

# Over levenskunst

De grote filosofen  
over het goede leven.

Jaap Dohmen (red.)

Ambo / Amsterdam, 2007

## Inleiding

'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. Maar waarom zou niet iedereen een kunstwerk van zijn leven kunnen maken? Waarom is die lamp, dit huis wel een kunstwerk en mijn leven niet?' Vlak voor zijn dood in 1984 sprak de Franse filosoof Michel Foucault zijn teleurstelling uit over de onverschilligheid en het gebrek aan levenskunst van de moderne westerse mens. Hij had de jaren daarvoor uitvoerig onderzoek gedaan naar de levensstijl van de oude Grieken en Romeinen en was diep onder de indruk geraakt van hun vitaliteit en 'zorg voor zichzelf'. Twintig jaar na Foucault is levenskunst in de mode. Niet in de laatste plaats door zijn toedoen staat levenskunst eindelijk weer op de filosofische agenda.

Deze bloemlezing bevat een verzameling van bijna vijftig teksten over levenskunst uit de geschiedenis van de westerse filosofie vanaf Plato tot en met Martha Nussbaum en Wilhelm Schmid. Levenskunst heeft betrekking op de vormgeving van het eigen leven, meer bepaald met het oog op een mooi en goed leven. De verzamelde teksten kunnen grofweg in twee reeksen worden onderscheiden. De eerste reeks heeft rechtstreeks betrekking op het project van de levenskunst en behandelt de vraag: hoe kunnen mensen hun leven gestalten geven, onder welke condities en op grond van welke vaardigheden? De horizon van die vraag is die van het goede leven, waarover de meningen van oudsher sterk uiteenlopen. Uit deze teksten komt naar voren wat de filosofen onder levenskunst verstaan en wat voor soort vorming, kunst of kunde ze op het oog hebben. Het is interessant om te zien hoe de wegen al vroeg uiteengaan tussen twee nog altijd herkenbare stijlen van leven: een meer *actieve* stijl

die op daadkracht en handelen gericht is. En een meer *contemplatieve* stijl die op zelfinkeer en innerlijke rust is geënt. Tot deze eerste reeks van teksten hoort overigens ook de kritiek op het project van de levenskunst. Van het begin af aan zijn er namelijk al filosofen geweest die het project radicaal afwijzen, bijvoorbeeld omdat ze het begrip levenskunst te vaag vinden, er niet in geloven, of omdat ze er heel andere ideeën op na houden. Het is natuurlijk intrigerend met welk voorstel over hoe te leven zij dan zelf komen.

De tweede reeks teksten behandelt een specifiek onderdeel. Van oudsher hielden filosofen zich bezig met de vormgeving van het leven en de verhouding tot allerlei aspecten van de menselijke ervaring, van de wijs tot aan het graf. Ik noem een aantal thema's die de levenskunstfilosofie domineren: gewoontevorming en karakter, oordeelkunde en prudentie, creativiteit en verbeeldingskracht, innerlijke orde, geestelijke onafhankelijkheid, aandacht, alertheid, concentratie, lustbeleving, geluk en genot, emoties en zelfbeheersing, keuzevrijheid, macht en roem, verstrooiing, schoonheid, eenvoud, rust, stilte, zelfvertrouwen, verantwoordelijkheid. Ook de 'negatieve' menselijke ervaringen en eigenschappen komen ruimschoots aan bod: domheid, pijn, lijden, noodlot, eenzaamheid, onmacht, verveling, schaamte, schuld, angst voor de dood. Een deel van deze teksten heeft betrekking op de methode en het creatieve aspect van de levenskunst: *hoe* leid je een goed leven? Een ander deel behandelt waarden en doelen: *wat* is een goed leven? Het gaat tenslotte niet om een willekeurig proces van vormgeving, maar om het voeren van een geslaagd leven: het geslaagde leven is het goede leven. Van meet af aan speelt in de filosofie de vraag tot waar het eigen leven reikt. Is dat een enge cirkel, getrokken rond de eigen kring, of is die zo groot dat de hele mensheid daarbinnen valt?

Deze bloemlezing bevat alleen teksten uit de filosofie van de levenskunst. Het doel is om de lezer kennis te laten nemen van de rijkdom aan filosofische inzichten over levenskunst welke door de eeuwen heen is vergaard. De bundel bevat dus geen psychologie, geen literatuur, geen religie en geen esoterie, hoe belangrijk de inzichten uit al deze disciplines ook mogen zijn. Ze bevat geen niet-westerse filosofie. Ze bevat zeker geen populariserende filosofie die vandaag de dag sterk opgang doet. Levenskunst is echt iets anders dan *lifestyle*. Elk serieus levend en weldenkend mens weet hoe ingewikkeld het moderne leven is en hoe moeilijk het doorgaans is om greep te krijgen op het eigen leven. Het behoort tot de verworvenheden van de actuele filosofie van de levenskunst dat histo-

rische inzichten niet zonder meer op onze tijd kunnen worden geprojecteerd.

#### LEVENSKUNST ALS REACTIE OP DE MODERNE VRIJHEID

Levenskunst is van alle tijden omdat ze zich richt op problemen die nu eenmaal bij het leven horen. Eindigheid, lijden, passie, lot en noodlot zijn eigen aan de menselijke conditie en vormen de constanten van het onzekere mensenleven. De huidige opmars van zowel de filosofische als niet-filosofische levenskunst hangt zonder enige twijfel samen met het probleem van de vrijheid in onze tijd en de bestaanonzekerheid die daaruit volgt. Dit probleem treedt op allerlei wijzen in veel segmenten van de westerse samenleving aan het licht. De huidige laatmoderne conditie wordt gekenmerkt door individuele zelfbeschikking, de dominantie van de markteconomie in samenhang met een voortschrijdende technologie en het waardepluralisme. De invloed van tradities en levensbeschouwingen brokkelt steeds verder af, mede onder invloed van onze antipaternalistische tijdgeest. Mensen richten hun leven in volgens zeer verschillende 'zelfgekozen' waarden en waardepatronen. Daarmee lijkt de weg vrij voor wat tot dusverre aan een elite voorbehouden was: de stijlvolle inrichting van het eigen leven.

In fette zijn steeds meer mensen nauwelijks tegen de moderne vrijheid opgewassen, zoals blijkt uit de lange reeks uitingen van gebrek aan zelfbeheersing 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 spiritualiteit en de opmars van de goeroes die op dat verlangen azen, de terreur van de amusementsindustrie, de gekmakende tijdsdruk en het vruchteloze verlangen naar ont-haasting, de vraag naar *mental coaching*, de schandelijke zelfverrijking, de 'nieuwe achteloosheid', het zinloos geweld, de algemene desinteresse voor milieu en natuur, de instrumentaliteit van onze persoonlijke relaties, de schaamte voor de vlucht in de behaaglijkheid van het privé-leven.

De actuele filosofie van de levenskunst is een evidente reactie op deze malaise van de moderniteit. Vlak na de Tweede Wereldoorlog maakte de joodse denker Erich Fromm al de balans op van dit kwaad: 'De ware morele problematiek van onze tijd is de onverschilligheid van de mens je-

gens 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). Als tegenwicht ontwikkelde Fromm aanvankelijk een sterk romantisch getint concept van levenskunst. Later plette hij voor een meer op het zenboeddisme georiënteerde variant (*The Art of Loving*, 1956).

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. Methoden der Exerzitien in der Antike*, 1954). Rabbow's christelijke betoog over zelfinkeer heeft qua toonzetting opmerkelijke overeenkomsten met Fromm's humanistische oproep tot concentratie en waakzaamheid. Daarna duikt het concept levenskunst pas weer in de jaren zeventig op. 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, hoe te leven, hoe te sterven. Als classicus had Hadot intussen ontdekt dat de westerse filosofie oorspronkelijk een manier van leven 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' nauwgezette analyses over reflectie, maar ook naar het epicurisme en het stoïcisme die leren hoe hier en nu te leven, niet gehinderd door verleden en toekomst. De klassieke filosofie was dus in de eerste plaats therapie, met doelen als gemoedsrust (*ataraxia*), innerlijke vrijheid (*autarkeia*), verbondenheid (*sympatheia*) en geluk (*eudaimonia*). Deze grondhouding van *epimèleia heautou*: zorg voor zichzelf; *technè tou biou*: levenskunde; *ars vitae*: levenskunst; en *cura sui*: zorg voor zichzelf; is de filosofie in de loop van de geschiedenis kwijtgeraakt, aldus Hadot. Filosofie is niet langer opvoeding tot menszijn, maar zij is vanaf de middeleeuwse scholastiek tot en met vandaag schoolfilosofie geworden. Onlangs verscheen van Pierre Hadot een prachtig boek over Marcus Aurelius, en meer dan ooit is de tachtigjarige oude meester van mening dat filosofie eerst en vooral levenskunst moet 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 kunnen 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). Bij de vraag naar het 'kunnen leven' gaat het Kamlah uitdrukkelijk niet om 'overleven', maar om het volle leven dat de moeite waard is. Vol ironie beschrijft hij, anno 1972, hoe reclames voor sigaretten, 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 *instelling* afhangt die men tegenover zijn leven inneemt. Om de opheldering van deze *instelling* gaat het in de filosofie.'

De echte renaissance van de filosofie van de levenskunst komt pas op gang wanneer de Franse filosoof Michel Foucault, geïnspireerd door zijn leermeester Hadot, in de vroege jaren tachtig het project van de levenskunst opnieuw onder de aandacht brengt. 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 helemaal niet in levenskunst geïnteresseerd. Hij koesterde eerder een diepe argwaan tegen de humanistische uitgangspunten van vrijheid, autonomie en zelfontplooiing en vooral tegen het concept van een 'oorspronkelijk innerlijk', dat de mens door zijn inbedding in de cultuur zou zijn kwijtgeraakt. Foucault zag de persoonlijke identiteit van het moderne individu niet als resultaat van zelfbepaling, maar eerder als resultaat van openlijke en verborgen vormen van disciplineren. 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 ingebed lag in '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 indi-

vidu over meer speelruimte beschikt dan hij tot dan toe had aangenomen. In zijn laatste boek *De zorg voor zichzelf* (1984) en in verschillende interviews erkent Foucault expliciet een zekere mate van persoonlijke vrijheid: identiteit is *made* het gevolg van het feit dat mensen zelf hun eigen bestaan cultiveren.

Foucault heeft enkele belangrijke suggesties gedaan voor een actuele filosofie van de levenskunst. De eerste is het idee om een levenskunst-concept te bedenken waarin individuele en sociale moraal samenvallen. De tweede is zijn fundamentele gedachte dat levenskunst alleen maar gestalte kan krijgen binnen bestaande machtsverhoudingen. Vrijheid betekent nooit de definitieve losmaking uit bestaande verbanden, maar verwijst naar een sturingsproces waarin het individu tegelijkertijd bestuurd wordt en zelf meestuurt. Vrijheid en zelfbeschikking krijgen vorm te midden van de sociale netwerken en instituties waarin het individu zich bevindt. Daarmee heeft Foucault de illusie van de absolute vrijheid doorgeprikt. Elk project van levenskunst moet ook altijd een sociaal-politieke vorm van levenskunst zijn. Het propageren van een vorm van levenskunst zonder rekening te houden met de complexe context waarin wij leven, is als het planten van een roos in de woestijn: een zinloos gebaar. Vandaag de dag hebben moderne mensen levenskunst om tal van redenen heel hard nodig, maar de meeste voorstellen zijn voor hun levensvorm totaal niet geschikt. Foucaults voorzichtige levenskunst-appel wordt steeds duidelijker hoorbaar in het debat over het goede leven. In zijn voetspoor onderzoeken filosofen als Nehamas en Nussbaum, Hadot, Krämer, Schmid, Manschot en ikzelf het belang en de betekenis van een eigentijdse levenskunst. Zij grijpen regelmatig terug naar de rijke levenskunsttraditie van Plato, Aristoteles, Seneca, Montaigne, Goethe, Mill, Nietzsche en natuurlijk van Michel Foucault.

#### EEN BONTE GESCHIEDENIS

Deze bloemlezing uit de geschiedenis van de levenskunst kan op verschillende manieren gelezen worden. De teksten zijn chronologisch geordend, verspreid over de gangbare periodes: Oudheid, Middeleeuwen, Renaissance, Moderne Tijd, Negentiende en Twintigste Eeuw. Men kan overal iets van zijn gading zoeken en de auteurs in willekeurige volgorde lezen. Men kan ook op zoek gaan naar het thema dat de persoonlijke voorkeur heeft, de bundel bevat een keur aan telkens terugkerende on-

derwerpen. Wie van kaff tot kaff leest, zal steeds meer verbanden, samenhangen en ook conflicten ontdekken. Ik schets hieronder de hoofdlijnen van deze geschiedenis en stip kort enkele thema's aan.

De geschiedenis van de levenskunstfilosofie ontwikkelt zich van de klassieke en christelijke, premoderne tijd via de moderne tijd naar de laat- of postmoderne tijd. Ten aanzien van de kennis van het ware en goede houdt de klassieke levenskunst als vanzelfsprekend vast aan een absolute maat, of deze nu het Goede bij Plato is, de Natuur bij de Stoa of God bij Augustinus. Bij Aristoteles ligt de kwestie van de maatstaf overigens direct al gecompliceerd, omdat hij spreekt van praktische wijsheid op grond van een 'handwerkachtig weten'. Maar ook volgens hem staat het vast wat een deugdzzaam leven is en wanneer een voortreffelijk karakter is bereikt. De meeste christelijk-humanistische denkers uit de Renaissance houden nog altijd vast aan een transcendent, natuurlijke of goddelijke maatstaf voor de levenskunst. Aan het eind van de vijftiende eeuw ontstaan de eerste twijfels aan de mogelijkheid van een metafysische grondslag. Montaigne schrijft nogal opportunistisch over de principes van waaruit hij leeft. Zijn eclecticisme lijkt eerder uit nood geboren dan een verworvenheid te zijn. Rousseau is al diep verscheurd, en dan begint met Kant en Goethe de grote vrijheidsstrijd. Dat de mens langzaam maar uit zijn historische kluisters wordt bevrijd, weerspiegelt zich in de levenskunst. Nietzsche poneert expliciet 'de dood van God', en vanaf dat ogenblik zijn autonomie en authenticiteit de inzet van een experimentele levenskunst. De mens zal zichzelf moeten uitdrukken, aldus Emerson. De mens zal zichzelf moeten scheppen, aldus Nietzsche. De mens zal zijn individuele vermogen moeten cultiveren en ontwikkelen, aldus Mill. De mens zal zichzelf moeten kiezen, aldus Kierkegaard en de Beauvoir. De mens zal zijn vrijheid in concrete praktijken gestalte moeten geven, aldus Foucault. Maar zijn leermeester Hadot bekritiseert deze modernisten en postmodernisten en houdt vast aan de noodzaak van een premoderne transcendentie voor de laatmoderne levenskunst. Als geheel tracht de actuele levenskunst een uitweg te vinden uit de wurgen- de problematiek van de vrijheid.

De geschiedenis van de levenskunst na de Oudheid is ook de geschiedenis van een langzaam voortschrijdend proces van secularisatie. De antieke filosofen waren uiteraard niet christelijk-religieus. Maar vanaf Augustinus tot en met Rousseau waren alle hier optredende auteurs christenen, al beleden ze hun geloof niet altijd openlijk. Christelijke auteurs als Augustinus en Pascal stonden zeer sceptisch tegenover levens-

kunst: 'Bouw jezelf en je bouwt een ruïne!' waarschuwde Augustinus. Een christelijk auteur als Montaigne verdedigde een persoonlijke levenskunst met verve. De meeste auteurs vanaf het einde van de achttiende eeuw waren atheïst, op Emerson en Kierkegaard na. Fromm was een joodse humanist met een sterk oosters religieuze inslag. Tegen de achtergrond van deze ontwikkeling is het geen gewaagde hypothese dat levenskunst in de nabije toekomst de christelijke religie zal opvolgen. Religie zal nooit verdwijnen, maar ook geseculariseerde mensen hebben behoefte aan zin en daarmee aan levenskunst.

Het voornaamste onderwerp van de bundel betreft het begrip van de levenskunst. Wat verstaan de filosofen onder levenskunst? Is zij een vorm van etiquette, een vorm van kunst, een set van leefregels of van deugden, een vorm van reflectie of een praktische therapie, een verzameling toepasselijke *wise cracks* of een uitgewerkt levensplan, of misschien een elegante combinatie van deze mogelijkheden? De antwoorden op deze vraag worden expliciet dan wel impliciet gegeven in deze bundel. De meest dominante lijn loopt van Plato, Aristoteles en de Stoa via Montaigne naar Goethe, Schopenhauer en Nietzsche tot Wilhelm Schmid. Bij alle onderlinge verschillen van mening over uitgangspunten, methodes en doelstellingen hebben deze auteurs de volgende opvatting gemeen: levenskunst is een *leerproces* waarvan kennis en daadkracht op basis van een rangorde van waarden onderdeel uitmaken. De kennis heeft betrekking op allerlei vormen van zelfkennis, kennis van de omstandigheden, van de heersende regels, van het eigen waardepatroon. Daadkracht resulteert uit gewoontevorming, oefening, training, therapie. Een bepaalde set van regels op basis van een rangorde van morele en niet-morele waarden vormt de grondslag voor de te varen koers. Levenskunst is in deze opvatting vooral *levenskunde*.

Deze bundel teksten kan worden opgevat als een voortgaand debat tussen de filosofen over de inhoud van deze levenskunde. Minstens drie spanningsvelden zijn daarbij op te tekenen. Ten eerste speelt bij de bepaling van levenskunst als leerproces of als levenskunde het verschil in antropologisch uitgangspunt een grote rol. Terwijl een auteur als Pascal bijzonder pessimistisch is omtrent de mogelijkheden van de mens, straalt de 'hoogmoedige humanist' Pico één en al optimisme uit. Dit verschil geldt ook tussen Aristoteles en de Stoa, of tussen Rousseau en Nietzsche. Een tweede belangrijk verschil is dat tussen de holisten en de particularisten. Holisten als Aristoteles, Goethe of Nietzsche zijn van mening dat het geen zin heeft om een willekeurig onderdeel van de per-

soonlijkheid te veranderen. Het gaat hen om 'heel de mens'. Daarom verdedigt de holist Aristoteles de vormgeving van het menselijk karakter, terwijl de particularisten Seneca of Epictetus zich beperken tot wat Nussbaum noemt 'een therapie van het verlangen'. De derde grote spanning in de filosofie van de levenskunst betreft de invulling van het goede leven. Heeft het goede leven betrekking op het moreel goede en rechtvaardige leven, of gaat het om het verwerven van geluk en genot? Moet levenskunst gericht zijn op beheersing en matiging, of op overgave en extreem genot? Levenskunst is het project om zulke uiteenlopende en vaak strijdige verlangens met elkaar in harmonie te brengen op persoonlijk niveau.

Bovendien bevat de bundel een fundamentele kritiek op het project van de levenskunst zelf. De klassieke scepticus Sextus Empiricus en de Verlichtingsfilosoof Wieland doen hun best om van de levenskunst geen spaan heel te laten. Volgens Sextus bestaat er geen 'vastgrijpende voorstelling' van levenskunst en valt er over het begrip dus geen instemming te bereiken. Dus hebben we geen kennis van levenskunst en kan deze ook niet aan kinderen worden onderwezen. Zoals schilderkunst in een land van blinden en muziek in een land van doven onbruikbaar is, zo is het levenskunstbegrip onbruikbaar voor jonge mensen. Wieland doet vrolijk mee aan het ridiculiseren van de levenskunst. Levenskunst is volgens hem even overbodig als medicijnkunst bij de Indianen. Volgens hen zijn er twee soorten ziektes. De ene soort overleven ze en aan de andere gaan ze dood. 'Net als wij', voegt Wieland daar vilein aan toe. Van alle kritieken op levenskunst is deze conservatieve wel het meest fundamenteel. Wieland is van mening dat mensen gewoon met vallen en opstaan moeten leren leven. Een apart levenskunstproject is uit den boze.

Tot slot stip ik enkele thema's uit deze bundel aan die blijkbaar van alle tijden zijn: geluk, eenzaamheid, tijd, verantwoordelijkheid. Geluk wordt algemeen het belangrijkste doel van het menselijk leven geacht. 'In Arcadië geboren zijn we allemaal', zegt Schopenhauer, 'dat wil zeggen dat we de wereld betreden vervuld van aanspraken op geluk en genot'. Levenskunst betekent dan nagaan hoe die aanspraken moeten worden vervuld. Voor Aristoteles betekent geluk dat je leven gelukt is. Dat valt dus pas op het eind van het leven uit te maken. Epicurus durfde te beweren dat geluk betrekking heeft op genot en lust, al stond hij verregaande matiging voor. Toch hebben moralisten hem tot in de zeventiende eeuw van weldgerij beticht. Volgens Seneca kan een mens nooit gelukkig zijn zolang het hem kweilt dat een ander gelukkig is. Schopenhauer meende

net als Epicurus dat geluk weliswaar te maken heeft met genieten, maar vooral met de afwezigheid van pijn. Russells advies is om ons bij voorkeur niet met onszelf bezig te houden, tenminste als we gelukkig willen worden. Ook volgens Ruut Veenhoven is geluk het belangrijkste in een mensenleven. Hij ontwikkelt momenteel een empirische wetenschap van het geluk.

Marcus Aurelius, Augustinus, Petrarca, Rousseau, Schopenhauer, Nietzsche en de Beauvoir schrijven over de waarde van eenzaamheid. Voor de stoïcijn Marcus Aurelius is eenzaamheid een kostbaar goed. Wie aan zelfinkeer doet en innerlijk op orde is, is immers het beste toegerust om sympathie met de medemens te uiten. In de mystieke traditie sedert Augustinus is eenzaamheid noodzakelijk wil God kunnen instromen in de menselijke ziel. De humanist Petrarca formuleert dat veel wereldser, maar het komt op hetzelfde neer. De grootste pleitbezorger van de eenzaamheid is Rousseau: 'Alle grote passies vormen zich in de eenzaamheid. Misschien heeft er nooit zo'n gekweld mens op aarde rondgelopen als Rousseau. In de moderne tijd wordt eenzaamheid regelmatig negatief gewaardeerd als lafhartige vlucht uit de werkelijkheid. Voor Schopenhauer en Nietzsche is eenzaamheid een hygiënische maatregel. De Beauvoir heeft als filosoof en als schrijver eenzaamheid in verband gebracht met authenticiteit.

De factor tijd is inherent aan het leven en dus kan geen enkele filosoof eromheen. We zijn als eindige wezens per se in de greep van de tijd. Over de vraag of er een bepaalde leeftijd bestaat om zich aan levenskunst te wijden, heerst in de klassieke levenskunst verschil van mening. Volgens Socrates moet Alcibiades, een jonge ambitieuze snotneus, zo snel mogelijk zorg besteden aan zichzelf: 'Als je dit pas op je vijftigste had gemerkt, zou het moeilijk voor je geweest zijn nog aan jezelf te werken.' Epicurus daarentegen merkt in zijn *Brief aan Menoikeus* op: 'Niemand is nog te jong of alte oud voor het geestelijk gezond zijn. Jong én oud moeten derhalve filosoferen.' Levenskunst vereist zowel duurzaamheid als intensiteit. Seneca's motto luidt: 'Een heel leven lang leren leven!' Blijven oefenen is noodzakelijk voor de (her)vorming van de persoonlijkheid. 'Het gaat niet om één keer opbouwen en weer neerhalen', aldus Nietzsche. Montaigne beklagt de mensen die niet leven maar 'de tijd verdrijven'. Allerlei leefregels of rituelen moeten op bepaalde tijdstippen worden voltrokken. Zo onderzoekt Seneca's avonds voor het slapengaan – 'wanneer mijn vrouw stil is' – wat er die dag van zijn plannen terechtgekomen is. Voor veel keuzes bestaat er zoiets als 'het juiste ogenblik'. Levenskunst

is een soort *kairotologie* (kairos = het juiste ogenblik), de *timing* van het juiste moment om iets te doen of te laten. De keuzes die we maken en de stappen die we zetten, vormen onze identiteit. Elke stap drukt als het ware een spoor in ons en vormt ons. 'Wordt wie je bent', luidt het levenskunstmotto van Nietzsche. Het mensenleven eindigt met de dood. 'Niemand is onsterfelijk', schreef Simone de Beauvoir. Gelukkig maar want juist de eindigheid geeft alles betekenis en zin. Als we onsterfelijk waren, konden we altijd alles overdoen, en nog een tweede en derde en vierde keer et cetera. Geen enkele beslissing zou er meer toe doen. Tegenwoordig leven we in een 'tijd waarin geen tijd meer is', aldus Dirk Geldof in zijn boek *Onthaasting*. De laatmoderne samenleving kent een enorme dynamiek. De meeste mensen hebben een zeer activistische instelling en leven eigenlijk altijd onder grote druk. Wie is daar verantwoordelijk voor?

Aan het begin en aan het einde van de filosofie van de levenskunst staat de verantwoordelijkheid. Plato heeft bij monde van Socrates één ding duidelijk gemaakt: dat vrijblijvendheid, corruptie en genotzucht het moreel goede leven in de weg staan. Kant stelde de plicht jegens de zedenwet hoger dan de plicht jegens jezelf. Meer dan tweeduizend jaar na Plato stellen de hedendaagse humanisten Todorov, Manschot en Nussbaum dat levenskunst geen legitimatie is voor een gelukzalig hyper-individualisme. Tot het leerproces van de levenskunst hoort volgens hen wezenlijk het opvoeden tot morele verantwoordelijkheid. Het goede leven is volgens Henk Manschot 'radicaal stuurmanschap over het eigen leven en veelzijdige verbondenheid met het wel en wee van anderen.'

Deze bloemlezing is uiteindelijk bedoeld om de lezer te doen terugkeren naar de oorspronkelijke teksten uit de filosofie. Indien dit boek voor de lezer een aanleiding vormt om over zijn leven na te denken, is het al voor de helft geslaagd. Die andere helft is natuurlijk wel de belangrijkste want in het leven komt het, zoals Goethe opmerkt, vooral aan op *handelen*. Waarbij Marcus Aurelius aantekent dat het innerlijk op orde brengen de voornaamste handeling is. Wellicht wordt de lezer getroffen door de veelheid van stemmen en stijlen van dit boek. Er zijn mensen die op goede gronden niet van bundels houden. In dit geval hebben zij ongelijk, want deze bundel laat vele verschillende stemmen horen over het goede leven. Stemmen die opelkaar lijken, stemmen die tegen elkaar in gaan en stemmen die de ander proberen te overstemmen. De sympathieke stem van Plutarchus, de zachte stem van Marcus Aurelius, het ontstemde geluid van de La Rochefoucauld, de wanhoopskreet van Rousseau en het

keffende gefuid van Kierkegaard. De bundel bevat ook een veelheid van stijlen: de analytische stijl van Aristoteles, de hamerende stijl van Sextus Empiricus, de beeldende stijl van Petrarca, de soepele stijl van Schopenhauer en de glasheldere stijl van Russell. Wie deze bonte veelzijdigheid van stemmen en stijlen tot zich laat doordringen, doet wellicht nog een laatste waarheid op over levenskunst, welke fraai verwoord is door Nietzsche: 'Wees blij dat de ander anders is dan jij.'

~~XXXX~~