os. Så skal vi have flere vinkler på hvordan den frihed som materiel fremgang kan give os kan bruges til at tage bedre beslutninger, til at styre vores liv i retning af det gode liv.

Platon siger at vi for at opnå lykke i vores liv, ikke bare skal have gode ting i vores liv, men også bruge dem på den rigtige måde. På samme måde som håndværkeren kan bruge sine redskaber godt eller dårligt, kan vi bruge de ting vi har på den rigtige eller mindre rigtige måde. Det kunne ex. være at vi køber en større bil end naboen, som Bjørnskov foreslår. Det giver os ifølge den moderne

lykkeforskning en kortvarig lykkefølelse, men vi vil jo gerne have at den lykke vi har opnået, skal vare ved. Så hvordan kan Platon hjælpe os med at få varig glæde ud af at købe en bil, det kan vi ved at lytte til hans ord omkring hvordan vi skal bruge vores gode ting vi har i vores liv på en måde som underbygger den retning vi ønsker vores liv skal have. Ja, det kan forekomme lidt overfladisk med en bil men min pointe er her at det faktisk også kan gælde for så banale materielle ting som en bil er. Platon taler om at vores brug er som håndværkeren og hans redskaber, men det er ikke kun som fysisk redskab jeg her tænker bilen vi har erhvervet os. Jeg vil forsøge at sammenfatte Sokrates og Bjørnskovs råd til os. Hvis man ser bilen som mere end et redskab som kan køre og måske kan nogen køre bedre end andre, men det er ikke der jeg gerne vil hen. Det jeg mener er, at når vi bruger bilen til at skabe oplevelser for os selv og andre, så får vi varig lykke ud af vores køb. Som Bjørnskov siger, at vi bruger vores øgede indkomst til oplevelser og Sokrates siger vi omkring at bruge vores ting på den rigtige måde, her kan en bil med dens iboende historie om eventur og steder vi kan besøge, om sjove momenter og besjælede øjeblikke, danne ramme om en oplevelse af frihed som potentielt skaber varige minder og derved varig lykke. På den måde kan selv en bil, købt for penge man har tjent ved at gå på arbejde, blive en del af en dybere forståelse af det gode liv, men den kan stadigvæk også blot være større end naboens, det skal vi selv arbejde på at gøre den mere end, ved at bruge vores visdom, eller som Bjørnskov kalder, at bruge det ”smart”.

Lighed

Det måske særlig klogt hvis man indser og bruger sin viden til at lade lighed være en vigtig værdi for den enkelte, som for et samfund. Som jeg bruger *lighed* i indledningen, er det at forstå som vi er underlagt samme rammer og vilkår i et fællesskab som vores danske samfund består i.

Fællesskabet beskytter vores frihed som individer og som individer er vi en del af det fællesskab.

Det at der ikke er nogen over eller under os er en vigtig del af rammen og de præmisser som gør at vi kan styre vores liv som vi individuelt ønsker, henimod det vi hver især ser det gode liv.

Og i mit eksempel med coronavaccine, ser vi hvordan vi ved at acceptere denne lighed kan opretholde fællesskabets beskyttelse af den enkelte. Den moderne lykkeforskning peger i samme retning. Vi sammenligner os med hindanden og holder os selv op imod normer som er socialt forankret i vores kultur, som individer og som samfund.

Men når forskellen mellem, hvad borgerne kan bruge ex. 1000kr til, bliver for stor, skrider balancen og ligheden bliver til ulighed. Hvis hele samfundet som helhed bliver rigere, bliver vi kun lykkeligere hvis goderne bliver fordelt ligeligt. Undersøgelser har vist at hvis man sammenligner

Danmark med langt fattigere lande i Afrika, viser det sig at det er ligheden i samfundet i sig selv som er udslagsgivende i forhold til lykke og tilfredshed, end det handler om den samlede rigdom de enkelte samfund kan præsentere. Men her er det jo vigtigt at vi bruger vores viden til gennemskue, at selvom det er ligheden som skaber mere tilfredshed og dermed lykke hos borgerne, er det jo vigtigt at se at hvis alle bliver rigere, jævnt fordelt i samfundet, så kan vi jo få mere velfærd. Undersøgelser viser jo heldigvis at vi bliver rigere og rigere i verden, men desværre ender rigdommen på færre og færre hænder.

At Danmark viser sig at være et af verdens absolut bedst placerede lande med hensyn til lykke i befolkningen, må man nok tilskrive den udbredte brug af omfordelingspolitik. Ved at bruge den viden man har om hvordan mennesker trives og sammenligner deres egne liv med sammenlignelige liv, har man kunnet skabe et af verdens mest lige samfund og derved også et af verdens mest lykkelige folk. Når der alligevel er skår i glæden og der er diskussioner i den offentlige debat omkring digital overvågning ex., som jeg giver et eksempel på i indledningen, så er min påstand at de beror på at der ikke er lighed for beskyttelsen af oplysninger. Borgerne føler at de bliver overvåget og staten giver ikke de samme muligheder for at kigge dem i kortene. I princippet handler det om det samme som den økonomiske lighed. Vi sammenligner os selv med hindanden og hvis vi ser for stor ulighed, så daler lykken. Det samme gælder i forholdet borgerne og stat imellem. Selvom overvågning er potentielt godt, at det kan bruges og heldigvis bliver brugt til, at beskytte borgerne, så kan man se af resultatet at der ikke er brugt den rette kløgt og viden i brugen af denne overvågning. Den danske socialdemokratiske justitsminister har som svar på kritik statens overvågning af borgerne, skrevet en kronik i Politiken, hvor han blandt andet siger:

”For bliver man bange for at gå uden for sin dør, fordi der ikke er trygt, så hæmmer det naturligvis ens frihed.”(politiken)

Det har han vel ret i, men den overvågning som der er valgt til at modvirke en sådan situation, bør overvejes og modsvares med ligedanne åbenhed i statens affærer.

Som Hækkerup selv siger: *” Sammenhængen mellem tryghed og frihed går naturligvis ikke kun den ene vej. Den går begge veje. Tryghed er en forudsætning for frihed. Og frihed er naturligvis også en forudsætning for tryghed. Og den fine kunst er at ramme den rette balance mellem tryghed og frihed.”*(Politiken)

Her kan også blive enige om at både tryghed og frihed begge er goder. Men hvis vi skal se det med Platons øjne, så er det ikke kun vigtigt at disse to værdier er gode, faktisk er det endnu vigtigere at forstå at de ikke er gode i sig selv. Som Hækkerup skriver, vil vi kunne tale om tryghed og frihed

som et sæt værdier som kan erstatte hindandens funktion. De kan begge hver især fungere som henholdsvis instrumentelle goder eller en endelig værdi. Hvis vi placerer værdien af tryghed indenfor sfæren af tryghed selv og vurderer den intrinsisk, ved at tryghed dårligt kan ses som noget vi ikke vil have, så skal vi placere frihed som ekstrinsisk værdi fordi frihed ikke i sig selv er godt. Det kræver styring for at det giver os noget godt.

Lighed, som værdi er derimod godt i sig selv og som intrinsisk gode, i stand til at gøre mennesker tilfredse så længe de har det som dem de sammenligner sig med eller i sidste ende hvis de bruger deres viden til at forstå hvorfor lighed er bedre end ulighed.

Gensidighed

At forvente af andre hvad du forventer af dig selv, er en præmis som ligger i mange kulturelle forståelser af menneskeligt samvær, sammen med ordvalget ”noget for noget”, gengæld osv. Det handler i alle former om forventninger i en eller anden form, forventninger som oftest er forbundet med noget i fremtiden, noget vi forventer vil ske og her er det hvad vi forventer af hindanden i gensidighed.

Hvad vi lige har forladt, er jo justitsministerens ord angående frihed og tryghed og det han kalder den fine kunst at ramme balancen imellem de to. Her er jo et klassisk eksempel på gensidighed imellem stat og borgerne. Det kræver et højt niveau af tillid mellem borgerne og mellem borger og stat. Vi ved at lykkeforskningen påviser at des længere mod nord, nærmere betegnet Skandinavien, du kommer, des højere er tilliden i befolkningerne. Alle steder på jorden gælder det at familien indgyder tillid, det samme gælder venner, vi har alle sammen et højt niveau af tillid til venner og familie men hvis du begynder at se på mennesker som står udenfor, fremmede som vi ikke kender, så er det helt afhængigt af hvor på jordkloden du bor. Hvis vi kigger på Europa, er det især i de tidligere Sovjet styrede lande vi ser en stor mistillid. I eksemplet med den stigende overvågning af borgerne og den manglende gensidighed i åbenhed, man kigger dybt i borgernes adfærd, men er ikke villige til at fremvise den rette transparens i statens affærer, her ser vi hvordan den manglende gensidighed avler mistillid. Det er endda i et skandinavisk land hvor forskningen eller viser os at tilliden generelt set er høj. Det ved vi fordi undersøgelser viser os at folk i Skandinavien reelt set er mere ærlige og hæderlige, at folk her faktisk lever op til den gensidige forventning om at vi er ærlige hæderlige mennesker overfor hindanden, gensidigt. Samtidigt ved vi fra lykkeforskningen at des højere niveau af tillid, des højere niveau af lykke i den enkeltes liv og i befolkningen som helhed. Det medfører også at der er flere som lever et mere udadvendt liv og at flere vælger at

uddanne sig og på et højere niveau. Det skaber viden for den enkelte og samfundet og øger muligheden for at tage beslutninger og bruge vores muligheder på en måde som bringer os i den retning vi ønsker vores liv skal have, i retning af det gode liv.

Vi ved også at Platon siger at vi skal bruge visdom når vi bruger de ting i vores liv som vi ønsker, skal skabe os lykke. Visdom som består af den viden vi har erfaret os og delt uselvvisk.

“And when a man thinks that he ought to obtain this treasure, far more than money, from a father or a guardian or a friend or a suitor, whether citizen or stranger—the eager desire and prayer to them that they would impart wisdom to you, is not at all dishonourable, Cleinias; nor is any one to be blamed for doing any honourable service or ministration to any man, whether a lover or not, if his aim is to get wisdom.” (Plato:26)

Hvis det Sokrates her siger er sandt, at vi ikke skal skamme os over at bede vores forsørgere såvel som fremmede om at dele deres visdom, såvel som vi vil dele vores med dem, så er det vel det vel ikke til forstå som andet end gensidighed. At vi ikke skal gemme os bag mistillid og bruge utryghed som undskyldning for ikke at gensidigt dele vores viden og visdom.

Det afspejler sig i lykkeforskningens resultater ved at når vi bruger en eventuel højere indtægt på noget som giver oplevelser og derved varige minde, altså omsætter penge til reelle minder, altså bruger vores viden til at træffe valg omkring hvordan vi bruger vores øgede midler.

Gensidighed som værdi bliver en del af de præmisser som skaber rammerne for et godt liv.

Men er gensidighed altid godt, er gensidighed godt i sig selv, kunne vi spørge? Jeg ville svare at gensidighed må være et ekstrinsisk gode, at der skal noget mere til før gensidighed er et gode. Det er jo ikke alt man kan forestille sig at dele, der vil medføre noget godt for nogen af parterne.

Når vi antager at gensidighed er en god ting at have i et samfund og som en oplevelse af den enkelte, at den tillid jeg viser andre bliver mødt med samme niveau af tillid. At den tryghed jeg oplever, kommer af at andre er ærlige som jeg selv og de er det fordi at de forstår at bruge det sociale værktøj som det er. De og jeg forstår at bruge det, fordi vores viden fortæller os at det kan gøre det for os og hindanden. Fordi vi deler gensidigt vores viden og visdom i tillid til at den næste gør som jeg og hun gør det fordi hun som jeg ønsker at liv fyld med lykkelige stunder, fordi hun som jeg ønsker det gode liv.

Det Gode Liv

Hvordan ser det ud, Det Gode Liv, hvad indeholder det, hvem afgør om det er godt? Vi kan stadig ikke svare helt og fyldestgørende på alle tænkelige spørgsmål. Men vi har lært lidt om forskellige måder vi kan rammesætte præmisserne for ideen om Det Gode Liv. Vi har skabt nogle tilgange til at diskutere det vi alle sammen er enige om vi gerne vil, at have et godt og lykkeligt liv, Det Gode Liv. Det at alle mennesker ønsker det samme, at vi alle ønsker det bedste livsforløb med mest mulig lykke, er vi alle enige om. Du vil aldrig møde et menneske som ikke ønsker Det Gode Liv.

Vi kan spørge hindanden om hvordan vi ser vores liv lige nu og lave indekseringer på hvor lykkelige vi er lige nu. Vi kan sige noget om hvilke måder vi ser vores eget liv på i forhold til andres og vi kan sige noget om at vi sammenligner os med hindanden. Den moderne lykkeforskning fortæller os også om sammenhængen mellem materiel velstand og lykke, men den siger også at det er afhængigt af hvordan vi bruger de øgede midler vi er kommet i besiddelse af. Så selvom vi bliver rigere, er det ikke det samme som at sige at vi bliver lykkeligere, dette er afhængigt af hvilke typer af ting vi bruger pengene på. Det kunne se ud som om at vi bliver lykkeligere af oplevelser, oplevelser som giver varige minder, modsat materielle ting som biler og nye køkkener, som kun giver kortvarig lykke. Forskningen viser os også at tillid er vigtigt for et samfund og at des mere tillid til personer som står længere væk fra familie og nære venner vi er stand til at udvise, des mere lykke. Fordi vi derved åbner vores liv op mod verden, socialt og kulturelt og vi deltager i flere sociale og kulturelle fællesskaber. Herunder øger vi også uddannelsesniveaue generelt som igen øger den viden som vi vælger vores værdibaserede præmisser ud fra.

Her møder nutidens ideer om lykke og det gode liv fortidens. Vi har set hvordan Platon i hans Sokratiske dialoger foreslår, nærmere end dikterer, hvordan mennesker skal leve for at skabe mest mulig lykke for dem selv og det samfund de lever i. Set hvordan Platon i hans forfatterskab skubber på for at læseren bliver en aktiv deltager i overvejelserne og begynder at filosofere.

Vi har været med når Sokrates har spurgt os om vi mener at alle ting vi har i vores liv, er som værktøjet i hånden på en håndværker. Vi har diskuteret vigtigheden af hvordan vi bruger disse ting vi har valg at have i vores liv. Vi har indset at ingenting er gode i sig selv, men alle kræver at få tilført det gode af os, ved at vi bestemmer hvordan vi bruger dem til at styre retningen i vores liv. Her har vi set hvordan før og nu mødes ved at begge ideer om det gode liv baserer sig på at vi vælger baseret på vores viden. Viden som vi ivrigt bør dele og tage del i fra andre.

Når *Frihed* skaber det rum hvori vi kan træffe beslutninger baseret på visdom og mulighederne for dette skabt i *Lighed* mellem alle samt beskyttet og genereret af hindanden i *Gensidighed*.

Visdom, som det eneste som i sig selv er godt, er værktøjet som vælger den rette brug af alt vi benytter til at skabe styring i vores liv, i retning af Det Gode Liv.

Litteratur:

- Bjørnskov, Christian. "LYKKE", Tænkepauser 26, © Christian Bjørnskov 2015, Tilrettelægning og omslag: Camilla Jørgensen, Trefold, e-bogsproduktion: Narayana Press, SBN 978 87 7124 825 8
- Kraut, Richard, "Plato", *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Fall 2017 Edition), Edward N. Zalta (ed.), URL = <<https://plato.stanford.edu/archives/fall2017/entries/plato/>>.
- Plato, Euthydemus, Translator: Benjamin Jowett, Release Date: November 23, 2008 [EBook #1598], Last Updated: January 15, 2013, Language: English
*** START OF THIS PROJECT GUTENBERG EBOOK EUTHYDEMUS ***
Produced by Sue Asscher, and David Widger”
- <https://politiken.dk/debat/kroniken/art8325078/Jo-det-er-faktisk-rigtigt-mere-overvågning-giver-mere-frihed>
- Russell, Daniel. Plato on Pleasure and the Good Life. Oxford: Oxford University Press, 2005. Web.

