

Leeshulp bij Sigmund Freud 'Het lustprincipe' uit *Het onbehagen in de cultuur*

Uitgangspunt van dit fragment van Freud is dat mensen streven naar geluk: geluk is het doel van het leven en de zin van het leven. Ipv geluk zoeken, vermijden we onlustgevoelens.

Geluk omschrijft Freud als een nogal plotselinge bevrediging van hoog opgestuwde behoeften. Geluk is vluchtig van aard.

Het geluksstreven is tweeledig: enerzijds een streven naar afwezigheid van pijn en onlust en anderzijds een streven naar het beleven van sterke lustgevoelens.

Het nastreven van lustgevoelens staat op gespannen voet met de wereld: zowel in de microkosmos als in de macrokosmos. Freud stelt, dat de tegenwerking op geluk alomtegenwoordig: gelukkig zijn komt in de schepping niet voor.

Je kunt je nu afvragen of Freud daarmee een uitgangspunt heeft van 'tekort': geluk zul je nooit bereiken, aan de lustgevoelens kan nooit voldaan worden.

Het voortduren van dit tekort doet het welbehagen afnemen: we kunnen niet genieten van de toestand zelf, alleen van het contrast: wel of niet aanwezig zijn van welbehagen.

Volgens Freud zijn onze kansen op geluk bepaald door onze constitutie: dwz door hoe wij mens zijn. Hiermee komt de nadruk van Freud bij het lijden te liggen: we matigen onze aanspraken op geluk en het lustprincipe brengen we terug tot een realiteitsprincipe.

We zijn eerder blij niet te lijden, dan geen geluk te hebben.

Het ongeluk ligt dus meer voor de hand:

- Vanuit het lichaam
- Vanuit de buitenwereld
- Vanuit relaties

We richten ons meer op vermijden van onlustgevoelens, dan op bereiken van geluk.

Vervolgens schetst Freud een aantal mogelijkheden om onlust te vermijden: lichamelijk, in relatie tot de buitenwereld en in relaties met mensen.

Vanuit het lichaam: genot zoeken ipv de werkelijke waarden van het leven, intoxicatie, beheersing driftleven

Vanuit de buitenwereld: zich afwenden, rust zoeken, onderwerpen mbv techniek, fantasieleven en illusies, kunst, heremiet, sublimeren

Vanuit relaties: vrijwillig isolement, afstand bewaren, aanspraak maken op een grotere betekenis, religie

Speciaal aandacht krijgt de levenswijze, die liefde centraal stelt.

Bevrediging wordt gezocht in de verwachting van beminnen en bemind te worden.

Freud noemt het 'de op gelukswaarde gebaseerde levenstechniek van de liefde' – je blijft het geluk zoeken waar je haar voor het eerst hebt ontmoet.

Genieten van schoonheid en bekoorlijkheid zet Freud in het verlengde van de liefde.

Concluderend stelt Freud, dat het lustprincipe dwingt om gelukkig te worden: via lustwinst of via vermijden van onlust. We dienen een eigen weg te zoeken om geluk te vinden, er is geen recept.