

# Steven Dorrestijn

## Foucault en de heropleving van de levenskunst: de omvorming van onszelf

In het hedendaagse debat over de levenskunst speelt Michel Foucaults werk over de “zorg voor zichzelf” een belangrijke rol. De Franse filosoof poogde de geschiedenis van het westerse denken over de ethiek te hervormen en te vernieuwen in de richting van de levenskunst. Maar welke ideeën stonden daarbij centraal? **Steven Dorrestijn** zet Foucaults late denken bondig uiteen om tot een antwoord te komen op deze vraag. Dorrestijn promoveerde onlangs aan de Universiteit Twente op zijn onderzoek over de theorie en ethiek van de invloed van techniek op het gedrag van mensen. In Dorrestijns onderzoek speelt Foucaults werk een centrale rol. Voor meer informatie over de auteur, zie [www.stevendorrestijn.nl](http://www.stevendorrestijn.nl).

### Inleiding

In de opleving van de levenskunst in de filosofie van de afgelopen jaren speelt de Franse filosoof Michel Foucault (1926-1984) een belangrijke rol. Hierbij is vooral het late werk van Foucault van belang, waarin zijn denken een flinke ommezwaai maakte. In zijn latere werk beschouwt Foucault individuen niet langer als gevangen in discours en macht, maar interesseert hij zich voor de vraag hoe mensen in wisselwerking met omstandigheden en invloeden van buiten vormgeven aan zichzelf. Foucaults late werk kan wel worden gezien als een fragmentarische herschrijving van de geschiedenis van de filosofie waarin levenskunst centraal staat. Ik belicht drie van die fragmenten: het onderzoek naar de “zorg voor zichzelf”, Foucaults allerlaatste en pas onlangs verschenen colleges over de Cynici, en de tekst “Wat is Verlichting?”. Daarin kan de “omvorming van onszelf” worden gezien als een verbindend thema dat van bijzonder belang is voor de filosofie als levenskunst.

### De zorg voor zichzelf

Foucaults laatste boeken, die verschenen vlak voor zijn dood in 1984, handelen over de geschiedenis van de seksualiteit.<sup>1</sup> Daarmee vervlochten is echter een studie naar de “zorg voor zichzelf” die ook los van het thema van de seksualiteit relevantie heeft. Op zoek naar het ontstaan van de disciplinaire macht dook Foucault steeds dieper terug de geschiedenis in. Hij raakte gefascineerd door Griekse en Romeinse vormen van ethiek, die zich laten omschrijven als “bestaanskunsten”. Tegenover de moderne nadruk op de wet, stond in de oudheid een nadruk op de praktische kunst vorm te geven aan het eigen bestaan centraal. Het doel van deze ethiek was niet gehoorzaamheid, maar om vaardigheid te verwerven met betrekking tot de eigen levensvoering en het vormgeven

aan het eigen bestaan. De activiteiten en oefeningen die als een belangrijk onderdeel van de ethiek werden gezien, noemt Foucault “zelfpraktijken” of “zelftechnieken”. Voorbeelden hiervan uit de oudheid zijn het bijhouden van dagboeken, het analyseren van dromen, lichamelijke oefeningen, het volgen van een dieet en het onderhouden van vriendschap met een mentor.

De zorg voor zichzelf moet volgens Foucault altijd een aspect van de ethiek zijn. Foucault wil niet terug naar de feitelijke situatie in het oude Griekenland; hij beseft terdege dat de kunst om het eigen leven te stileren een elitaire aangelegenheid was in een samenleving waar vrouwen en slaven achtergesteld werden. Maar de gedachte dat er een ethiek mogelijk is waarbinnen technieken en oefeningen om zichzelf te besturen worden gezien als een individuele kunst en niet als een zaak van disciplinerende instellingen, spreekt Foucault erg aan. Hij was persoonlijk gefascineerd door de idee van zelfcreatie en de opvatting van het leven als een kunstwerk. Maar los daarvan meent hij ook dat de postmoderne, seculiere samenleving behoefte heeft aan een vernieuwing in de ethiek. Volgens Foucault moet die worden gezocht in een heroriëntering op de bestaanskunsten.<sup>2</sup>

### Met lijf en leden: de Cynici

De aandacht voor oefening en experiment met betrekking tot de omvorming van het eigen bestaan komt wel het sterkst naar voren in de onlangs, in 2009, voor het eerst in druk verschenen colleges van Foucault over de Cynische beweging in de oudheid. Foucault komt over de Cynici te spreken als hij de praktijk van *parrèsia* (vrijmoedig spreken) onderzoekt. Vrijmoedigheid werd in de oudheid gezien als een belangrijke deugd, nodig bij het zoeken naar waarheid. Maar wie een onwelkome waarheid naar voren brengt, loopt een zeker gevaar. De

Cynici zetten daarbij nog een extra stap; zij waren niet alleen vrijmoedig in discussie, het domein van de taal, maar brachten vooral ook eigen lijf en leden in spel.

De Cynici, met Diogenes van Sinope voorop, zijn bekend en berucht vanwege hun uitzonderlijke manier van leven. Diogenes is de filosoof die volgens de overlevering leefde in een ton, zijn hele hebben en houden meedroeg in een knapzak en zijn drinknap weg-gooide toen hij beseftte dat hij ook met zijn handen kon drinken. Diogenes' leven was vol van experiment. Hij tartte bestaande machtsverhoudingen, de goede zeden en hij beproefde voortdurend de grenzen van zijn eigen lichamelijke, biologische leven. De Cynici wilden zich niet voegen naar overgeleverde doctrines over hoe te leven. Het leven zelf bepaalt de waarheid over het leven, niet andersom. "Het bestaan in de vorm van een levend schandaal van de waarheid, dat is het, lijkt me, wat centraal staat in het cynisme."<sup>3</sup>

Foucault meent dat als filosofie als levenskunst wordt opgevat, de Cynische filosofen meer aandacht verdienen in de geschiedenis van de filosofie: "Een geschiedenis van de filosofie [...] die de levensvormen, bestaanskunsten, manieren om zichzelf te besturen en te beheersen en bestaanswijzen als leidraad zou nemen, [...] zou er zeker om vragen een belangrijke rol toe te kennen aan de Cynische beweging."<sup>4</sup> In deze colleges – die zijn laatste bleken te zijn – kiest Foucault definitief voor een vorm van filosofie beoefenen die betekent zichzelf te vormen en om te vormen.

**"En uiteindelijk zet Foucault met deze nadruk op het onderzoek op de grens een alternatieve route in de moderne filosofie uit waar "de omvorming van onszelf" een veel belangrijker plaats krijgt."**

#### Op de grens: dat is Verlichting

Ongeveer gelijktijdig met de colleges over de Cynische filosofie werkte Foucault aan de tekst "Wat is Verlichting?" die nog in 1984, maar postuum, voor het eerst verscheen. Het is een commentaar op Kants beroemde artikel waarin hij onderzoekt wat de Verlichting is. Wat Foucault fascineert, is de onvermijdelijke dubbelzinnigheid van het antwoord op dit type vragen over de actualiteit. Enerzijds was de Verlichting een historisch proces dat zich objectief aftekende. Maar tegelijkertijd was en is het een project dat alleen bestaat als mensen zich ervoor willen blijven inzetten. De waarheid over de Verlichting, en van sociale fenomenen in het algemeen, hangt mede af van de gezamenlijke inspanning van de betrokkenen.

In Kants grote project van de Kritieken sloeg de term

kritiek op het bepalen van "grenzen" voor het juiste gebruik van de rede. Foucault meent echter dat kennis ontwikkelen altijd een activiteit "op de grens" is. Dit betekent dat degene die kennis ontwikkelt altijd zelf betrokken is in de processen die worden onderzocht. Het duidt ook aan dat de grenzen van het menselijk bestaan niet vastliggen, en dat kennisvorming over het menselijk bestaan vaak ook het bestaan zelf verandert, grenzen oprekt en verlegt. Kritische filosofie kan zich volgens Foucault niet beroepen op vastliggende grenzen, maar moet zich richten op "een historische analyse van de grenzen die ons worden gesteld en een onderzoek naar mogelijkheden ze te overschrijden."<sup>5</sup>

Deze benadering van kritiek is volgens Foucault in feite door Kant voor het eerst ontdekt, namelijk in de binnen Kants oeuvre wat afwijkende tekst over de Verlichting. Door dit moment in Kants denken uit te vergroten en tot begin van de waarlijk moderne filosofie uit te roepen, kan Foucault Kant als voorloper van zijn eigen manier van filosoferen presenteren. En uiteindelijk zet Foucault met deze nadruk op het onderzoek op de grens een alternatieve route in de moderne filosofie uit waar "de omvorming van onszelf" een veel belangrijker plaats krijgt.

#### De omvorming van onszelf

De drie besproken fragmenten uit Foucaults late werk zijn deel van een herbeschrijving van de geschiedenis van de filosofie als levenskunst. Foucault ontdekte in de ethiek van de oudheid de "zorg voor zichzelf". Uit zijn allerlaatste colleges over de Cynici blijkt een fascinatie voor filosofisch onderzoek gericht op de omvorming van zichzelf, waarbij lijf en leden in het spel worden gebracht. In "Wat is Verlichting?" probeert Foucault de omvorming van onszelf in de moderne filosofie terug te brengen. Foucault wil terrein terugwinnen voor de filosofie als levenskunst. Daarbij gaat het er niet om voor te schrijven wat precies een goed leven is, maar wel om te laten zien hoe we ons eigen bestaan omvormen en dat het een kunst is, dat op een goede wijze te doen.

#### Noten

1. M. Foucault, *Het gebruik van de lust. De geschiedenis van de seksualiteit II* (Nijmegen: SUN, 1984); *Idem., De zorg voor zichzelf. De geschiedenis van de seksualiteit III* (Nijmegen: SUN, 1985).
2. M. Foucault, "De ethiek van de zorg voor zichzelf als vrijheidspraktijk," in: *Idem., Breekbare vrijheid. Teksten en interviews* (Amsterdam: Parrèsia/Boom, 2004), 181-207.
3. M. Foucault, *Le courage de la vérité. Le gouvernement de soi et des autres II: Cours au Collège de France 1984* (Parijs: Seuil en Gallimard, 2009), 166. Voor de Nederlandse vertaling, zie: *De moed tot waarheid: Het bestuur van zichzelf en de anderen II* (Amsterdam: Boom, 2011).
4. *Ibid.*, 266.
5. M. Foucault, "Wat is Verlichting?," in: *Yang. Tijdschrift voor literatuur en communicatie* 36/1 (2000), 69-81, 80.