

Over levenskunst

Van Joep Dohmen verschenen eveneens bij  
uitgeverij Ambo

*Tegen de onverschilligheid*  
*Brief aan een middelmatige man*  
*Het leven als kunstwerk*

met Jan Baars  
*De kunst van het ouder worden*

met Maarten van Buuren  
*De prijs van de vrijheid*  
*Van oude en nieuwe deugden*

Joep Dohmen [red.]

# Over levenskunst

De grote filosofen over het goede leven

Ambo|Amsterdam



De uitgever heeft ernaar gestreefd de rechten te regelen voor alle in dit boek opgenomen teksten. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, wordt verzocht zich alsnog tot de uitgever te wenden.

Eerste druk 2002  
Achtttiende, herziene uitgave 2014

ISBN 978 90 263 2757 5

Samenstelling en inleiding  
© 2014, 2002 Joep Dohmen

Nederlandse vertaling van de  
teksten van Kant, Wieland, Von Knigge, Goethe,  
Emerson, Kamlah, Krämer en Nehamas  
© 2002 Mark Wildschut en Ambo|Anthos *uitgevers*

Nederlandse vertaling van de teksten van Bauman en Kekes,  
© 2014 Ruud van de Plassche en Ambo|Anthos *uitgevers*

Nederlandse vertaling van de teksten van Höffe,  
© 2014 Willem Visser en Ambo|Anthos *uitgevers*

Het copyright op de afzonderlijke teksten  
berust bij de auteurs of hun rechthebbenden.

Omslagontwerp Marry van Baar  
Omslagillustratie © Richard Tuschman/Millennium Images/Hollandse Hoogte  
Foto auteur © Wim Oskam

Verspreiding voor België:  
Veen Bosch & Keuning uitgevers n.v., Antwerpen

‘Ga zo door, mijn beste Lucilius; maak aanspraak op je eigen leven.’

Lucius Annaeus Seneca – *Brieven aan Lucilius*, 1,1

Voor Haye Koningsveld

# Inhoud

Inleiding 11

## OULDHEID EN MIDDELEEUWEN

- Plato – *Wanneer draagt men zorg voor zichzelf?* 35  
Aristoteles – *Voortreffelijkheid van karakter* 49  
Epicurus – *Brief aan Menoikeus* 60  
Cicero – *Filosofie als therapie* 66  
Plutarchus – *Troostbrief* 73  
Lucius Annaeus Seneca – *Het effect van leefregels* 80  
Epictetus – *Wat in onze macht ligt en wat niet* 92  
Marcus Aurelius – *Persoonlijke notities* 99  
Sextus Empiricus – *Bestaat er levenskunst?* 108  
Aurelius Augustinus – *Over het gelukkige leven* 117  
Johannes Cassianus – *Vorming van wie aan de wereld verzaken* 124  
Meister Eckhart – *Levenslessen* 130

## RENAISSANCE

- Francesco Petrarca – *Het leven in eenzaamheid* 141  
Giovanni Pico della Mirandola – *Over de menselijke waardigheid* 152  
Desiderius Erasmus – *Moeten kinderen autoritair of vrij worden opgevoed?* 156  
Dirk Volckertszoon Coornhert – *Of rust hier het opperste goed van de mens is* 168  
Michel de Montaigne – *Over de ervaring* 174  
Baltasar Gracián – *De universele hervorming* 182

#### MODERNE TIJD

- François de La Rochefoucauld – *Enkele bespiegelingen* 193  
Blaise Pascal – *Over de verstrooing* 198  
Jean-Jacques Rousseau – *Derde wandeling* 203  
Immanuel Kant – *De goede wil* 213  
Immanuel Kant – *Over het hoogste moreel-fysieke goed* 217  
Christoph Martin Wieland – *Filosofie als levenskunst en geneeskunst van de ziel* 222  
Adolph von Knigge – *Over de omgang met zichzelf* 228  
Johann Wolfgang von Goethe – *Wilhelm Meisters leerjaren* 233  
Friedrich Schiller – *Zevenentwintigste brief* 241

#### NEGENTIENDE EEUW

- Arthur Schopenhauer – *De kunst om gelukkig te zijn* 253  
Ralph Waldo Emerson – *Zelfvertrouwen* 260  
John Stuart Mill – *Over individualiteit, als een der grondbeginselen van het welzijn* 268  
Søren Kierkegaard – *Het evenwicht tussen het esthetische en het ethische in de uitwerking van de persoonlijkheid* 275  
Friedrich Nietzsche – *Menselijk, al te menselijk* 283  
Friedrich Nietzsche – *Schopenhauer als opvoeder* 288  
Friedrich Nietzsche – *Een ding is nodig* 291

#### TWINTIGSTE EEUW

- Bertrand Russell – *Hoe worden mensen ongelukkig?* 295  
Erich Fromm – *Beoefening der liefde* 303  
Wilhelm Kamlah – *Filosofie als levenskunst* 312  
Simone de Beauvoir – *Pleidooi voor een moraal der dubbelzinnigheid* 317  
Pierre Hadot – *Filosofie als levenswijze* 326  
Michel Foucault – *De ethiek van de zorg voor zichzelf als vrijheidspraktijk* 339  
Hans Krämer – *Levenskunst als integratieve ethiek* 355  
Martha Nussbaum – *De kwetsbaarheid van het goede* 362  
Richard Rorty – *De levenskunstenaar als 'liberale ironicus'* 371  
Charles Taylor – *Morele identiteit* 377  
Alexander Nehamas – *Drie modellen van levenskunst* 383



EENENTWINTIGSTE EEUW

- Henk Manschot – *Sociale levenskunst: de postmoderne uitdaging* 399  
Tzvetan Todorov – *De individualistische levenskunsten* 407  
Wilhelm Schmid – *Enkele fundamentele vragen over de levenskunst  
en het finale argument* 412  
John Kekes – *Leven volgens een ideaal* 418  
Peter Bieri – *De toe-eigening van de wil* 429  
Luc Ferry – *De wijsheid van de liefde* 434  
Otfried Höffe – *Levenskunst en moraal* 444  
Zygmunt Bauman – *Wij, levenskunstenaars* 455  
Peter Sloterdijk – *De absolute imperatief* 463  
Jan Baars – *De kunst van het leven in verschillende tijden* 476  
Paul van Tongeren – *Leven als kunst* 483  
Ruut Veenhoven – *Levenskunst: zo te leven dat men zich er prettig  
bij voelt* 491
- Bibliografische gegevens 505



# Inleiding

## 1 HET LEVEN ALS KUNSTWERK

Het valt mij op dat de kunst in onze samenleving met voorwerpen te maken heeft en niet met mensen of met het leven. Kunst is een specialiteit geworden van experts die men kunstenaars noemt. Waarom zou ons leven geen kunstwerk kunnen worden? Deze belangrijke vraag is afkomstig van de Franse filosoof Michel Foucault, vlak voor hij stierf. Uit de vraag klinkt een utopisch verlangen. Foucault had graag gezien dat onze westerse samenleving met haar neoliberale cultuur zichtbaar het stempel van de levenskunst zou dragen. Eigenlijk zou in onze cultuur iedereen zich expliciet aangesproken moeten voelen om zijn of haar eigen leven daadwerkelijk een geslaagde vorm te geven. Er spreekt ook teleurstelling en bezorgdheid uit. Hoewel vrijheid en zelfbeschikking onze publieke moraal vormen, zijn er vele aanwijzingen dat wij tegenwoordig juist voortdurend van alle kanten aangestuurd worden en een allesbehalve stijlvol leven leiden. Foucault is de voornaamste pleitbezorger geweest voor de invoering van een nieuwe, actuele levenskunst. Zijn interesse voor een moraal van zelfzorg vormt het leitmotiv voor de filosofie van de levenskunst. Helaas doorkruiste zijn vroege dood – hij stierf in 1984 aan aids – de grondige uitwerking van zijn bestaansethiek.

Foucault was het thema van de levenskunst in zekere zin bij toeval op het spoor gekomen. Toen hij eind jaren zeventig onderzoek deed naar de bronnen van de westerse seksualiteit ontdekte hij in de filosofische scholen van de klassieke Oudheid een diep ontwikkelde ‘cultuur van het zelf’. Filosofie was in de Oudheid eerst en vooral praktische filosofie, bedoeld om mensen te leren niet voortdurend te hoeven leven met spijt over het verleden, of met angst voor de toekomst. In de teksten van de be-

langrijkste Griekse en Romeinse filosofen las Foucault dat de elite geen slaaf wilde zijn, niet van een ander mens, maar ook niet van de eigen behoeften of passies. Men wilde innerlijk vrij zijn, zowel fysiek als geestelijk onafhankelijk, en streefde een bloeiend leven na. De naam van dat streven was *technè tou biou, ars vitae*, ofwel levenskunst.

Wat hield die antieke levenskunst in? Allereerst deden deze klassieke wijsgeren aan zelfonderzoek. Ze onderzochten hun opvattingen, verlangens, emoties, goede en slechte gewoontes. Ze zochten naar leefregels om hun standvastigheid te vergroten. Naast reflecties werden er allerlei geestelijke en lichamelijke oefeningen gedaan: er werd gemeditereerd, men deed aan geheugenoefeningen, leefde sober en ascetisch, en controleerde het eigen gedrag. Een van de charmes van de antieke levenskunst was ongetwijfeld dat zij regelmatig samen met vrienden beoefend werd. De klassieke filosofie was ook een sociale praktijk waarin men elkaar aanspoorde en advies gaf. Ten slotte stond deze 'cultuur van het zelf' in dienst van een belangrijk ideaal: een goed leven, gelukkig en vrij. Inmiddels heeft Foucaults oproep om ons leven als een kunstwerk te beschouwen, in brede zin weerklank gevonden. Vandaag is de klassieke filosofische levenskunst teruggekeerd in de vorm van een nieuwe bestaansethiek.

## 2 WAT IS LEVENSKUNST?

Levenskunst is een klassiek concept, dat echter regelmatig misverstanden oproept. Zo verwonderlijk is dat niet. Over allerlei kunsten als schilderkunst en beeldhouwkunst zijn hele bibliotheken volgeschreven. Hetzelfde geldt voor architectuur, muziek, dans en fotografie. Dit zijn verschillende, min of meer goed omschreven praktijken met eigen regels, criteria en stijlvormen. Het zijn kunstvormen waarover allerlei informatie beschikbaar is en waarover men zich een oordeel kan vormen. Het is goed mogelijk om in een leerproces schilder, beeldhouwer, componist, balletdanser of fotograaf te worden. Maar het is helemaal niet duidelijk naar welke praktijk het woord levenskunst verwijst, en wat het betekent om een levenskunstenaar te zijn.

De vraag is zelfs of er wel een praktijk mee correspondeert en of het leven wel te leren valt. Veel plannen die we maken, vallen in het water, en de rest lukt ons wellicht bij toeval. Misschien is die hele levenskunst wel een misverstand, een uitwas van de onuitroeibare menselijke verbeterzucht,

een idiote fictie. Moeten we niet gewoon erkennen dat het leven ons gro-  
tendeels overkomt? Sceptici merken graag op dat het leven niet te leren  
valt. De menselijke natuur is volgens hen zwak, gammel en slecht. ‘Uit  
zulk krom hout als de mens is kan niets rechts groeien’, aldus Immanuel  
Kant. En de cultuur maakt het er vaak niet beter op. Mensen kunnen met  
vallen en opstaan hooguit enige levenservaring opdoen. Sommigen lukt  
dat beter dan anderen en meer valt er niet te zeggen. ‘Het leven is niet  
maakbaar’, zeggen de cultuurpessimisten dan.

Wat zou dat trouwens kunnen zijn: een kunstwerk van ons leven ma-  
ken? Dan zouden we toch eerst moeten weten wat voor kunstvorm de le-  
venskunst is. Stel dat iemand aan ons vraagt: ‘Schildert u?’ of: ‘Bespeelt  
u een instrument?’, dan is het antwoord gemakkelijk te geven, omdat we  
precies weten welke praktijk ermee wordt bedoeld. Bij de vragen ‘Doet  
u aan levenskunst?’ of ‘Bent u een levenskunstenaar?’ is dat niet het geval.  
Daarom weten we er ons niet goed raad mee. Levenskunst klinkt boven-  
dien nogal erg pretentius. Wie durft er nu openlijk van zichzelf te bewe-  
ren dat hij een levenskunstenaar is?

Wittgenstein heeft ooit opgemerkt dat de taal ons vaak de verkeerde  
kant op stuurt. Dat geldt in hoge mate voor het woord levenskunst. Fou-  
cault heeft het debat een nieuwe wending gegeven met zijn ethiek van de  
‘zorg voor zichzelf’. De term ‘zorg’ brengt een andere, veel bredere oriën-  
tatie in het spel dan kunst of dan kunde. Deze brede oriëntatie heeft bo-  
vendien als voordeel dat ze de term levenskunst weghaalt uit de sfeer van  
de succesagenda. Zelfzorg betekent dat je als het ware een stap terugdoet  
en een relatie met jezelf aangaat (*rapport à soi*). Vertrekpunt is het inzicht  
dat iemand zichzelf medeverantwoordelijk stelt voor de vorm van zijn of  
haar eigen leven. Er is een verrassend groot aantal manieren waarop we  
ons telkens opnieuw als slachtoffer opstellen en ons onttrekken aan de  
verantwoordelijkheid voor de gang van ons leven, zoals onwetendheid  
(‘ik wist het niet’), onverschilligheid (‘het zal mijn tijd wel duren’), op-  
portunisme (‘ik zie wel hoe het uitpakt’), halfslachtigheid (‘misschien  
wel, misschien ook niet’) en tegendraadsheid (‘daar begin ik niet aan’).  
Zelfzorg verwijst naar een aantal samenhangende aspecten van zelf-  
werkzaamheid met het oog op het verwerven van een eigen houding.  
Met die eigen houding probeer je dan aan je leven een welbepaalde vorm  
te geven door gerichte keuzes en handelingen. Dat moet elk individu  
voor zichzelf doen, indien mogelijk en nodig geholpen door anderen.  
Uiteraard kan men ook anderen helpen bij hun vormgeving. Levens-  
kunst is een ontwikkelingstaak, ofwel bildung. Ze is de poging om zich-

zelf te verbeteren. Het doel van de eigen levenskunst – datgene waarvoor men leeft – hangt natuurlijk nauw samen met de methode (hoe bereik je dat doel?) en de context: welke persoonlijke en maatschappelijke speelruimte heb je om je leven vorm te geven? In de literatuur worden vaak twee termen door elkaar gebruikt: levenskunst en bestaansethiek. Strikt genomen is bestaansethiek de overkoepelende discipline waarin de vele verschillende soorten van levenskunst worden beschreven en geëvalueerd.

### 3 DE NOODZAAK VAN LEVENSKUNST IN EEN POSTTRADITIONELE SAMENLEVING

Levenskunst is aantoonbaar van alle tijden, omdat ze zich richt op problemen die nu eenmaal bij het leven horen. Eindigheid, lijden, lot en noodlot, en de behoefte aan beheer en oriëntatie die daaruit volgt, zijn eigen aan de menselijke conditie en vormen de constanten van het onzekere mensenleven. Bovendien probeert elke vorm van levenskunst een antwoord te formuleren op actuele bestaansvragen. De huidige opmars van de filosofische levenskunst hangt zonder enige twijfel samen met het probleem van de vrijheid in onze tijd en de bestaansonzekerheid die daaruit volgt.

De terugkeer van de levenskunst hangt nauw samen met een recente culturomslag in onze samenleving. De afgelopen vijftig jaar zijn in onze westerse samenleving de invloed van traditie, religie en moraal door de opkomst van de markt, media, wetenschap en techniek verregaand teruggedrongen. In de ‘reflexieve moderniteit’ (Giddens) strijden allerlei wetenschappelijke en technologische expertise om de voorrang, worden vanuit de markt steeds nieuwe behoeftepatronen gecreëerd, en programmeren en kanaliseren de media tal van informatiestromen. Vooraanstaande sociologen als Ulrich Beck, Zygmunt Bauman en Anthony Giddens, maar ook filosofen als Jürgen Habermas en Charles Taylor, spreken expliciet over ‘de posttraditionele samenleving’, de ‘postnationale constellatie’ of de ‘seculiere tijd’.

De jaren zestig en zeventig betekenden de doorbraak van de emancipatiegedachte en het einde van zogenaamd natuurlijke hiërarchische verhoudingen. Het waren de decennia van de bevrijdingsbewegingen: arbeiders, studenten, patiënten, vrouwen, homo’s en vele andere ondergeschikte groepen. De inmenging van werkgevers, hoogleraren, de me-

dische stand, mannen, hetero's, werd door hen opgevat als willekeur en hun regels en voorschriften werden niet langer als vanzelfsprekend geaccepteerd. De liberale claim van vrijheid als afwijzing van vrijwel elke traditie en van iedere vorm van inmenging wordt tegenwoordig niet alleen in het privé domein maar ook in het publieke domein hoe langer hoe meer als evident beschouwd.

Binnen deze posttraditionele samenleving zien we de afgelopen decennia een belangrijke culturele wending, door de Engelse socioloog Anthony Giddens treffend getypeerd als de opkomst van de levenspolitiek. Hoewel de oude strijd om emancipatie zowel feitelijk als principieel nooit definitief gestreden is, zien we onder de invloed van markt, wetenschap, technologie en media een duidelijke verschuiving van een emancipatiestrijd naar een 'levenspolitiek': de vraag naar de betekenis van de eigen identiteit.

De vraag 'wie is mijn onderdrukker?' klinkt vandaag ouderwets en gedateerd. Jonge mensen begrijpen die vraag amper meer, ze voelen zich immers vrij en lijken zich van allerlei invloeden soms nauwelijks bewust. Hun nieuwe levensvragen gaan vooral over identiteit en oriëntatie: wie ben ik, waar kom ik vandaan, wie wil ik zijn en hoe moet ik mijn bestaan – al dan niet met anderen – vormgeven? Volgens de socioloog Ulrich Beck gaat het in de huidige samenleving minder om 'individueel zijn' als wel om het complexe proces van 'individueel worden', en staat elk modern mens voor de verre van eenvoudige taak om een eigen leven te leiden:

'Er bestaat in het Westen nauwelijks een meer verspreid verlangen dan dat om "een eigen leven te leiden". Als een reiziger in Frankrijk, Finland, Polen, Zwitserland, Engeland, Duitsland, Hongarije, Amerika of Canada zou vragen wat mensen daar werkelijk beweegt en wat ze willen bereiken, dan kan het antwoord zijn: meer geld, werk, liefde, God of wat dan ook, maar het zou ook in toenemende mate de belofte van "een eigen leven" zijn. [...] Het is amper overdreven om te zeggen dat het dagelijks gevecht om een eigen leven te leiden de collectieve ervaring van de westerse wereld is geworden.'

(U. Beck & E. Beck-Gernsheim, *Individualization*, 2002).

In het 'dagelijks gevecht om een eigen leven' zoekt elk modern individu onophoudelijk naar een houvast op tal van gebieden: inkomen, opvoeding en onderwijs; gezondheid, wonen, veiligheid en de verhouding tot gezag; respect en zelfrespect; relaties, sterke en zwakke bindingen; verlangens, emoties, ervaringen van angst, woede en schaamte. In algemene

zin gaat dat gevecht ook om de eigen plaats in een groter geheel, nu alle klassieke gemeenschapsvormen in een globaliserende wereld in grote vaart dreigen te verdwijnen.

De nieuwe levensvragen gaan dus vooral over de eigen identiteit, oriëntatie en lifestyle. Ideologisch gezien is de overgang gemaakt van een standaardbiografie naar een keuzebiografie. De Engelse socioloog Zygmunt Bauman acht de huidige keuzevrijheid even opwindend als zenuwslopend: 'Constant word je geconfronteerd met een of ander risico. Als je je aandacht vestigt op een bepaalde mogelijkheid en een keuze maakt, weet je nooit zeker of je intussen andere opties, die weleens veel aardiger, interessanter, beter of winstgevender zouden kunnen zijn, niet net misloopt. Welke keus je ook maakt, de vreugde van het kiezen wordt altijd ietwat getemperd door het vermoeden dat er vele andere keuzemogelijkheden waren die je links hebt laten liggen. Daar betaal je een hoge prijs voor, vooral in psychologische zin.'

Paradoxaal genoeg domineert in onze cultuur de neoliberale moraal van vrije zelfbeschikking, terwijl ons persoonlijk leven zich in een dynamisch maatschappelijk krachtenveld voltrekt. De kwaliteit van het moderne leven staat onder een enorme spanning vanwege de impact van de markt, de overheid en de systeemdruk. Het verlangen naar een authentieke, eigen levensstijl staat bijvoorbeeld op gespannen voet met de dominantie van de markt. De media van de laatkapitalistische markt brengen ons onophoudelijk de juiste codes, kunstjes en goede smaak bij op alle domeinen van het dagelijks leven: woninginrichting, genot (middelen), vrijetijdsbesteding, lichaamscultuur (hygiëne, voeding, gezondheid en schoonheid), ouder worden, seksualiteit en zelfs de dood. Het dagelijks leven is van de wieg tot het graf doelwit van een consumptiecultuur. *Happiness*, consumptief genot, succes en een voorspoedig levenseinde vormen de beperkte horizon van de marktsamenleving.

Intussen zijn steeds meer mensen nauwelijks opgewassen tegen de neoliberale cultuur met zijn moraal van vrije zelfbeschikking, zoals blijkt uit de lange reeks uitingen van gebrek aan zelfbeheersing, isolement en onverschilligheid: de zwakke regie over het eigen bestaan, de overvolle agenda's, de gewoonte om zoveel mogelijk zaken tegelijk te behandelen, het dwangmatig genot als afweer tegen de verveling, het wanhopige verlangen naar spirituele zingeving en de opmars van de goeroes die op dat verlangen azen, de terreur van de amusementsindustrie, de gekmakende tijdsdruk en het vruchteloze verlangen naar onthaasting, de vraag naar *mental coaching*, de schandelijke zelfverrijking, de nieuwe



achteloosheid, het zinloos geweld, de algemene desinteresse voor milieu en natuur, de verslavende behoefte aan erkenning en succes, de instrumentaliteit van onze persoonlijke relaties en de vlucht in de behaaglijkheid van het privéleven.

Het is een troostrijke gedachte dat nog altijd veel mensen heel goed beseffen dat onze wereld geen casino is. Ze willen liever op een echte manier met elkaar leven, opgroeien, werken, zorgen, genieten, reizen, liefhebben en doodgaan: intens, loyaal, strijdbaar en glorieus. Maar intussen zijn ze weinig weerbaar en moeten ze opboksen tegen de groteske verbeelding van het leven als een 'nachtmerrie met airconditioning' (Bruckner). Waar de antieke filosofen zich bij hun individuele keuzes nog konden beroepen op algemene regels, op 'de natuur' of op God, erkennen moderne mensen geen morele autoriteiten meer. Helaas beschikken wij zelden over nieuwe, inspirerende en overtuigende voorbeelden. We kennen weinig persoonlijkheden die navolging als vanzelfsprekend oproepen, laat staan afdwingen. We hebben niet alleen geen traditionele zekerheden meer over wat ons eigen leven de moeite waard maakt, we hebben bovendien weinig alternatieven. Hoe kunnen moderne individuen erin slagen om hun positieve vrijheid te ontwikkelen, als het hen ontbreekt aan overtuigende culturele narratieven die de weg naar een goed leven wijzen? Hoe moeten wij dat gevecht om de kwaliteit van hun leven voeren en met elkaar een nieuwe gemeenschap van weerbare en betrokken individuen vormen? Dit zijn de nieuwe grote bestaansvragen van onze actuele cultuur en maatschappij, waarop de moraal van de levenskunst, de bestaansethiek, een antwoord wil formuleren.

#### 4 DE HERONTDEKKING VAN DE LEVENSKUNST

De actuele filosofie van de levenskunst is een evidente reactie op de malaise van de moderniteit. Vlak na de Tweede Wereldoorlog maakte de joodse humanist Erich Fromm al de balans op van dit kwaad: 'De ware morele problematiek van onze tijd is de onverschilligheid van de mens jegens zichzelf. Deze blijkt uit het feit dat wij de zin voor de betekenis en het unieke van de individuele mens zijn kwijtgeraakt en onszelf als handelswaar zijn gaan beschouwen.' De reden voor dit kwaad was volgens Fromm 'dat de moderne mens het besef voor het leven als een kunst is kwijtgeraakt'. (*Man for Himself*, 1947). Intussen had Paul Rabbow een

nauwelijks opgemerkt filosofisch meesterwerk geschreven over de antieke en christelijke levenskunst. Hierin trekt hij parallellen tussen klassieke vormen van meditatie en de eigentijdse psychotherapie (Paul Rabbow, *Seelenführung. Methodik der Exerzitien in der Antike*, 1954). Hierna duikt het concept levenskunst pas weer op in de jaren zeventig. In die periode schreef Pierre Hadot, een van de leermeesters van Michel Foucault, teksten over spirituele oefeningen: lessen hoe te lezen, hoe een dialoog te voeren, oefeningen in aandacht, in gewoontevorming, leren sterven. Als classicus had Hadot intussen ontdekt dat de westerse filosofie oorspronkelijk een bepaalde praktijk was, 'een oriëntatie op aandacht, bedoeld om een innerlijke transformatie te bewerkstelligen'. (*Exercices spirituels et philosophie antique*, 1981). Hadot verwees naar Socrates' zorg voor de ziel, Plato's visie op filosofie als oefening in sterven en Aristoteles' moraal van deugdzaamheid. Zijn voornaamste aandacht ging uit naar de bewegingen van het epicurisme en de stoa, die beide leren hoe hier en nu te leven, niet gehinderd door spijt over het verleden en angst voor de toekomst. De klassieke filosofie was dus in de eerste plaats therapie (= oefening), met doelen als gemoedsrust (*ataraxia*), innerlijke vrijheid (*autarkeia*), verbondenheid (*sympatheia*) en geluk (*eudaimonia*). Helaas is de filosofie zelf deze grondhouding van *epimeleia heautou*: zorg voor zichzelf; *technè tou biou*: levenskunde; *ars vitae*: levenskunst; en *cura sui*: zorg voor zichzelf, in de loop van de geschiedenis kwijtgeraakt. Filosofie is volgens Hadot niet langer morele educatie en opvoeding tot een goed leven, maar zij is vanaf de middeleeuwse scholastiek tot op de dag van vandaag schoolfilosofie geworden. Tot aan zijn dood in 2010 werkte Hadot aan zijn eigen spirituele variant van levenskunst: niet vrijheid en autonomie, maar overgave en transcendentie moeten de richtlijnen voor ons leven zijn.

In dezelfde periode vinden we bij de Duitse filosoof Wilhelm Kamlah een vergelijkbaar pleidooi. Volgens hem moest de filosofische ethiek zich niet alleen bezighouden met de vraag 'wat moeten we doen?', maar ook met de vraag 'hoe moeten we leven?' Die vraag wordt tot zijn grote ergernis eigenlijk alleen door de literatuur gesteld: 'De literatuur is vandaag – of was tot voor kort – veel filosofischer dan de vakfilosofie, en de literaire auteur geniet meer aanzien dan de professor in de filosofie, juist omdat hij tenminste *wezenlijke levensvragen* stelt, ook al beantwoordt hij ze niet.' (*Philosophische Anthropologie*, 1972). Het gaat voor Kamlah uitdrukkelijk niet om overleven, maar om het volle leven dat de moeite waard is. Anno 1972 beschrijft hij zeer ironisch hoe reclames voor siga-

retten, tandpasta, reizen en seks de weg naar het zogenaamd geslaagde leven wijzen. Ook Kamlah brengt de traditionele rol van de filosofie als levenskunst ter sprake. ‘Wanneer de filosofie als *ars vitae* zo iets als raad en hulp kan bieden – daarom werd ze in de Oudheid vooral geleerd –, dan is deze raad geen zogenaamd goed naast alle andere goederen. Iedereen begrijpt vroeg of laat dat zijn welbevinden behalve door bepaalde levensomstandigheden ook nog van de *houding* afhangt die men tegenover zijn leven inneemt. Om de opheldering van deze houding gaat het in de filosofie.’

De echte renaissance van de filosofie van de levenskunst komt pas op gang nadat de Franse filosoof Michel Foucault, geïnspireerd door zijn leermeester Hadot, in de vroege jaren tachtig het project van de levenskunst opnieuw onder de aandacht heeft gebracht. Foucault is op de levenskunst gestuit na de publicatie van *De wil tot weten* (1976), het eerste deel van *De geschiedenis van de seksualiteit*. Tot die tijd was hij nauwelijks in normatieve moraal geïnteresseerd. Hij koesterde eerder een diepe argwaan tegen de humanistische uitgangspunten van vrijheid, autonomie en zelfontplooiing en vooral tegen het concept van een waarachtig en oorspronkelijk zelf, dat de mens door zijn inbedding in de cultuur zou zijn kwijtgeraakt.

Lange tijd zag Foucault de moderne persoonlijke identiteit niet als resultaat van zelfbepaling, maar vrijwel uitsluitend als resultaat van openlijke en verborgen vormen van disciplineren en normalisering. In dat kader onderzocht hij in de jaren zeventig de bronnen van de seksuele moraal in de westerse cultuur. Hij kwam tot de ontdekking dat de christelijke ascese uit de eerste eeuwen van onze jaartelling deel uitmaakte van ‘wat men *levenskunst* 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.’ (*Het gebruik van de lust*, 1984). Dit onderzoek doet Foucault inzien dat het moderne individu over meer speelruimte beschikt dan hij tot dan toe had aangenomen.

Foucault schreef drie boeken over levenskunst: *Het gebruik van de lust* over de Griekse moraal, *De zorg voor zichzelf* (1984) over de Romeinse moraal en *De bekentenissen van het vlees* (ongepubliceerd). Door zijn vroege dood heeft hij geen samenhangende bestaansethiek meer kunnen ontwikkelen. In zijn late werk zijn een groot aantal belangrijke sug-

gesties te vinden voor zo'n actuele bestaansethiek: het primaat van de zelfzorg, de omschrijvingen van zelfzorg als een holistisch en gelaagd concept, en zijn omschrijvingen van levenskunst als een 'vrijheidspraktijk'. Foucault heeft de aanzet geleverd voor een eigentijdse bestaansethiek, als tegenhanger van de actuele ideologie van de keuzebiografie. Daarmee beoogde hij een vitale levensstijl als een nieuwe publieke moraal: voorkom dat je levensvorm afgesloten wordt, doe aan zelfzorg en blijf openstaan voor verandering en vernieuwing in een dynamische laatmoderne samenleving.

Een toenemend aantal auteurs werkt sedert enkele decennia op de een of andere manier expliciet aan een moraal van levenskunst. Ik beperk me tot een korte schets. Michel Onfray is met zijn hedonistische levenskunst in Frankrijk een graag geziene persoon. Hij vindt dat onze samenleving bedorven wordt door markt en amusement, zodat mensen vaak niet meer in staat zijn om werkelijk te genieten (Onfray, 1993). Als tegenwicht heeft Onfray in Caen een drukbezochte volksuniversiteit voor de goede smaak opgericht. Ook de filosoof en oud-minister Luc Ferry verdedigt in zijn *Apprendre à vivre* (2006) de levenskunst: elk mens moet zijn eigen praktische wijsheid veroveren, en samen moeten we de 'wijsheid van de liefde' beoefenen.

In het Engelstalige gebied is Alain de Botton een echte modefilosoof. Hij schreef het populaire *De troost van de filosofie* (2000) (ook op dvd verkrijgbaar) en een aantal bestsellers over liefde, reizen, status en geluk. Onlangs richtte hij in Londen onder anderen met Jules Evans (*Philosophy for Life and Other Dangerous Situations*, 2012) de *School of Life* op. De Botton zet zich met zijn levensschool juist af tegen de actuele academische filosofie, die in zijn ogen de levensthema's te veel verwaarloost. Volgens de postmoderne socioloog Zygmunt Bauman zijn we de traditie voorbij: 'Dus zijn we allemaal levenskunstenars – of we dat nu weten of niet, of we dat graag willen of niet, of we het leuk vinden of niet. Een kunstenaar zijn betekent: vormgeven en scheppen van wat anders zonder vorm gebleven zou zijn.' (*The Art of Life*, 2008).

In de Verenigde Staten schreef Martha Nussbaum twee belangrijke boeken over de klassieke ethiek: *The Fragility of Goodness* (1986), over de Griekse ethiek, en *Therapy of Desire* (1994), over de Romeinse ethiek. In haar werk hekelt zij het verlangen naar onkwetsbaarheid en de gedachte dat een goed leven en kwetsbaarheid elkaar per se zouden moeten uitsluiten. Voor de levenskunst is haar opvatting van tragiek van groot belang. Alexander Nehamas schreef een interessant boek over esthetische