



Wilhelm Schmid

FILOSOFIE VAN DE LEVENSKUNST

Inleiding in het mooie leven

AMBO

## Experimentele techniek: op proef leven

In twijfelgevallen is het voor het zelf van belang dat het proeven neemt met zichzelf en zijn mogelijkheden. Proeven zijn ervoor om met beschikbare mogelijkheden te experimenteren en gesloten werelden van mogelijkheden te ontsluiten teneinde niet in het bestaande te blijven steken. Het subject van de levenskunst kan zelfs een *essayistisch bestaan* leiden, om zijn leven lang en elke dag opnieuw een nieuw evenwicht te zoeken, na te denken over gewoontes die dierbaar zijn geworden en andere gebaren uit te proberen dan de gewoene. Misschien is de andere moderne tijd, ver boven het individuele leven uit, wel een nieuw tijdperk van het proberen – en voor sommigen is dat zelfs de poging om naar traditionele zekerheden terug te keren, weer vaste grond onder de voeten te krijgen en van alle *essayistiek* af te zien.

Wie het over 'poging' heeft, moet het over Montaigne hebben, die er de grondslag voor heeft gelegd als schrijfstijl en als bestaanstechniek. Sindsdien verstaat men onder *essay*, poging, een speciale vorm van schrijven, namelijk de tastende manier van schrijven, waarin tegelijk een speciale vorm van het subject en van diens bestaan tot uitdrukking komt: Montaignes *Essais* zijn de manifestatie van een *essayistisch* bestaan, dat als historisch voorbeeld van een experimentele techniek in de doordachte levenskunst kan worden opgenomen, ondanks het feit dat het onderzoek naar *essays*, vreemd genoeg, zich lange tijd veel meer met het literaire genre dan met de existentiële praktijk heeft beziggehouden. Montaigne schrijft niet alleen *essays*, hij is zelf een *essay*. Het gaat hem er bij zijn experimenten om dat hij ervaringen opdoet en uit ervaringen kennis put. Daarom kan hij het begrip 'essay' als een synoniem van ervaring gebruiken en telkens

weer zeggen dat hij zijn weg, zijn kennis vindt 'door ervaren/uitproberen' (*par expérience*). In dit begrip 'ervaring' klimkt het Latijnse *experientia* nog door, dat boven de waarneming van het gegevene uitdoelt op het experiment, het uitproberen en toetsen, ja zelfs de oefening, moeite en inspanning die met het experiment verbonden zijn. De *essays* zijn proeven van de oordeelskracht op de weg naar wijsheid, en ze bedienen zich van de ervaring, die door experimenten kan worden vermenigvuldigd.

Van Montaigne kan worden geleerd dat het zelf experimenten met zichzelf kan uitvoeren in het medium van het schrijven: hij experimenteert met zichzelf, doordat hij *proeven met het schrijven* doet. Om zijn eigen vorm te vinden, toetst hij zichzelf in het geschrift, en elke lijn die hij trekt is een penseelstreek aan het werk-in-wording, dat hij zelf is. Hij spreekt daarbij voortdurend van zijn 'tekening', om het ontwerp van zichzelf, zijn schets van zichzelf, zichzelf als werk waaraan hij werkt aan te duiden. Weliswaar geeft hij toe dat hij ook door anderen wordt getekend, dat hij bovendien door zijn afkomst getekend is, maar het lijkt hem doorslaggevend dat hij het tekenwerk zelf ter hand neemt, dat hij zichzelf ontwerpt in het volle bewustzijn dat er, omdat ook anderen en contingente omstandigheden aan de tekening meewerken, heel goed iets onbedoelds tot stand kan komen. Maar wie de stap niet waagt dat hij zelf een paar lijnen op papier zet en in het leven intekent, zal de rijkdom van zijn mogelijkheden nooit leren kennen, hij zal zichzelf nooit verkennen en testen, en misschien zal hij niet eens weten of hij werkelijk bestaat. De ervaring van het schrijven blijft daarbij geenszins beperkt tot het werk aan de schrijftafel; veeleer toetst Montaigne de *sententiën* die hij zelf formuleert of die hij van andere auteurs overneemt, door ze in het dagelijks leven mee te dragen en ermee over heg en steg te rijden, om te weten te komen of ze daarbij houdbaar blijken. Ze moeten daarbij zeker ook door de dronkenschap heen, moeten het aankunnen dat de contouren vervagen en de vaste aanknopingspunten verdwijnen. En ze worden blootgesteld aan de onderzoeken-de blik van anderen, waarvoor ze moeten standhouden zonder nerveus te worden. Dan is het pas de moeite waard om ze vast te houden, niet alleen in geschrifte, maar ook voor het leven: als *sententiën* die niet meer alleen waar zijn in het kader van een verhandeling, maar *levenswaar*. Door zulke *sententiën* in zijn boek bijeen te

brengeu verkrijgt Montaigne uiteindelijk een 'register' van de proeven met zijn leven: een onuitputtelijke bron bij alle levensvragen.

Daarbij blijft hij zelden staan bij de onderwerpen die hij van plan was te behandelen; de proeven drijven hem steeds weer ergens anders heen, kruskras over het terrein van de mogelijkheden, geheel in overeenstemming met het bestaan, dat de strikte uitvoering van een plan niet toelaat. Dat is geen toestand die hij lijdzaam ondergaat, integendeel, hij dwingt hem af. 'Ik dwaal af, maar meer uit moedwil dan uit onachtzaamheid. Mijn fantasieën hangen met elkaar samen, maar soms erg losjes.' Het gaat bij die essayistische methode om de *poging om op andere gedachten te komen*, anders te leren denken dan je al hebt gedacht, misschien ook anders te leven dan je tot dusver hebt geleefd, gelukkige zisprongen van het denken en van het bestaan. De geschreven en de beleefde essays hebben daarbij het voordeel dat je er zonder veel voorbereiding midden in het leven meekunt beginnen. Je moet niet 'bij het begin' beginnen, niet eerst een omslachtige fundering leggen, veeleer kun je op eerder opgedane ervaringen steunen, daarover nadenken en nieuwe ervaringen opdoen. De stijl van het schrijven en van het bestaan volgt uit de praktische ervaring van de uitvoering en beperkt zich niet tot de rechtlijnigheid en de saaiheid van een plan: 'Ik ben op afwisseling uit, ongeremd en op goed geluk. Mijn stijl zwerft net zo rond als mijn geest.' Het komt erop aan dat je *omwegen maakt* om de ruimte te krijgen voor proeven, terwijl de onoplettende lezer denkt dat iets het best op een directe manier kan worden behandeld. Het kan zijn dat Montaigne zijn thematiek soms uit het oog verliest, maar proeven houden nu eenmaal het risico in dat je verdwaalt, en dit verdwalen is rijker aan ervaring dan de rechte weg naar het doel.

Op die manier ontplooit zich de hele verscheidenheid, ja tegenstrijdigheid van het zelf; het bewaart nog slechts met moeite zijn coherentie in de kennelijke onsamenshangendheid. Het is een *fantasierijk zelf*, dat model kan staan voor een doordachte levenskunst. De fantasie, die het hele gebied van het mogelijke doorkruist, heeft bij Montaigne zo'n vaste plaats dat hij dit begrip gelijkstelt aan het begrip 'denken'. Door ruim baan te geven aan de fantasie geef je de proeven vooraf structuur, zet je de deuren er wijd voor open en maak je de scheppingskracht vrij die de wereld van mogelijkheden in de levenskunst ontsluit: ze opent wat op slot zit en laat opbloeien

wat woestijn is; de tuin van de lusten en de volheid van de lege ruimte zijn fantastisch. Het voorstellingsvermogen van de fantasie brengt de relatie met de ander tot stand, met de ander als idee, met de ander als mogelijkheid, met de ander als persoon, ook met de ander in het zelf zelf; het is nauw verbonden met de poging om anders te denken en anders te leven en doet elke zekerheid teniet, elke vastlegging van een realiteit maakt het weer ongedaan. Voorbij de dag schenkt het een voorgevoel van een verre morgen. Maar het zelf heeft de fantasie ook nodig om de tegenwoordige werkelijkheid te vatten: die alleen geeft informatie over de verbanden, die in hun bijzondere realiteit slechts met heel veel fantasie kunnen worden herkend. Het enige probleem: de fantasie is ook in staat om 'lege beelden' te voorschijnen te toveren en het zelf van een vervuld leven af te houden, omdat het het leven in deze beelden al voor de verwezenlijking daarvan houdt.

Maar de proef kan ook de verwerkelijking van een droom betreffen. De droom gewicht toekennen betekent het subject toegankelijk houden voor het *dromerige bestaan*. Bij Montaigne heeft de droom zoveel macht, dat hij zichzelf moet dwingen om met een zekere gerendheid te dromen, zodat hij niet het risico loopt zich totaal in de droom te verliezen. Hij heeft geen surrealisme nodig om een denken te realiseren dat tegelijk een dromen is. Wat hij in de filosofie waardeert, is dat ze zo veel gezichten heeft en zo'n grote verscheidenheid omvat, dat al onze dromen en dromerijen erin te vinden zijn. Hij geeft zich graag aan die dromerijen over — ze zijn, meer nog dan de droom, die een eigen wereld ontwerpt, het laten gaan van de gedachten. Dromen en dromerijen prepareren het terrein voor en rondom de proeven in het denken en in het bestaan, en Montaigne gaat zelfs zo ver dat hij zegt dat onze dromen meer waard zijn dan onze verhandelingen. Hij heeft geen hermeneutiek nodig, die via interpretatie en duiding de waarheid van het zelf in zijn dromen aan het licht zou brengen. De zin van dromen is alleen dat ze je een andere modus van het bestaan laten ervaren, namelijk de modus van de transcendentie — niets bovennatuurlijks, maar de overschrijding van het normale bestaan, die het zelf openstelt voor het ervaren van het andere.

Het bedrieglijk eenvoudige begrip 'proef' heeft dus al bij Montaigne een heleboel aspecten. Wat hem ertoe aanzet om überhaupt proeven te doen, is nieuwsgierigheid: die vergt van hem de moed om

zich in het ongewisse te begeven, niet van tevoren al te weten wat er gedaan moet worden, niet helemaal te voorzien waar hij uit zal komen. De andere denker van de proef op wie een doordachte levenskunst zich kan beroepen, is Nietzsche, die het als een voorrecht beschouwt 'op proef' te mogen leven en zich voor het avontuur open te mogen stellen: Dat karakteriseert, in tegenstelling tot de gebonden geest, de figuur van de *vrije geest* in zijn werk: in plaats van blind in tradities en gewoontes te blijven steken, is de vrije geest degene die bewust kiest; om rijk aan ervaringen te worden maakt hij 'proefjaren' door, waarin er geen zekerheden meer zijn, geen vaste punten, slechts een rondlopen, dat uit talloze proeven en beproevingen bestaat. Als iemand die met zijn leven experimenteert, is de vrije geest aan één stuk door onderweg – geen reiziger (want die kent een doel dat hij nadert), maar een zwerver, die gewend raakt aan een voortdurende wisseling van perspectief en leert openstaan voor anderen en alles wat anders is. Op de weg van de zelfbepaling en het 'zelf bepalen van waarden' wordt hij een *rijpe vrije geest*. De tegenstrijdigheden van het bestaan ervaart hij aan den lijve en hij doet geen poging ze met elkaar te verzoenen. In hemzelf zit iets zwerfends, hij blijft zichzelf niet gelijk maar verandert; in zijn coherentie neemt hij de rijkdom aan ervaringen en toevalligheden op die hem vormen.

In principe zijn er twee verschillende methoden om op proef te leven. De eerste bestaat uit het doen van *opzettelijke proeven*, waartoe het subject zelf het initiatief neemt. De tweede houdt in dat je *laat beproeven*, dus dat je openstaat voor dat wat ongeroepen komt en gelijkstaat aan een proef; met andere woorden: dat je het toeval volgt en het als aanzet tot een proef zijn gang laat gaan, dat je in verzoeking laat brengen. Montaigne en Nietzsche zijn de twee denkers die niet alleen bereid zijn tot duidende aanvaarding maar ook tot offensieve integratie van de toevalligheid, die, zoals zowel de persoonlijke als de historische ervaring laat zien, kennelijk een aanzienlijk deel van de werkelijkheid uitmaakt. Andere filosofen hebben dwars door de geschiedenis van het avondland heen een hardnekkige strijd gevoerd tegen de categorie van de toevalligheid, de 'contingentie', die zich weerbaarstig onttrekt aan het plannende verstand. Montaigne en Nietzsche daarentegen oefenen zich in het *accepteren van de contingentie* en maken daarvan een bestanddeel van het essayistische, experimentele bestaan: levenskunst als kunnen leven met de contin-

gentie. 'Omdat ik de toevalligheden niet kan sturen, stuur ik mezelf en richt ik me ernaar als zij zich niet naar mij richten' (Montaigne). Het toeval is onberekenbaar, daarom kan het de ergernis opwekken van een wereld die graag berekenbaarheid heeft en de verontrusting van een denken dat op systeemvorming uit is. Het loont niet de moeite om aan het toeval te willen ontsnappen; ertegen in opstand komen en er woedend tegen stormlopen draagt alle kenmerken van vergeefsheid. Het toeval mag dan per definitie datgene zijn wat zonder meer ook anders had kunnen zijn, het mag dan het tegendeel zijn van noodzaak – maar als het zich heeft voorgedaan, loopt het zelf zich vervolgens te pletter tegen de muur van het feitelijke, die het in een oogwenk heeft opgetrokken. Zo bliksemsnel als het toeval een bestaande werkelijkheid doorkruist, constitueert het een andere, waarnaar het zelf zich heeft te schikken. Zelf laat het toeval niet over zich beschikken; niemand kan het in zijn greep krijgen. Wie het wil uitschakelen, wordt er zeker door ingehaald. Daarom is het voor de levenskunst van belang om *ermee te rekenen* en zelfs te proberen het te berijden, dus ervan te profiteren, het soms naderbij te lokken, het zelfs *mogelijk te maken*, want het is best mogelijk dat een bepaald handelen of niet-handelen voor de structuur zorgt die het toeval al dan niet bevordert. De keuze die tegenover het toeval in elk geval kan worden gemaakt, is die van de instelling die het zelf ertegenover heeft: het zelf kan zich ervoor openstellen en er op het beslissende moment zo mee versmelten dat het zelfs de vleesgeworden contingentie lijkt te zijn. Ook als het toeval moet worden aanvaard, beschikt het zelf over mogelijkheden om het betekenis te verlenen en er gebruik van te maken. Het toeval schept een gegeven waarop je je kunt beroepen, het schept een feit waarmee je kunt werken, in plaats van aan je eigen planning vast te houden. Niet zelden maakt het toeval verborgen mogelijkheden zichtbaar die anders niet zouden zijn ontdekt en die een plan meer vooruithelpen dan de planning die geen rekening wilde houden met het toeval.

Wel kan een strategie van de levenskunst zich richten op het minder waarschijnlijk maken van een ongelukkig toeval, of op zijn minst daarop anticiperen en vast nadenken over een mogelijk antwoord erop. Maar een meer offensieve aanpak wedt vanaf het begin op dat wat 'zich voordoet', namelijk datgene waarvan het zelf niet weet wat het zijn zal en waarvan het zelfs nog geen voorstelling heeft – alleen

maar om het toeval niet verdacht te maken maar zich ervoor open te stellen en erop te vertrouwen, er net als in de kunst materiaal voor de levenskunst van te maken: 'De kunst houdt van het toeval en het toeval van de kunst,' luidt een klassiek gezegde, en in de moderne kunst wordt gebruikmaken van het toeval soms zelfs tot principe verheven; zo moet het ook een plaats kunnen krijgen in de kunst van het leven. De coherentie van het subject van de levenskunst sluit contingentie niet uit maar houdt er rekening mee en maakt er gebruik van als een element van de immanente vernieuwing van het leven en het zelf. Het wordt pas moeilijk als de contingentie zich voordoet als toevallige opwelling van een affect, dat het subject dreigt te overweldigen.

## Techniek van de omgang met affecten: de kunst van de woede

Dat de mens woede kent, heeft altijd al verontrusting gewekt in de meest uiteenlopende culturen, en ze proberen er antwoorden op te vinden. Een van die antwoorden is bijvoorbeeld de kunstvorm van de klassieke tragedie, die de meest verwoestende woede-uitbarstingen in scène zet om aan te sporen tot een beheerste omgang met het affect en om van de woede een kunstwerk te maken, dus hem in vormen te verpakken die minder destructief zijn. Maar een kunst van de omgang met woede kan vooral worden ontleend aan de geschiedenis van de filosofie van de levenskunst, waarin de vraag naar het gedrag op momenten van woede een gangbaar thema was. In die geschiedenis wordt woede zeker niet alleen als een probleem gezien, veeleer wordt hij sterk *geaffirméerd* door Aristoteles, voor wie degene die tot woede in staat is in principe respect verdient, omdat het vuur van zijn ziel hem tot een grote krachtsinspanning aanzet; toch moet je ook koel berekenen 'hoe, op wie, waarover en hoe lang je boos moet zijn'. Die omgang met woede maakt deel uit van de aristotelische ethiek van het maat houden, waarbij de maat niet normatief vaststaat maar afhangt van het oordeel van het individu en van de specifieke situatie.

Het tegenovergestelde standpunt met betrekking tot de omgang met woede wordt ingenomen door Seneca, die de aristotelische affirmatie uitdrukkelijk afwijst, woede – soms onverbiddelijk boos – vervloekt en het affect vrijwel *elimineert*: 'Niemand mag het waanidee bij zich laten opkomen dat woede werkelijk op enig moment, op enige plaats van nut zou zijn. Daarom is het van belang, je tomeloze en onbedaarlijke razernij te verklaren.' De levendige schilderingen van het verschijnsel bij Seneca zijn onovertroffen. In de eerste plaats