

PLEIDOOI VOOR EEN LAATMODERNE LEVENSKUNST

'Maak je niet teveel zorgen over jezelf, maar ook niet te weinig.'

Montaigne

Joep Dohmen

1. Inleiding 2. De renaissance van de filosofie van de levenskunst
3. De filosofie van de levenskunst 4. De levenskunstenaar
5. Levenskunst als compositie 6. Het leven als kunstwerk
7. De verantwoordelijkheid voor zichzelf
8. De agenda van de laatmoderne levenskunst
9. Noten
10. Lijst van gedeelten uit boeken en van artikelen & Lijst van boeken met betrekking tot Levenskunst.

1. Inleiding

Ruim vijftig jaar geleden probeerde **Erich Fromm** een humanistische ethiek te ontwerpen. In *Man for himself* (1947) noteerde hij het volgende: 'Het is intussen niet weinig interessant zich in dit verband af te vragen, waarom onze tijd het besef van *het leven als een kunst* verloren heeft. De moderne mens schijnt te geloven, dat men wel moet leren voor vaardigheden als lezen en schrijven, en dat het wel een aanzienlijke studie vergt om het tot architect, ingenieur of een goed vakman te brengen, maar dat *leven* zo iets eenvoudigs is dat men het zonder enige moeite zou kunnen leren. Juist omdat iedereen op de een of andere 'leeft' beschouwt men het leven als een zaak waarvoor iedereen de bevoegdheid van expert bezit. Maar helaas heeft de mens zijn inzicht in de moeilijkheid van het leven *niet* verloren omdat hij de kunst van het leven zo volledig onder de knie zou hebben. Het overheersend gebrek aan ware levensvreugde en geluk sluiten maar al te duidelijk een dergelijke argumentatie uit. Ondanks de wijze waarop de moderne samenleving alle klemtoon legt op geluk, individualiteit en zelfbelang, heeft zij de mens opgevoed in het besef dat niet zijn geluk (of om het theologisch te formuleren, zijn heil) het ware levensdoel is, maar de vervulling van zijn arbeidsplicht, of zijn succes in het bestaan. Geld, macht en aanzien zijn hem tot de prikkels en doeleinden van zijn leven geworden. En terwijl hij handelt in de illusie, dat zijn handelingen zijn eigen belangen dienen, dient hij juist alles *behalve* het belang van zijn 'waarlijk' zelf. Alles is voor hem even belangrijk, uitgezonderd zijn leven en zijn levenswijze. Hij bestaat voor alles, behalve voor zichzelf.'¹

Uit deze tekst kan men verschillende zaken afleiden:

De moderne tijd is volgens Erich Fromm het besef van het leven als een kunst verloren. Het ligt voor de hand dat daarmee ook de praktijk, de levenskunst zelf verdwenen is.

Blijkbaar is er een tijd geweest dat de westerse cultuur wel degelijk zo'n besef van levenskunst bezat. Wanneer dat precies was, wordt door Fromm niet vermeld.

- Fromm vergelijkt levenskunst met vaardigheden als lezen of schrijven en met vakmanschap. Hij suggereert dat leven een analoge expertise vereist.
- Fromms tekst verraadt een duidelijke maatschappij- en ideologiekritiek. De moderne mens kent nog maar twee handelingsmotieven: arbeidsplicht en wereldse roem. Daarmee is hij echter 'de ware levensvreugde' en 'zijn waarlijk zelf' kwijtgeraakt.
- Achter Fromms oproep tot levenskunst schuilt het romantische ideaal van waarchtigheid, authenticiteit.

Het meeste van Fromms humanistische gedachtegoed, dat sterk geïnspireerd werd door de kritische theorie van de *Frankfurter Schule* alsmede door psychoanalytische inzichten, is inmiddels zelf ruimschoots vergeten. Maar zijn aansporing tot levenskunst heeft opmerkelijk genoeg recentelijk opnieuw gehoor gekregen. In de filosofische vakliteratuur maakt het thema van de levenskunst de laatste jaren een gestage opmars. Deze bijdrage handelt over deze renaissance en het programma van de filosofie van de levenskunst. Bovendien presenteer ik een beknopte agenda voor een laatmoderne levenskunst.

2. De renaissance van de filosofie van de levenskunst

Fromm deed zijn oproep tot levenskunst ten tijde van de opkomst van het existentialisme, waarin het idee van persoonlijke verantwoordelijkheid en de opvatting dat de mens tot vrijheid veroordeeld is, centraal staan. Weliswaar is de mens in het bestaan geworpen maar desondanks moet hij in vrijheid handelen en authenticiteit kiezen. Het idee van de kwade trouw is genoegzaam bekend. In tegenstelling echter tot hun programmatisch uitgangspunt hebben de filosofen van het existentialisme de belangrijkste thema's van de levenskunst theoretisch weinig uitgewerkt. Opvallend is ook dat zich tijdens de emancipatiebeweging van de roemruchte jaren zestig en zeventig geen filosofie van de levenskunst heeft ontwikkeld. Het ligt voor de hand dat in een fase van revolutie en afbraak van klassieke autoriteiten, het plotsklaps tot zelfstandigheid gebombardeerde individu behoefte heeft aan ideeën om een eigen leven te voeren. En men zou verwachten dat de filosofen dankbaar van de gelegenheid gebruik gemaakt hadden om dit ideologisch vacuüm middels een bruikbare visie op positieve vrijheid op te vullen. Maar de jaren zestig waren en bleven eerst en vooral de jaren van emancipatie. Ondertussen komen in een kapitalistische samenleving de aanwijzingen voor het laatmoderne *savoir-vivre* enerzijds van de zijde van de markt, anderszijds van een paar schaarse culturele tegenbewegingen. Zo kan de enorme tijdschriftenmarkt gezien worden als de verzameling commerciële gidsen die het moderne, geseculariseerde en autonome individu de juiste codes en de goede smaak wil bijbrengen op alle gebieden van het dagelijks leven: woninginrichting, gezondheid en hygiëne, voedingsmiddelen, lichaamscultuur, seksualiteit, vrijetijdsbesteding etcetera. Harmonie, genieten en een gemakkelijk leven zijn de achterliggende waarden van waaruit de markt in eindeloze variaties het Zwitserleven-gevoel verkoopt. Tegencultuur is er nauwelijks. Voorzover dit gelukspakket geweigerd wordt, gebeurt dat bijvoorbeeld vanuit de milieubeweging die het mateloze genot van de mens en de voortdurende aanslagen op de natuur aan de kaak stelt; door anarchistische neo-punkers die een alternatief, niet luxueus en nomadisch bestaan voorstaan; of vanuit de esoterische New Age-beweging die op zoek is naar verdrongen vormen van spiritualiteit in een materialistisch tijdperk. **De populaire levenskunst heeft een januskop: enerzijds volstreekte aanpassing aan norm en conventie, anderzijds anticonformisme.**²

Recentelijk is er dan toch ook vanuit de filosofie een tegenbeweging op gang gekomen. De ironie van het lot wil dat uitgerekend een anti-existentialist en antihumanist, de Franse filosoof Michel Foucault (1926-1984) in zijn latere werk het project van de humanist Fromm heeft voortgezet. Foucault is zeer belangrijk voor de revival van de levenskunst aan het eind van de twintigste eeuw. 'Wat mij opvalt,' aldus Foucault, 'is dat de kunst in onze samenleving iets geworden is dat met voorwerpen te maken heeft, en niet met mensen of met het leven. Kunst is een specialiteit van een paar experts die men kunstenaars noemt. Maar waarom zou niet iedereen een kunstwerk van zijn leven kunnen maken? Waarom is die lamp wel, dit huis wel een kunstwerk en mijn leven niet?'³

Foucaults opvatting vertoont inderdaad enkele belangrijke overeenkomsten met die van Fromm: beiden hebben kritiek op de moderne samenleving en haar gebrek aan een seculiere vorm van spiritualiteit. Beide auteurs staan levenskunst voor en trekken een vergelijking met vakmanschap. Een belangrijk verschil is zonder twijfel de aard van de ethische inzet. Van het leven een kunstwerk maken is voor Foucault een vrijheidspraktijk. Fromms appel op levenskunst hangt samen met zijn verlangen naar waarachtigheid en authenticiteit.

Foucault is op het thema van de levenskunst gestuit na de publicatie van het eerste deel van *De geschiedenis van de seksualiteit*, getiteld *De wil tot weten* (1976). Tot dan werd zijn wijsgerig oeuvre gedomineerd door de thematiek van macht, weten (waarheid) en subjectiviteit. Telkens is zijn vraag hoe de moderne identiteit resulteert uit een combinatie van dwangpraktijken en theoretisch, wetenschappelijk *discours*. In de jaren zeventig verricht hij zijn genealogisch onderzoek naar de seksuele identiteit van het moderne westerse individu. Bij de verkenning van zijn onderzoek naar de restrictieve moraal van het vroege christendom loopt hij vast. Acht jaar lang zwijgt hij en laat hij zijn lezers in het ongewisse. In het voorwoord van het tweede deel, *Het gebruik van de lust* (1984), wijst hij op zijn ontdekking dat soberheid en ascese al van veel vroeger

de nood aan de man kwam. In onze tijd zien wij ons in zekere zin voor de omgekeerde taak, namelijk hoe om te gaan met de overvloed.¹³⁷ Volgens het meest recente rapport van het Sociaal en Cultureel Planbureau (1998) verricht de Nederlander, jong en oud, steeds meer activiteiten in steeds kortere tijd. Wij dreigen overspoeld te raken door een massaal aanbod van taken, ambities en keuzemogelijkheden. Om daar tegen opgewassen te zijn moeten wij ons bekwalen in daadkracht en standvastigheid, in lenigheid van geest en de kunst van een flexibele besluitvorming.

De succesformule van de markt is van een verbluffende eenvoud: consumeren is genieten. Wie niet meedoet, mist de boot! In feite riskeren wij elke dag te vergeten wat genieten is, of liever: we moeten het in de laatmoderne omstandigheden telkens opnieuw leren. In tegenstelling tot de afgezaagde conservatieve kritieken op het materialistische hedonisme bepleit ik een nieuw hedonisme. Voeding, lichaamscultuur en seksualiteit zijn minstens drie samenhangende gebieden waarop een nieuw type zelfbeheersing aan de orde is. Die kan slechts verwezenlijkt worden als ieder zich op zijn eigen waarden bezint en zijn vrijheidspraktijken daarop afstemt.

De factor tijd speelt bij vrijwel alle levensactiviteiten van vandaag een belangrijke rol. De menselijke eindigheid noopt ons tot een seculiere levenskunst die op duur, timing, maat en ritme is ingericht. Sommige handelingen moeten op een bepaald moment gebeuren; andere vereisen een heel specifieke tijdsduur; weer andere moeten per se in een bepaald tempo worden verricht. Levenskunst zelf is een duurzame aangelegenheid. Laatmoderne levenskunst vereist dat we ons, meer dan ooit, rekenschap geven van het levenstempo van onze tijd. Dat ligt immers zo hoog dat vooral het werkzame deel van de bevolking continu in grote tijdnood verkeert. Het spreekt voor zich dat het levensgeluk van veel mensen hierdoor wordt bedreigd. Het zou onjuist zijn om in reactie hierop een algemene vorm van onthaasting te decreteren. Wel moeten we ons realiseren dat er sprake is van een grote systeemdruk waartoe we ons te verhouden hebben. De verleiding om ons mee te laten slepen is blijkbaar levensgroot. Laat ieder proberen om traagheid en snelheid af te wisselen; om zijn eigen tempo te bepalen, om echt tijd vrij te maken. Nietsdoen was ooit het voorrecht van de adel!

Wil levenskunst niet ontaarden in een cultus van het narcisme, dan zullen we bovendien moeten komen tot een politieke levenskunst, waarin deze en dergelijke punten geagendeerd worden tot een samenlevingskunst. De term zelfverantwoordelijkheid wijst er overigens al op dat levenskunst niet zomaar een 'egoïstisch' project is, en dat het niet gaat om een blind bevoordelen van zichzelf maar om een bewuste aandacht voor en omgang met zichzelf. De levenskunstenaar is allesbehalve een dwangneurotische narcist, maar iemand die tot de overtuiging gekomen is dat hijzelf medeverantwoordelijk is voor de kwaliteit van zijn eigen bestaan. Het valt werkelijk niet in te zien waarom de levenskunstenaar principieel en bij voorbaat een louter op zichzelf betrokken, onmaatschappelijk figuur zou zijn. Vanuit zijn levenskunst is hij juist goed gekwalificeerd en vooral toegepast om een concrete maatschappelijke betrokkenheid aan de dag te leggen. We ontkomen er niet aan onze eigen maat te voeren. Maar we ontkomen er al evenmin aan om een gezamenlijke agenda op te stellen voor het goede leven, al was het alleen al omdat we ons te verhouden hebben tot de systemen die veelal hun eigen logica aan ons opleggen.³⁸

'Er moet een eind komen aan dat driftige rondrennen', roept Seneca in een van zijn dialogen.³⁹ Hij doelt daarmee niet alleen op het tempo, maar vooral op de richtingloosheid die het leven van veel Romeinen tekende. De postmoderne filosofie heeft een ernstige vergissing begaan door het denken over de eenheid van de persoon te verlaten. Het gaat er niet om dat we onze essentie terugvinden. Het gaat erom dat we onszelf uitvinden en een mooi en stijlvol leven ervaren. De laatmoderne zin van het leven ligt in de persoonlijk doorleefde eenheid van de eigen ervaringen. Wie vandaag niet besluit zijn eigen leven zelf ter hand te nemen, riskeert de ondraaglijke lichtheid van het bestaan, door Nietzsche als volgt beklemmend omschreven: 'verbrokkeld en uiteengevallen, half mechanisch in een innerlijk verdeeld, met begrippen bezaaid als met drakentanden, begripsdraken voortbrengend, ook nog eens aan de ziekte van het woord lijdend, en zonder vertrouwen in welk eigen gevoel ook...'⁴⁰

*dhr dr J. Dohmen
Universitair docent filosofie en humanistiek
aan de Universiteit voor Humanistiek*

dateerden. Bovendien stelt hij vast dat zulke ascetische praktijken ingebed lagen in een klassieke bestaansethiek:

'Toen ik deze heel algemene vraag stelde en haar voorlegde aan de Griekse en Grieks-Latijnse cultuur, werd me duidelijk dat deze problematisering met een geheel van praktijken verbonden was die in onze samenleving ongetwijfeld een enorm belang hebben gehad: dat wat men 'bestaanskunsten' zou kunnen noemen. Daaronder moeten weldoordachte en bewuste praktijken worden verstaan waarmee mensen niet alleen gedragsregels voor zich vaststellen, maar proberen zich te veranderen, hun eigen wezen te wijzigen en van hun leven een kunstwerk te maken dat bepaalde esthetische waarden meedraagt en aan bepaalde stijlcriteria beantwoordt.'⁴

De late Foucault heeft een wending naar het subject en daarmee naar de (humanistische) ethiek gemaakt. Identiteit is mede het gevolg van het feit dat mensen zelf hun eigen leven als het ware in cultuur brengen. Vrijwel tegelijk met het tweede deel verschijnt onder de veelzeggende titel: *De zorg voor zichzelf* (1984), het derde en laatste deel van *De geschiedenis van de seksualiteit*.

Het werk van de late Foucault is op minstens drie manieren relevant voor de filosofie van de levenskunst. Op de eerste plaats heeft hij de aandacht gevestigd op het belang van de klassieke levenskunst: daar zijn heel verschillende, belangrijke bronnen te vinden op het gebied van een individuele moraal, zoals Foucaults boeken over de Griekse en Romeinse 'cultuur van het zelf' laten zien. Foucault toonde zich enthousiast over de concrete, zorgvuldige toewijding aan zichzelf die hij bij een bepaalde elite in de Oudheid aantrof. Deze Grieken en Romeinen wilden niet de slaaf zijn van hun behoeften en hun passies, van de ander, van hun omgeving of van de stadstaat. Via zelfsturing in de vorm van een groot aantal 'technieken van het zelf' trotseerden zij het complexe leven van lot en noodlot, macht en overmacht.

Ten tweede heeft hij een begin gemaakt met een genealogie van de westerse levenskunst, zij het voornamelijk vooral in colleges, interviews en in veelal nagelaten aantekeningen en schema's. Daarin vroeg hij zich bijvoorbeeld af hoe het komt dat die antieke levenskunst zo verregaand verdwenen is uit de westerse cultuur. Ten derde stelde hij de christelijke moraal van zelfverloochening daarvoor verantwoordelijk. Voor een ander deel de moderniteit, omdat volgens hem sedert Descartes de mens eerst en vooral als een bepaald type kennis-subject is opgevat. De zorg voor zichzelf is daardoor op de achtergrond geraakt. 'In onze maatschappij is nauwelijks iets over van het idee dat je zelf, je leven, je bestaan het belangrijkste kunstwerk is waarop je je moet toelagen.'⁵

Toch is het de vraag of de late Foucault zelf een individuele moraal heeft ontwikkeld. Eigenlijk toonde hij zich tijdens zijn laatste levensjaren nogal ambivalent over een feitelijke filosofie van de levenskunst. Juist die ambivalentie is, ten derde, van groot belang voor de actuele discussies omtrent ethiek, levenskunst en het goede leven. Als genealoog en maatschappijcriticus was Michel Foucault al even allergisch voor een oorsprongsfilosofie als voor een vooruitgangdenken. Daarom achtte hij een revitalisering van de klassieke levenskunst uit den boze: 'Ik geloof niet dat we een exemplarische waarde moeten hechten aan een periode die de onze niet is. Men kan geen stap terug doen.'⁶ Tegelijkertijd zien we bij hem een onmiskenbare hang en nostalgie naar de klassieke cultuur van het zelf: 'Ik vraag me af of onze problemen vandaag de dag niet in zekere zin dezelfde zijn aangezien we over het algemeen niet meer geloven dat ethiek op religie gebaseerd is en we geen wettelijk systeem wensen dat in ons morele en persoonlijke leven ingrijpt.'⁷

Onlangs zijn vroege dood is heel duidelijk in welke richting de late Foucault dacht. De huidige liberale moraal waarin de mens als drager van rechten en plichten wordt opgevat, schiet volgens hem tekort. Bovendien hekelt hij de 'Californische zelfcultus': de narcistische zelfgerichtheid die men sedert de jaren zeventig in allerlei westerse subculturen tegenkomt. In dit modieuze type levenskunst speuren individuen eindeloos naar hun ware zelf, liefst met behulp van deze of gene vorm van psychotherapie. Nog scherper is zijn distantie van Sartres pleidooi voor authenticiteit. Levenskunst kan volgens Foucault nooit betekenen: je ware zelf vinden op grond van zelfinkeer en van een innerlijke waarheid. Het gaat er niet om jezelf te vinden, maar van jezelf een kunstwerk te maken op grond van heel concrete, daadwerkelijke vrijheidspraktijken! Dit idee

vormt het uitgangspunt voor de huidige renaissance van de levenskunst.⁸

Inmiddels heeft **de terugkeer van de levenskunst** ook al een tegenbeweging opgeroepen. In 1991 publiceerde Charles Taylor als aanvulling op zijn lijvige *Sources of the self* (1989) zijn pamflet *Ethics of Authenticity*. Daarin voert hij het romantische ideaal van authenticiteit van Rousseau en Herder op als 'het krachtige morele ideaal dat tot ons is gekomen.' Je eigen leven willen leiden is volgens Taylor bepaald geen narcistische gril, maar daarentegen het morele ideaal van onze laatmoderne tijd bij uitstek:

'Elke persoon bezit zijn of haar eigen maat. Deze gedachte is zeer diep doorgedrongen in het moderne bewustzijn. Hij is ook nieuw. Vóór het einde van de achttiende eeuw dacht niemand dat de verschillen tussen mensen dit soort morele betekenis hadden. Er is een bepaalde manier van menszijn die **de mijne** is. Ik ben geroepen mijn leven op deze manier te leven, en niet als nabootsing van dat van iemand anders. Maar dat verleent een nieuw belang aan de trouw aan mijzelf. Als ik dat niet ben, mis ik het doel van mijn leven, ik mis wat mens-zijn voor **mij** betekent.'⁹

Ethics of authenticity geeft een beknopte schets van de stand van het actuele debat over de laatmoderne morele conditie. Enerzijds neemt Taylor het ideaal van authenticiteit in bescherming tegen al te conservatieve gemeenschapsauteurs zoals MacIntyre, Bloom en Lasch die ten onrechte alleen maar egoïsme en narcisme zien in dat ideaal. Anderzijds staat Taylor uiterst kritisch tegenover Nietzsche en Foucault, omdat deze auteurs in zijn ogen de neiging hebben door te slaan naar een overdreven individualisme. Foucaults pleidooi voor levenskunst en voor het leiden van een authentiek, 'zelfgemaakt' leven vindt in Taylors ogen geen genade, omdat hij meent dat zo'n project juist niet ethisch is en in moreel opzicht faalt. De zorg voor zichzelf gaat ten koste van de zorg voor de ander. Levenskunst is alleen toegestaan binnen morele grenzen en met behoud van dialoog, anders ontaardt de zorg voor zichzelf alsnog in narcisme. Charles Taylor biedt zelf geen filosofie van de levenskunst, maar zijn kritiek stelt de legitimiteit van het project van een actuele filosofie van de levenskunst haarscherp ter discussie. Taylor laat voortreffelijk zien in welk actueel spanningsveld de filosofie van de levenskunst zich bevindt.

3. De filosofie van de levenskunst

Uitgangspunt van de filosofie van de levenskunst is de vraag *Wat is levenskunst?* Tot het wijsgerig programma behoren naast een begripsbepaling verschillende inhoudelijke aspecten van levenskunst, zoals de aard van de verhouding tot zichzelf, de rol van de ander, lichamelijkheid, emotie, genieten en lijden, de verhouding tot de tijd etcetera. Bij het onderzoek van deze aspecten kan de filosofie van de levenskunst putten uit een rijk arsenaal van bijzondere levenskunstprojecten uit allerlei verre en nabije tradities.¹⁰ Levenskunst is immers altijd een concrete vorm van levenskunst met eigen kleuring, inzichten, regels en normativiteit. Daarnaast analyseert de filosofie van de levenskunst de methode(n) - wat voor kunst is levenskunst? - alsmede de doelstelling(en): wat beoogt een bepaalde vorm van levenskunst? Van wezenlijk belang zijn intussen de persoonlijke en maatschappelijke voorwaarden waaronder een bepaalde levenskunst gestalte krijgt. Tenslotte bestudeert deze filosofie het normatieve gehalte van een gegeven levenskunst.

In deze paragraaf beperk ik mij tot een begripsbepaling van de levenskunst en wat daaruit voortvloeit. In een interview over zijn visie op de Griekse zorg voor zichzelf merkt Michel Foucault op:

'De Grieken beschouwden hun vrijheid en de vrijheid van het individu als een ethisch probleem. Maar ethisch in de Griekse zin van het woord: het *ethos* was de manier van zijn en de manier om zich te gedragen. Het was een bepaalde wijze van zijn van het subject en een bepaalde manier van handelen die voor anderen zichtbaar was. Iemand *ethos* kwam tot uiting in zijn kleren, zijn uiterlijk, zijn wijze van lopen, in de rust waarmee hij op de gebeurtenissen reageerde etc. Dit was voor de Grieken de concrete vorm van vrijheid; zo problematiseerden ze hun vrijheid.'¹¹

Hieruit zou men de volgende begripsbepaling kunnen afleiden: levenskunst is de bewuste omgang met zichzelf om een bepaalde identiteit te bereiken en aldus vrij te zijn. Als we Foucault

lijkt mij de vaststelling van een waardenpluralisme: mensen kunnen in principe hun leven inrichten volgens allerlei sterk uiteenlopende waarden. Het westers individu is vandaag eerst en vooral consument, die voor een overvloed aan keuzemogelijkheden staat. Dat betekent overigens niet dat de keuzes volstrekt willekeurig zijn: onder een terugtrekkende overheid wordt vrijwel de hele invulling van het alledaagse leven vanuit de markt aangestuurd. Aan het eind van dit millennium domineert het marktdenken, ondersteund en aangezwengeld door een overweldigende technologie.

Er zijn vele aanwijzingen dat de terugkeer van de levenskunst samenhangt met een breed en diep onbehagen over het leven in de late moderniteit. Op de eerste plaats zijn veel mensen ontevreden met het huidige materialisme en utilisme, zoals blijkt uit de telkens opnieuw herhaalde oproepen tot eenvoud en soberheid, tot onthaasting en zelfbeheersing: 'Voldoende is meer dan veel.' Veel mensen vinden de steeds openlijker pogingen tot snelle verrijking ronduit weersprekend. Ten tweede is bijzonder opvallend dat dit actuele onbehagen niet uitmond in een breed gedeelde conservatieve, vaak pessimistische cultuurkritiek.¹⁶ Zulke pogingen tot restauratie zijn onherroepelijk tot mislukken gedoemd, want niemand wil terug naar de traditionele autoriteiten van weleer. De conservatieve opzet om het streven naar authenticiteit als narcistisch verdacht te maken, heeft doorgaans een averechts effect. Hedendaagse individuen koesteren de norm van de autonomie en willen dat hun eigen leven zin heeft zonder dat die van bovenaf wordt voorgeschreven. Ze willen die graag zelf vinden en willen die nieuwe zin zelfs graag delen met anderen. Tenslotte worden de meeste 'geluksballonnen' van de alternatieve markt of van de Amerikaanse literatuur over zelfmanagement gretig doorgeprikt. New Age met haar belofte van 'hogere energieniveaus' is niet alleen vaag maar vooral armzalig en weinig communicatief. De gladder praatjes van angelsaksische managers ('hoe maak ik mijn levensplan?') krijgen al even weinig krediet als de eeuwige dieetcursussen. Het laatmoderne individualistische onbehagen laat zich in de volgende formulering vangen: hoe bepaal ik zelf de kwaliteit van mijn eigen leven in een maatschappij waarin alternatieve therapieën en plat optimisme ongeloofwaardig zijn, het conservatisme achterhaald is en de persoonlijke autonomie bij voortdurend gepredikt wordt, maar onder de dominantie van de markt zwaar onder vuur ligt?

Hier liggen mijns inziens aanknopingspunten en mogelijkheden voor een laatmoderne levenskunst. Het uitgangspunt is op zichzelf simpel: vandaag is ieder van ons veroordeeld tot zijn eigen zoektocht. In de levenskunst is ieder zijn eigen autoriteit. Dat is natuurlijk gemakkelijker gezegd dan gedaan. De liberale autonomie, opgevat als pure zelfbeschikking verwijst in de praktijk vooral naar de negatieve vrijheid. Mensen weten vaak beter wat ze niet dan wat ze wel willen en zijn bang om verkeerde keuzes te maken. Wat doorgaat voor zelfbeschikking, komt vervolgens niet zelden neer op aanpassing en conformisme. De pressie van de markt vereist serieus en gericht tegenspel van de kant van de consument. Ik zie minstens vier, met elkaar samenhangende thema's die hoog op de agenda van de **laatmoderne levenskunst** moeten staan:

1. de kwetsbare status van de persoonlijke autonomie;
2. de kunst van het genieten in onze luxe-maatschappij;
3. de aard van het levenstempo;
4. de verhouding tot de ander.

Op de eerste plaats kunnen we iets leren van de geschiedenis omtrent de versterking van onze geestelijke weerbaarheid. De historische condities mogen dan nog zo ingrijpend veranderd zijn, waarom zouden ook wij niet, in navolging van vele Grieken en Romeinen, van Montaigne, Nietzsche en Foucault, proberen om geen slaaf te zijn van verkeerde behoeften en slechte gewoonten? Het grootste risico van onze consumptiemaatschappij is volgens mij dat we de slaaf worden van opgedrongen behoeften en geïnternaliseerde verlangens. De consumptiemaatschappij biedt weliswaar een aantal voordelen, maar ze is evengoed een 'risicomaatschappij' en biedt geen gelegenheid tot overconsumptie, inertie en vooral onverschilligheid.

In dit verband mag eraan herinnerd worden dat de klassieke levenskunst zich ten doel stelde om genoeg te nemen met weinig. Ascese was bedoeld om zich te oefenen voor slechte tijden, als

van levenskunst inkaderen. Iets dergelijks geldt voor de enorme rol van de technologie die de gang van het alledaagse leven diepgaand beïnvloedt. Ten tweede en hiermee samenhangend: niet iedereen neemt op de maatschappelijke ladder dezelfde gelijkwaardige positie in. Er zijn inderdaad enorme verschillen qua financiële beloning en maatschappelijke status en erkenning. Ten derde zijn er vele evidente verschillen in natuurlijke aanleg (geslacht, talent, fysiek vermogen etcetera) die vanuit allerlei maatschappelijke factoren worden beïnvloed en niet zelden nog eens worden versterkt.

Het is echter onjuist om hieruit te concluderen dat levenskunst daarom onmogelijk is, laat staan dat het appèl daarop uit den boze zou zijn. **De humanistische ethiek is precies de onderneming om tegelijkertijd moderne individuen op te roepen tot levenskunst en de mogelijkhedenvoorwaarden daartoe te bevorderen.** Natuurlijk zijn goed onderwijs, een schoon milieu en een eerlijke verdeling van de middelen noodzakelijke voorwaarden voor de individuele levenskunstenaar. Dat betekent zowel aandacht voor de brede maatschappelijke context waarin levenskunst zich voltrekt als voor de persoonlijke omstandigheden waarin iemand verkeert. Levenskunst is een contextuele ethiek, hetgeen ook betekent dat elk individu nooit anders dan vanuit de context van zijn eigen situatie op het appèl van levenskunst kan reageren. De verantwoordelijkheid jegens zichzelf betekent bovendien juist niet dat iemand zich *voor alles* dat hem in zijn leven overkomt, verantwoordelijk acht. Levenskunst is het tegenovergestelde van megalomanie en impliceert een diep besef van de grenzen aan de maakbaarheid van het eigen leven en een scherp oog voor het domein aan weerskanten van de grens van de autonomie. Het volgende citaat moge dienen als illustratie van de humanistische inspiratie:

'Een groot Argentijns schrijver, Jorge Luis Borges, merkt aan het begin van een verhaal over een van zijn voorouders het volgende op: "Voor hem, net als voor alle mensen, waren het slechte tijden waarin hij leefde." Inderdaad heeft *niemand* ooit in een volstrekt gunstige tijd geleefd, een tijd waarin het erg eenvoudig was mens te zijn en een goed leven te leiden. Er is altijd geweld geweest, roofzucht, lafheid, imbeciliteit (morele en die andere), en er zijn ook altijd leugens geweest die voor waarheid doorgingen omdat ze aangenaam klonken. Niemand krijgt het goede leven cadeau, en zonder moed en inspanning bereikt men niets.'³⁴

'Niemand heeft ooit in een volstrekt gunstige tijd geleefd.' Elk leven kent meer en minder gunstige omstandigheden. Er zijn tal van voorbeelden waarin mensen juist onder beroerde omstandigheden ware levenskunstenaren blijken. Ze zien de situatie onder ogen, stellen binnen de gegeven context prioriteiten, volharden in hun doelstellingen en maken er het allerbeste van. Dit soort voorbeelden zijn voor iedereen bemoedigend om zelf ook de verantwoordelijkheid te nemen voor het eigen leven. De uitdrukking 'te kwader trouw' heeft veel minder betrekking op een afwijzing van de totale verantwoordelijkheid als op de weigering van elke poging om 'op andere wijze' met zichzelf om te gaan.

8. De agenda van de laatmoderne levenskunst

Het is waarschijnlijk geen toeval dat de renaissance van de levenskunst zich voordoet juist tijdens de economische hoogconjunctuur van de westerse samenleving. Deze stelling vereist natuurlijk een visie op de specifieke condities van de huidige levensomstandigheden, die voornamelijk gekenmerkt worden door individualisering, liberalisme, waardenpluralisme en dominantie van de markt in samenhang met een sterke technologie. De laatmoderne tijdgeest is kritisch, zij het niet pessimistisch en zeker niet onverschillig.

Sociologisch gezien staat de individualisering van de westerse samenleving voorop. Tradities, levensbeschouwingen en gemeenschapsdenken brokkelen steeds verder af. Uiteraard blijven ook laatmoderne individuen nog steeds langs allerlei sociale verbanden georganiseerd, maar het wezenlijke punt is dat hun identiteit niet langer groepsidentiteit kan worden genoemd.³⁵

Kenmerkend voor de moderniteit is de dominantie van de liberale, zogenaamd smalle moraal. Van alle morele principes is dat van de zelfbeschikking inzake levensstijl het meest krachtig werkzaam. In onze sterk antipaternalistische tijdgeest vinden morele en levensbeschouwelijke autoriteiten geen erkenning meer, reden voor sommigen om te spreken van 'levensbeschouwelijke leegte' dan wel van een 'crisis in de moraal'. Meer in overeenstemming met de feiten

volgen, was dit precies waar de oude Grieken zich druk om maakten in hun zorg voor zichzelf (*epimeleia tes psuchès*) dan wel levenstechniek (*technè tou biou*). In *De cultuur van het zelf*, een beknopte geschiedenis van de antieke levenskunst, noteert hij over de Griekse zorg voor zichzelf:

'Dit beginsel is een ware levenshouding, een gedragswijze geworden waarvan het gehele bestaan doordrongen is. Het heeft zich ontwikkeld tot methoden, praktijken en voorschriften waarover men ging nadenken en die men vervolmaakte en onderwees. Zo is het tot een maatschappelijke praktijk geworden die heeft geleid tot bepaalde intermenselijke verhoudingen, uitwisselingen, communicatievormen en soms zelfs tot instituties.'¹²

In datzelfde kader wordt de Romeinse levenskunst door Foucault als volgt gekwalificeerd:

'De vormen waarin men ertoe wordt aangezet zichzelf te zien als kennisobject én arbeidsterrein, met als doel zichzelf te verbeteren, te louteren en zijn eigen heil te dienen.'¹³

Met de volgende handzame en treffende definitie begint Wilhelm Schmid zijn filosofie van de levenskunst:

'Onder levenskunst wordt fundamenteel de mogelijkheid en de inspanning begrepen om op bereflecteerde wijze het eigen leven te voeren en het niet onbewust, eenvoudigweg zomaar voorbij te laten gaan.'¹⁴

Deze definitie vertoont interessante overeenkomsten met een omschrijving die men bij Nietzsche aantreft:

'We hebben ons tegenover onszelf voor ons bestaan te verantwoorden; bijgevolg willen wij ook de werkelijke stuurman zijn van dit bestaan en niet dulden dat onze existentie op een gedachtenloze toevalligheid gaat lijken.'¹⁵

Vanuit deze begripsbepalingen kunnen enkele hoofdlijnen van de filosofie van de levenskunst worden vastgesteld. Het gaat bij elke levenskunst om de instantie van de levenskunstenaar zelf; de methode of soort van kunst die levenskunst is; het doel van de levenskunst, namelijk het leven als kunstwerk; en de norm van verantwoordelijkheid jegens jezelf.

4. De levenskunstenaar

Nietzsche spreekt over de stuurman van het bestaan. Schmid over het voeren van het eigen leven, en Foucault gebruikt regelmatig de term 'gouvernementalité': bestuurlijkheid. Een modieuze term is zelfmanagement. Levenskunst veronderstelt een instantie, de levenskunstenaar die zijn of haar leven in beheer neemt en er zelf richting aan geeft. Op een bepaald moment neemt iemand het besluit dat het leven niet langer zomaar aan hem of haar voorbijgaat. Hij onderkent dat er naast (en natuurlijk vaak mede door toedoen van) maatschappelijke omstandigheden allerlei persoonlijke zaken zijn die de kwaliteit van zijn leven kunnen bedreigen, zoals een opportunistische instelling, halfslachtigheid, teveel tegelijk willen, verscheurdheid, onmacht en conformisme.

Een mens kan volgens Nietzsche op minstens drie manieren door het leven gaan. Iemand kan er inderdaad voor kiezen om het leven zomaar voorbij te laten gaan. Men kan ook de zaken op hun beloop laten en slechts hier en daar voor enige decoratie zorgen. Voor de echte levenskunstenaar ontwikkelde Nietzsche twee metaforen, een uit de kunst, de beeldhouwer, en een uit de ambachtelijke sector, de tuinman. De levenskunstenaar lijkt op de beeldhouwer of de tuinman: zij laten de steen niet zomaar de steen of de tuin de tuin, maar brengen orde aan in de chaos. De tuinman overziet de algehele omstandigheden (de seizoenen, het weer, de voedingsmiddelen); de toestand van elke plant in het bijzonder, van de tuin(aarde), en van zijn gereedschap. Op grond daarvan bepaalt hij zijn strategie en gaat aan het werk. Zoals de beeldhouwer onophoudelijk zijn beeld hooft, tot dat uit de vormeloze steen het beeld langzaam maar zeker tevoorschijn komt, zo moet de mens actief en onophoudelijk zijn chaotische bestaan vormgeven. 'Het gaat niet om een keer opbouwen en weer neerhalen.'¹⁶

Iemand zal eerder besluiten om zich aan zichzelf te wijden, als hij ontdekt dat hij zelf een belan-

griek aandeel heeft in de bepaling van de kwaliteit van zijn eigen leven. Socrates was erop uit om zijn gesprekspartners die ontdekking te laten doen, en auteurs als Seneca, Montaigne en Nietzsche zijn hem daarin nagevolgd. Het motto van Seneca was: *vindica te tibi* ('neem bezit van jezelf'). Hij vergelijkt het leven van iemand die niet aan levenskunst doet met het stuurloos ronddobberen van een schip op zee. Montaigne stelt: 'Ik zou mijn leven graag aan iemand anders overlaten, maar ja, aan wie?' En Nietzsche ziet de toewijding aan zichzelf als een taak, een opdracht waarvoor men niet mag uitwijken op straffe van zelfvernietiging!

De levenskunstenaar is degene die in de ban is geraakt van het idee om zichzelf te verwerken. Hij besluit om zichzelf serieus te nemen en heel concreet een zekere toewijding aan zichzelf te betrachten. Om de kwaliteit van zijn eigen leven te garanderen ontwikkelt hij een specifieke levenshouding. Hij maakt plannen, stelt zijn doelen en maakt keuzes op grond van een persoonlijke waardenhiërarchie. Wil het eigen leven een kunstwerk zijn, dan moet er een componist zijn die zelf de compositie van zijn leven ter hand neemt. Zo iemand is de scheppende levenskunstenaar. De vraag is uiteraard wat voor kunst de levenskunstenaar betracht.

5. Levenskunst als compositieel

Wanneer de levenskunstenaar zijn leven zo stijlvol vorm geeft dat de verhoudingen kloppen en de spanningsboog bewaard blijft, zal het ook een mooi leven, een echt kunstwerk kunnen worden genoemd. Levenskunst is dan bestaans*esthetiek*. Hier komt de esthetische connotatie uitdrukkelijk in beeld. Het is echter nog maar de vraag, of levenskunst met kunst vergeleken kan worden en zo ja, met welke.

Een eerste benadering is om de levenskunstenaar te vergelijken met de beeldhouwer.¹⁷ Beiden scheppen orde in de chaos. Kunst is een expressieve, stijlvolle en vormgevende activiteit. Aan het vormgeven gaan vooraf, ten eerste de reflectie en ideëenvorming over wat er met het te bewerken materiaal moet gebeuren; vervolgens de keuze van het materiaal en van de instrumenten om het materiaal mee te bewerken. De expressie zelf bestaat uit verzamelen, ordenen, lijnen uitzetten, accenten aanbrengen, het overvloedige verwijderen. De vormgeving bestaat ook uit het afstemmen van de onderlinge verhoudingen op elkaar. Dit alles gebeurt met het oog op het eindproduct, de figuur of het beeld. De beeldhouwer doet dit in aansluiting op een heersende beeldhouwstijl, maar wel met zijn eigen unieke, al dan niet virtuoze kunstenaarschap.

Deze vergelijking is weliswaar interessant en leerzaam, maar gaat in minstens twee opzichten mank:

1. ten eerste is niet duidelijk uit welke grondstof het te bewerken leven bestaat.
2. Ten tweede bewerkt de beeldhouwer niet zichzelf, maar een beeld dat 'buiten' hem staat.

De levenskunstenaar daarentegen bewerkt zichzelf, zijn eigen leven. In zijn geval vallen kunstenaar en kunstwerk samen. Misschien zou levenskunst beter te vergelijken zijn met muziek, een scheppende én uitvoerende kunst. De componist schept de muziek en voert haar ook uit. Maar ook hier geldt dat de componist niet zichzelf schept, maar een muziekstuk dat, opnieuw, 'buiten' hem staat en als zodanig herhaalbaar is, in tegenstelling tot het leven van de componist. Levenskunst is blijkbaar een onherleidbare, eigenaardige vorm van kunst.

Een andere benadering is om levenskunst niet met kunst, maar met vakmanschap te vergelijken. In de klassieke oudheid treffen we reeds de analogie aan tussen levenskunst en geneeskunde.¹⁸ Erich Fromm brengt levenskunst in verband met vakmanschap, met een soort deskundigheid. Levenskunst is dan eerder levens-kunde. Michel Foucault gebruikt naast de uitdrukking de zorg voor zichzelf regelmatig 'technieken van het zelf'. Als verzamelterm vinden we bij hem bovendien de uitdrukking 'cultuur van het zelf'. Ook voor hem is levenskunst minstens ten dele een soort kundigheid, ambachtelijkheid of vakmanschap. Deze vergelijking is echter al evenmin problematisch, wanneer men bedenkt dat het bij een vak om een min of meer duidelijk geëxpliciteerde doelstelling gaat. Scheepsbouw bijvoorbeeld, een vak dat Socrates regelmatig als voorbeeld aanhaalt, of voetballen en detectives schrijven, zijn alle drie praktijken met een duidelijk

chzelf' als een *moreel* ideaal. De renaissance van de levenskunst betekent een nieuwe impuls voor de norm van de verantwoordelijkheid voor zichzelf.

Wat haar status betreft moet deze norm van zelfverantwoordelijkheid eerder als een *appèl* dan als universeel geldige norm worden opgevat. Zelfverantwoordelijkheid is een particuliere morele wet. Wanneer de levenskunstenaar besluit om zich aan zichzelf toe te wijden, doet hij dat niet noodgedwongen of omdat hij daarvoor tegenover een of andere instantie verantwoording is verschuldigd, maar uit innerlijke overtuiging. De plicht jegens zichzelf is geen van bovenaf opgelegde plicht, maar een verantwoordelijkheid die iemand vrijwillig op zich neemt. Hij geldt alleen voor mezelf, en is weliswaar niet volstrekt uit mezelf maar wel door mezelf alleen aan mezelf opgelegd.³²

De uitdrukking verantwoordelijkheid of plicht tegenover zichzelf is vooral met het oog op een sociaal gedachte plichten-ethiek interessant. Traditioneel en ook in de lijn van de kantiaanse traditie wordt moraal als verplichting jegens anderen opgevat. Wie die plicht niet erkent en uitvoert, schiet zedelijk tekort en is egoïst. De introductie van een plicht jegens zichzelf in het kader van de levenskunst betekent een aanzienlijke complicatie voor deze opvatting van moraal, om te beginnen bij de bepaling van het primaat van beide soorten plichten. Op zijn minst staat ter discussie op grond waarvan de ene verplichting de voorrang heeft boven de andere. Hoe verhoudt zich de waarde van de zelfzorg tot de waarde van de zelfopoffering? Volgens sommigen behoeven de zorg voor zichzelf en de zorg voor de ander elkaar niet per se in noch uit te sluiten, maar kunnen ze op bepaalde wijze samenvallen.

De vraag die hier tussentijds aan de orde is, betreft het sociale gehalte van de levenskunst. Een enkele kanttekening is daarbij op zijn plaats. Levenskunst is in die zin principieel sociaal dat leven altijd samenleven is en dat mensen in velerlei afhankelijkheidsverhoudingen verkeren. Fundamentele spanningen tussen mensen zijn eigen aan het leven, en daarbij horen dan ook tegelijkertijd solidariteit en distantie. Het is verre van evident dat de behartiging van het lot van de ander altijd aan dat van mezelf vooraf zou moeten gaan. De context moet ook hier uitsluitend bieden over wat in welk geval het beste is. Herinnerd mag worden aan het uitgangspunt van de socratische levenskunst, dat degene die voor zichzelf zorgdraagt, juist daardoor beter in staat is om voor de ander zorg te dragen!³³

De norm van zelfverantwoordelijkheid staat ook langs een andere lijn ter discussie. Elke levenskunst voltrekt zich op basis van een aantal vooronderstellingen: dat het individuele leven van belang is, dat de kwaliteit van het eigen leven telt, en dat iemand daar zelf invloed op kan uitoefenen. In dat kader verschijnt de norm dat je verantwoordelijk bent voor jezelf. De meest algemene kritiek op het normatieve uitgangspunt van de levenskunst betreft de vooronderstelling van de maakbaarheid van het leven. Het emancipatiestreven van de moderniteit heeft de illusie geproduceerd van een almachtsfantasie. Moderne individuen hebben ontdekt dat het leven zich niet per se in de voorgegeven kaders van de premoderne tijd behoefte af te spelen. Sedertdien is de verleiding groot om overspannen verwachtingen te koesteren van de maakbare samenleving en de menselijke autonomie. Vooral het existentialisme heeft zich daaraan schuldig gemaakt, door iedere weigering voor volledige verantwoordelijkheid genadeloos als 'kwade trouw' aan de kaak te stellen.

Het hameren op levenskunst en op zelfverantwoordelijkheid moet, zo luidt de kritiek, als een levens(!)gevaarlijke humanistische ideologie worden gekwalificeerd. Men roept mensen op hun leven kwaliteit te geven en stelt hen zelfs verantwoordelijk voor hun lot, terwijl allerlei omstandigheden hen juist verhinderen tot een eigen zinvol leven. Het is één ding of en waarom men aan levenskunst zou moeten doen. Het is iets anders of iedereen wel aan levenskunst kan doen. Levenskunst is pas mogelijk wanneer aan allerlei voorwaarden is voldaan, zoals een dak boven het hoofd, voedsel en kleding; een goede baan op eigen niveau, voldoende vrije tijd; lichamelijke integriteit, veiligheid en erkenning. Daarom zou het beter zijn om te zeggen: verbeter jezelf en begin bij de wereld, niet andersom.

Deze kritiek verwijst terecht naar de maatschappelijke context waarbinnen levenskunst gestalte krijgt, reden waarom levenskunst zonder brede reflectie op haar eigen context nooit kan welslagen. Ten eerste vormen politiek, recht en economie kaders die aard en richting van elk project

bepalen van je eigen en andermans leven. **Simone de Beauvoir** heeft zich als een van de eersten gericht op de genderbepaaldheid van levenskunst en vrouwen aangespoord om haar eigen lot ter hand te nemen. Tot zover een kleine, niet onbelangrijke greep uit de geschiedenis van de westerse levenskunst.²⁹

Er bestaat dus een grote diversiteit aan motieven en richtinggevendende idealen voor de levenskunst: genot, zuiverheid, geluk en harmonie, eenvoud, onafhankelijkheid, onkwetsbaarheid, een eigen levenshouding; roem, eer; vrije zelfbeschikking; authenticiteit, zelfoverwinning; vrijheid als relatieve onafhankelijkheid. Bij nader inzien geven deze uiteenlopende doelstellingen aan elke concrete levenskunst hun eigen specifieke kleur en identiteit. Sommige vormen van levenskunst zijn meer aards, op plezier en genot gericht, andere zijn eerder spiritueel en op het hogere ingesteld. De eerste zijn doorgaans meer actief, de tweede eerder contemplatief van aard. Sommige vormen van levenskunst zijn min of meer atomair, voor het geïsoleerde individu bestemd, bijvoorbeeld de kluisenaar, de eenzame kunstenaar, iemand die de anonimiteit koestert of een eenzaat zonder familiebanden. Andere zijn veel meer sociaal georiënteerd en gaan over een grootstedse levensvorm temidden van kinderen, vrienden en collega's. De actuele discussie rondom het thema van de seksuele differentie betreft de vraag of levenskunst voor vrouwen en mannen per se verschillend is. De meeste vormen van levenskunst zijn uit op harmonie tussen de vele contexten waarin het leven zich voltrekt, waarbij dan een zekere controledwang als vanzelfsprekend domineert. Een dergelijke strategie staat haaks op het verlangen naar een *vivere pericoloso*, het spannende, riskante bestaan dat object is van meer radicale, experimentele vormen van levenskunst. Lijnrecht tegenover de kunst om eenvoudig, gewoon te leven staat de hang naar een heroïsch, buitengewoon bestaan. Het spreekt voor zich dat er in de praktijk allerlei mengvormen van aards/spiritueel, individueel/sociaal, actief/contemplatief, gewoon/buitengewoon leven voorkomen.

Sedert de moderniteit geldt bovendien dat algemeen geldige levensdoeleinden niet langer erkenning vinden. Elk modern individu moet zelf zijn eigen zin van het bestaan vinden, op basis van zijn eigen waarden, keuzes en doeleinden. Als eerste postmoderne denker heeft Nietzsche gewaarschuwd dat het 'verlangen om zelf iets te ondervinden en een samenhangend levend systeem van eigen ervaringen in zich te voelen groeien', kortom om een *kunstwerk* te worden, niet in een oppervlakkige spoedcursus maar alleen in een duurzame vorm van levenskunst kan worden bereikt.³⁰ Dat wijst vooruit naar een mogelijk criterium voor een geslaagd, zinvol leven.

Genoemde idealen zijn richtinggevend, zogenaamd 'laatste' doelstellingen waarin allerlei verschillende individuele doelen zijn opgenomen. Wanneer zeggen wij dat een leven een kunstwerk is geworden? Toch niet alleen wanneer ons het een of ander gelukt is en een concrete individuele doelstelling is gerealiseerd? Levenskunst is per slot van rekening niet gericht op één bijzonder facet van de individuele persoonlijkheid. Het gaat om zo te zeggen niet om de oplossing van een bepaald probleem, laat staan om pure klachtenbestrijding, en evenmin om persoonlijke verbetering op een welbepaald punt. Beslissend is dat het leven behalve richting ook een bepaalde vorm gevonden heeft. En dat is het geval wanneer iemand gaandeweg dichter in de buurt van zijn einddoel komt en bijvoorbeeld gelukkig dan wel authentiek geworden is. **De inzet van de levenskunst is het leven als kunstwerk, kortom de compositie van 'heel de mens'.**³¹

7. De verantwoordelijkheid voor zichzelf

De levenskunst berust uiteindelijk op de norm van *verantwoordelijkheid voor zichzelf*. Socrates roept Alcibiades op tot verantwoord zelfbeheer, omdat hij anders niet goed als politicus het land kan besturen. Voor de stoïcus Epictetus is de zorg voor zichzelf tegelijk een voorrecht en een plicht. De Grieken en Romeinen vonden het onverantwoord om als slaaf van hun passie door het leven te gaan. De Renaissancefilosoof Montaigne stelt: 'Wij zijn het aan onszelf verplicht om goed te leven.' Zelfs Kant spreekt van de *plicht jegens jezelf*, en het hele oeuvre van Nietzsche staat in het teken van de noties van *roeping, opdracht of heilige plicht jegens zichzelf*. Savater noemt vijf types 'imbecielen' die te kwader trouw zijn en uitwijken voor hun persoonlijke verantwoordelijkheid: de onverschilligen, de opportunisten, de querulanten, de halfslachtigen en de dogmatici. Ook de communitarist Charles Taylor erkent de hedendaagse 'trouw aan zi-

doel en methodes die daarop zijn toegesneden. Elk voor zich zijn dat trouwens drie professies waarin onderling verschillende, maar welomschreven soorten vakbekwaamheid, vaardigheid en creativiteit aan de orde zijn. De methode(s) en doel(en) van 'het' leven zijn echter allesbehalve vanzelfsprekend.

Kortom: levenskunst is kunst noch kunde, of om het positief te formuleren, levenskunst bezit een aantal aspecten van allebei. Op grond hiervan zou ik de volgende hypothese willen wagen betreffende de kunst en kunde van de levenskunst.

Levenskunst is een onverbrekelijke combinatie van reflectie met oefening, opdat iemand, staande in de verschillende levenspraktijken, goed weet wat hem te doen staat. Levenskunst is een combinatie van kennis met kunde, van brede reflectie met handigheid of geoefendheid. Levenskunst verbindt het *vita activa* met het *vita contemplativa*: denken zonder doen is leeg, doen zonder denken is blind.

Allereerst is reflectie onontbeerlijk. Wanneer elke vorm van reflectie over de inrichting van het eigen leven ontbreekt, gaat het leven inderdaad zomaar voorbij. Bekend is *Socrates'* gezegde uit de *Apologie*: 'Een leven zonder onderzoek is geen leven voor een mens'.³² Niemand handelt ooit *ex nihilo*. Men handelt altijd in aansluiting op wie men geworden is. Reflectie omvat op de eerste plaats zelfkennis, inzicht in de eigenschappen, talenten en vaardigheden die men bezit met het oog op het eigen handelingsbereik. Een belangrijk aandeel in de zelfkennis is de reflectie op de eigen normen en waarden, niet op de laatste plaats op hun interne rangorde. Volgens Nietzsche leeft elk mens vanuit een rangorde van waarden. Charles Taylor spreekt zelfs van een (vaak verborgen) *morele* waardenhiërarchie. Het is een opmerkelijk feit dat mensen vaak uiterst moeilijk kunnen formuleren waarin het goede leven voor hen zelf gelegen is.³³ Wanneer een mens niet zomaar leeft, maar werkelijk zorg draagt voor zichzelf, stelt hij vanuit een bewust waarden-schema de verschillende doelen op die aan het eigen leven richting geven.

De belangrijkste stelregel is dat men niet alles kan worden. Uit de zich aandienende veelheid van keuzemogelijkheden moet men een selectie maken en tot een beslissing komen. Sommige keuzes zijn uiterst pijnlijk en toch onontkoombaar. Levenskunst is een soort *kairologie*, een inschatting van wat op welk moment aan de orde is, gezien de eigen kwaliteiten, normen en waarden. Het is een illusie om te menen dat bepaalde doelen verenigbaar zijn en uiteindelijk in een harmonieus leven tezamen zullen komen. Op die manier is levenskunst dus *compositie*! Doordat de levenskunstenaar de doelen op elkaar afstemt, krijgt zijn leven een bepaalde vorm. **Het leven als kunstwerk is een compositie waarin de verschillende delen tot een geslaagd geheel gecomponeerd zijn.**

Ter bevordering van de zelfkennis en om de juiste keuzes te maken kan men zich regelmatig door iemand laten adviseren. Een deel van de reflectie betreft dus de vraag wie de eigen raadgevers kunnen zijn op welk gebied, en voorts of en waarom de relatie een (a)-symmetrische moet zijn. Met een variant op Montaigne zou men kunnen stellen: 'Ik zou mij in mijn leven graag laten adviseren, maar ja, *door wie?*' Aristoteles geeft een mogelijke oplossing: 'Wanneer iemand door naar zijn *philos* (intieme vriend) te kijken, ziet wat hij is en wat voor karakter hij heeft, is die vriend.. voor hem als een tweede ik.'³⁴ Een ander kan ons adviseren, maar niet voor ons beslissen. Hoe iemand zijn leven moet inrichten, volgens welke regels en oefeningen, hangt af van de persoonlijke doelstellingen die men nastreeft en die zijn weer afhankelijk van de eigen waardenhiërarchie, die in de loop van de zelfervaring tot stand gekomen is.³⁵ Wie bijvoorbeeld uit is op roem en glorie, moet zich geheel anders gedragen dan wie een gewoon leven wil met huiselijk geluk, laat staan wie beide doelen tracht te combineren. De weg van de levenskunst hangt dus nauw samen met het doel van de levenskunstenaar.

Bezinning en goede raad samen zijn noodzakelijk, maar nog geen toereikende voorwaarden om te kunnen spreken van levenskunst, want om zich te kunnen veranderen is bovendien een zekere *daadkracht* nodig. Nietzsche en Foucault hameren er voortdurend op dat louter bezinning niet voldoende is, maar dat het bepalen en veranderen van je persoonlijkheid zich alleen in concrete levenspraktijken voltrekken. Een klassiek voorbeeld van de noodzakelijke verbinding van theorie met praktijk levert de Stoa, wanneer zij reflectie combineert met oefeningen: al experimenterend moet iemand proberen om er achter te komen wat hij (aan)kan. De Romeinse stocijn Sextius vroeg zich elke avond voor het slapen gaan af: waaraan heb ik vandaag weerstand geboden? Welke van mijn zwakke punten heb ik vandaag verbeterd? Welke niet en waarom niet? Zulk zel-

fonderzoek was erop gericht om na te gaan, welke principes en leefregels iemand erop na hield. Om bovendien te controleren, of iemand ook werkelijk in het bezit was van een bepaalde deugd of kwaliteit, bijvoorbeeld zelfbeheersing, hanteerde men de beproevingsmethode. Epicurus stelde zichzelf op de proef door op sommige dagen nog minder te eten dan op andere.

Ten slotte moet mijn hypothese over de gecombineerde aanpak van de levenskunst verbonden worden met een belangrijke randvoorwaarde: voor de levenskunst is een breedsporige reflectie nodig. Men kan geen levenskunst voeren 'met de rug naar de systemen', zonder rekening te houden met de bijzondere maatschappelijke context waarin iemand verkeert. Persoonlijke omstandigheden staan niet los van maatschappelijke condities. Levenskunst is dan ook principeel een maatschappelijke aangelegenheid, voorzover men bij de bepaling van de eigen lotgevallen rekening dient te houden met de typische samenlevingsvorm waaronder het eigen leven zich voltrekt. Hetzelfde geldt ook de culturele context. Het eigen leven voltrekt zich binnen een dominante betekenis horizon van normen en waarden. De westerse cultuur levert een schat aan bronnen wat betreft individuele en gemeenschappelijke levensstijlen waaruit wij, al dan niet bewust, voortdurend putten. De discussie over authenticiteit, over de verhouding tussen de eigen waarden en het heersende waardenpluralisme, hoort samen met de discussie over de verhouding tussen levenskunst en burgerschap tot het hart van de laatmoderne levenskunst.

6. Het leven als kunstwerk

'Wij hebben maar een heel klein heden', aldus Nietzsche, 'en daarin moeten wij laten zien waarom en waartoe wij juist nu zijn ontstaan.' Het eigen leven moet volgens hem niet teveel op een soort toeval lijken. Als we de definitie van Schmid ernstig nemen beoogt de levenskunst eerst en vooral om het eigen leven niet zomaar te laten verstrijken. De Spaanse filosoof Savater spreekt van het 'besluit om niet zomaar te leven. Het gaat dan om de overtuiging dat niet alles om het even is, ook al gaan we vroeg of laat dood.' Wat is dat 'zomaar' waaraan levenskunst probeert te ontsnappen? Waartoe dient levenskunst?

Elk leven verstrijkt en houdt vroeg of laat op. Intussen glipt het ons op alle mogelijke manieren door de vingers. Er is veel toeval, lot en soms noodlot. Er is ook veel bepaaldheid: het eigen leven wordt op allerlei manieren bepaald, door culturele kaders, instituties en door mensen van vlees en bloed om ons heen. Weinig mensen zullen vinden dat hun leven volledig op toeval berust, of dat het volledig gedetermineerd is. Niemand steekt in blind vertrouwen de straat over, net zo goed als niemand zich bewust totaal conformeert. In het dagelijks leven is iedereen tot op zekere hoogte bezig een zekere ordening aan te brengen in zijn leven en de willekeur te overstijgen.

De levenskunstenaar gaat echter een stuk verder, hij wil iets bereiken met zijn leven. Elke vorm van levenskunst wordt gekenmerkt door een eigensoortige kunst waarin specifieke doelen worden nagestreefd. Ter illustratie van de mogelijkheden geef ik een kort overzicht van modes, stijlen en stromingen in de levenskunst.

De geschiedenis van de westerse filosofie vertoont een breed scala van onderling vaak zeer uiteenlopende doelstellingen waarvoor mensen geacht worden zich in te zetten. Zo is levenskunst bij de Grieken doelen stellen en proberen te raken (*stochazomai* = richten op een doel zonder de zekerheid om te treffen). Bij Plato is het raak, wanneer iemand zijn emoties onder controle gekregen heeft en tot inzicht is gekomen. Wie de Waarheid ontdekt, heeft de maat volgens welke hij moet leven. Plato's filosofie is getekend door de wens om de veranderlijke chaos vanuit een onveranderlijke, universele maat onder controle te brengen. Zijn levenskunst beoogt een geestelijke zuivering, waarbij de mens van lichamelijke verlangens, behoeften, emoties en lusten zo onthecht mogelijk moet zien te raken.²³

Aristoteles verdedigt de opvatting dat elk individu in zijn eigen concrete ervaringen praktische wijsheid moet opdoen en het juiste midden moet zien te vinden. Onze vrienden kunnen daarbij helpen door ons een spiegel voor te houden. Aristoteles' levenskunst beoogt *eudaimonia*: een bloeiend leven. Volgens hem weet eigenlijk iedereen wel wat dat is: 'Over de naam zijn de meeste mensen het eens, want zowel de grote massa als de meer ontwikkelde mensen noemen dit *eudaimonia*, en nemen aan dat goed leven en goed handelen samenvalt met gelukkig zijn.'

Zo'n bloeiend leven is het resultaat van een langdurig proces. Zo kunnen kinderen volgens Aristoteles (nog) niet echt gelukkig zijn. Pas gaandeweg, als het leven voor het grootste deel voltooid is, kan men beoordelen of men *eudaimoon* leeft, prudent, goed en gelukkig geworden is.

De cynici stonden onder aanvoering van hun held Diogenes een volstrekt natuurlijke, onafhankelijke levensvoering voor, los van alle aanspraken en eisen van de cultuur. Voor Epicurus is het doel van het menselijk bestaan 'om pijn noch angst te hebben', maar te genieten: 'lust is het uitgangspunt en het doel van het gelukige leven.' Centraal in dit hedonisme staan 'de gezondheid van het lichaam en een onverstoorde staat van de ziel.'²⁴ De *ars vitae* van de late Stoa beoogt een toestand van mentale onafhankelijkheid (*autarkeia*). Onverstoortbaarheid (*ataraxia*), harmonieuze rust (*perpetua tranquillitas*) en vrijheid (*libertas*) zijn de beloning voor de wijze stoïcus.

Met de overgang van het antieke heidendom naar het christendom zien we de opkomst van een ander type levenskunst. Het christendom is een verlossingsleer die erop gericht is om de ziel van het individu te begeleiden bij de overgang van het tijdelijke, aardse bestaan naar het eeuwige hemelrijk. Zuiverheid van ziel moet worden verworven op grond van zelfinzicht en een daarop afgestemde ascetische levenswandel waarin vele aardse vormen van eigenliefde vaarwel worden gezegd.

De Renaissance-filosoof Montaigne integreerde op kritische wijze inzichten uit de Grieks-Romeinse levenskunst in zijn eigen levenservaring. De inzet daarvan is niet het boeken van geestelijk of materieel succes maar de verwerving van een passende levenshouding. In een van zijn *Essays*, het 'kasboek van mijn ervaringen', noteert hij: 'Wij zijn het aan onszelf verplicht om een levenswijze te scheppen, niet om goede boeken te schrijven; en het gaat er niet om veldslagen te winnen en provincies te veroveren, maar innerlijke rust bij ons handelen.'²⁵ Montaigne wil samenvallen met zichzelf: 'Wanneer ik dans, dans ik; en wanneer ik slaap, slaap ik.'²⁶

Het Italiaanse Renaissance-denken uit de vijftiende en zestiende eeuw wordt daarentegen juist wel gekenmerkt door eerzucht en hang naar wereldse roem. Eer (*onore*), roem (*gloria*), wedijver (*concorrenza*), afgunst (*invidia*), schande (*vergogna*) en vooral persoonlijke deugd (*virtù*) zijn grondbegrippen uit de Renaissance-literatuur. De humanisten Alberti en Bruno zagen het leven als een wedstrijd om uniek (*unico*), de eerste en de beste te willen zijn. Voor de eierzuchtige architect en schrijver Alberti was het leven 'een regatta met maar een paar prijzen', en de filosoof Bruno kon zich er oprecht over verbazen dat sommige mensen daar gewoon niet aan meededen.²⁷

Sedert de moderniteit is vrijheid in de zin van vrije zelfbeschikking de centrale notie die tot op de dag van vandaag de liberale moraal domineert. Kant roept de mondige mens op zelf de regie te voeren over het eigen leven, waaruit voor hem overigens direct een plichtmoraal voortvloeit. Voor de moderne levenskunst impliceert dit dat de doelen van het leven niet langer van bovenaf kunnen worden opgelegd, maar dat elk individu zelf de invulling van zijn eigen leven bepaalt.

In het romantische ideaal van levenskunst, onder meer van Goethe en Herder, staat authentieke zelfexpressie centraal. Laat je niet meeslepen door de vele stemmen van buiten en verlang niet naar onverdiende roem. Wees authentiek en geef je leven vorm op basis van je innerlijke stem. Erich Fromm staat ten dele in die traditie als hij een waarachtig zelf propageert. Het romantisch ideaal van zelfexpressie en de behoefte om de banaliteit van het alledaagse leven te overstijgen heeft enorme invloed uitgeoefend op de negentiende eeuwse filosofie en literatuur. Een van de uitlopers is bijvoorbeeld het dandyisme van Oscar Wilde.²⁸

Nietzsche staat met een been in de moderne, met het andere in de romantische traditie. 'Wordt wie je bent' en 'Jezelf stijl geven' zijn voor hem geliefkoosde motto's. In praktische zin betekent dat een typische mengeling van autonome zelfexpressie en zelfoverstijging. Het autonoom geworden individu zet zich in de zelfbepaling telkens opnieuw op het spel. Bataille heeft intrigerende ideeën ontwikkeld over de samenhang tussen zelfbehoud en zelfverlies. Foucault is ten dele modern, ten dele nietzscheaan en opteert voor vrijheid en maakbaarheid. Machtverhoudingen hebben altijd de neiging om te verstarren tot een statische rangorde. Levenskunst ('souci de soi') volgens Foucault heeft als inzet het op gang houden van de dynamiek en het mee-