

Joep Dohmen

Vrij worden als handwerk

| 'Je kunt niet zomaar even rondkijken en een keus maken en kijken waar je heen zou gaan.'
Iris Murdoch

Rond 1970 studeerde ik filosofie in Utrecht. Op de campus liep een jongeman met een boek heen en weer en deed alsof hij las. Net als mijn medestudenten ergerde ik me mateloos aan die uitslover. Pas na verloop van tijd drong het tot ons door dat dit helemaal geen student was en dat hij niet werkelijk las. Er was een steekje aan hem los. Zonder het precies te begrijpen wisten we dat hij daar moest lopen en dat hij niet, net als wij, de vrijheid had om naar de bibliotheek te gaan, een boek naar eigen keuze te pakken en werkelijk te lezen. Die man was onvrij.

Intussen schoot mijn studie niet erg op. Ik kwam er niet in, had weinig geduld en geen zelfvertrouwen. Ik voelde me zelf ook onvrij. Mijn vader had me altijd voorgehouden: als je iets wilt, dan kun je het. Ik wilde heel graag filosofie studeren en volgens zijn logica moest ik het dus kunnen. Maar was dit wat ik echt wilde? Ik vroeg het me vaak wanhopig af. Tegelijk nam langzaam maar zeker een andere vraag bezit van mij: wat betekent het eigenlijk om iets te willen? Mijn eigen filosofie begon met een crisis.

Vrij van en vrij tot

In de loop van mijn studie ontdekte ik allerlei vormen van onvrijheid, zowel bij mezelf als bij anderen. Sommige daarvan hadden te maken met verslaving, andere met dwangmatigheid of obsessies. Weer andere vormen van onvrijheid hielden verband met moeizame relaties. De ene vriend zat bij zijn vriendin onder de plak; de tweede had een eindeloze knipperlichtrelatie. De derde voelde zich opgescheept met een 'foute' vrouw. Dat zijn vriendin gewoon niet deed wat hij wilde, kon hij niet verdragen.

Het belangrijkste vrijheidsobstakel was ongetwijfeld dit. De meesten van ons hadden zich in die jaren weliswaar verregaand losgemaakt van hun ouders en van de kerk, maar wisten niet wat ze met hun leven wilden. Terwijl het ideaal van keuzevrijheid triomfeerde, hadden we weinig oriëntatie en dachten we heimelijk: we doen maar wat. De ongebondenheid nekte ons en maakte ons paradoxaal genoeg juist erg onvrij.

Op zoek naar houvast dwaalde ik door de filosofie van de stoïcijnen, Augustinus, Erasmus, Kant, Mill en Sartre. Toen stuitte ik op Nietzsche. Zijn pleidooi voor een vrije geest sloeg in als een bom. *Vrij waarvan?* Dat kon Nietzsches Zarathustra geen fluit schelen. *Vrij waartoe*, dat was de kwestie. Nietzsche leerde me dat vrijheid niet verwijst naar een atomistisch ideaal van onafhankelijkheid, maar dat we als mens hoe dan ook in allerlei concrete verbanden opgenomen zijn en blijven. Vrij zijn heeft twee kanten. Invloeden van buiten zullen er altijd zijn. Je moet proberen jezelf los te maken wanneer de inmenging te groot wordt, wanneer je

verstrikt en verstikt raakt. Anderzijds: als je jezelf dan eenmaal hebt losgemaakt, is het zaak om niet - uit teleurstelling, pijn of rancune - onthecht in een hoekje te blijven zitten. Dan gaat het echte leven immers wéér aan je voorbij.

Zoals ik het nu zie is het leven is een voortgaand leerproces van hechting en onthechting, dat je zo goed mogelijk moet doorlopen. Je moet je daarbij zowel bewust zijn van de concrete invloeden die voortdurend op je inwerken als van de noodzaak om je steeds te (her)oriënteren. Positieve vrijheid betekent: doelbewust de verbinding zoeken in studie en relatie, werk en zorg, als burger en in je vrije tijd.

Speelbal

Na de afronding van mijn proefschrift *Nietzsche over de menselijke natuur* werd ik begin jaren '90 redacteur bij *Filosofie Magazine*. De meeste lezers van dat blad zochten naar antwoorden op praktische levensvragen. Dat was geen toeval, maar illustratief voor het leven in een posttraditionele, neoliberale samenleving. Na het emancipatoir pathos van de jaren zestig was nu het identiteitsvraagstuk aan de orde. De dominante vraag luidde niet langer 'Van wie maak ik me los?', maar: 'Wie ben ik, wie wil ik zijn; met wat en wie verbind ik me?'

In diezelfde periode ontdekte ik het werk van een nieuwe generatie Franse filosofen: André Comte-Sponville, Luc Ferry, Pierre Hadot en de late Michel Foucault. Allen verdedigden ze de opvatting dat filosofie oorspronkelijk en wezenlijk *praktische* filosofie is, en reikten ze diverse opties aan voor een 'laatmoderne' vormgeving van het eigen leven. De meest diepgaande analyse bood wat mij betreft het late werk van Michel Foucault.

Foucault was zeer kritisch over de actuele ontwikkelingen van de liberale democratie. Volgens hem wordt de huidige samenleving bepaald door een complexe set van 'discoursen': door een liberale ideologie van keuzevrijheid, een juridisch discours van rechten en plichten, een wetenschappelijk discours (medisch, biologisch, sociaalwetenschappelijk) en een - via de media aangewakkerd - marktdiscours van commercialisering. In die hachelijke context is het neoliberale appèl op zelfbeschikking een wel erg magere aanbeveling. Moderne individuen dreigen onherroepelijk speelbal te worden van een onoverzichtelijke diversiteit aan invloeden. Daarom bepleitte hij een nieuwe 'vrijheidspraktijk'.

Een nieuwe ethiek

Foucault ging op zoek naar een radicale 'tegencultuur van het zelf', een bestaansethiek of levenskunst met behulp waarvan zichzelf emanciperende individuen met elkaar een nieuwe gemeenschap van vrije individuen zouden kunnen ontwikkelen. Levenskunst omschreef hij, in navolging van een oude socratische traditie, als de poging dankzij zelfzorg het eigen leven een geslaagde vorm te geven.

Dat moet niet als narcistische zelfhulp worden misverstaan, integendeel. Foucaults ethiek bepleit juist 'relationele autonomie'. Het gaat om de welbewuste vormgeving van ons leven met gerichte zorg voor anderen, steeds binnen een

bepaalde, tijdruimtelijke context. Deze bestaansethiek omschreef hij als de 'weldoordachte vorm die vrijheid aanneemt'.

In de ontwerpen van Foucaults bestaansethiek staat de term 'zorg voor zichzelf' (*souci de soi*) centraal. Zelfzorg betekent dat je als het ware een stap terugdoet en een relatie met jezelf aangaat (*rappart à soi*). Moderne mensen, betoogde hij, kunnen alleen vrij worden in concrete en gezamenlijke 'vrijheidspraktijken'. Zo'n praktijk bestaat uit aandacht en kritische reflectie, veel oefenen en jezelf doelen stellen: weten wat je voor ogen staat in het volle besef van de eigen beperkte speelruimte. Een uitdrukking van een streven naar onafhankelijkheid of overheersing is deze bestaansethiek dus allerminst. Volgens Foucault ben je pas een levenskunstenaar als je hebt leren omgaan met je eigen mogelijkheden en onvermogen, je afhankelijkheden, je kwetsbaarheid en eindigheid. Pas dan bezit je echte innerlijke vrijheid.

Door zijn onverwacht vroege dood – hij stierf in 1984 aan aids – heeft Michel Foucault zijn nieuwe ethiek niet kunnen uitwerken. Spijtig, want het ontwerp van zijn bestaansethiek roept nog allerlei vragen op. Hoe kunnen we goede van verkeerde invloeden van elkaar onderscheiden? Hoe kan ik voor mezelf zorgen, hoe kan ik anderen aansturen en hoe kunnen anderen mij aansturen, als we van onszelf en van elkaar niet weten wat we willen? Zijn bestaansethiek mist de factor motivatie, of preciezer: een goede analyse van de wil. Waarmee we weer terug bij af zijn: wat betekent het om iets te willen?

Omgaan met je verlangens

In 2006 verscheen *Handwerk van de vrijheid. Over de ontdekking van de eigen wil* van de Zwitserse filosoof Peter Bieri. Dat zeer leesbare boek biedt een oplossing voor iedereen die net als ik regelmatig in een zekere staat van verwarring verkeert, omdat hij (of zij) zich nu eens vrij voelt, dan weer onvrij en meestal ergens daartussenin.

Volgens Peter Bieri, bij het grote publiek beter bekend als de romanschrijver Pascal Mercier, is de belangrijkste kunst in een mensenleven de vorming van de eigen motivatie. Persoonlijke vrijheid veronderstelt een opvatting van 'actorschap' en van de rol die de wil daarbij speelt. Iemand die handelt, is als actor de bron van zijn daad. Zonder actor is er geen handeling, maar alleen een gebeurtenis. Als je jezelf als actor ervaart, beleef je je handeling als uitdrukking van een bepaalde wil. Als je door een andere wil werd bewogen, zou er een andere handeling gevolgd zijn. Handelingen krijgen dus pas inhoud en betekenis door de wil die hen leidt.

Wat is dan die wil? Als iemand iets wil, schrijven we die persoon een bepaalde *wens* toe. We hebben een heleboel wensen, maar slechts enkele daarvan worden een concrete wil. Pas als een wens de overhand heeft gekregen op andere wensen en tot handelen geleid heeft, kunnen we van een wil spreken.

Bij Bieri is de wil, en dat is van fundamenteel belang, geen aparte instantie. Geen zelfstandig menselijk vermogen, geen verborgen innerlijke kracht. Daarover hoeven we dus het gesprek met de neurofilosofen niet eens aan te gaan. Als iemand iets wil, betekent dat niet meer dan dat een bepaalde wens de overhand gekregen

heeft. We hebben allerlei wensen over onze toekomst, maar alleen die wensen die tot een wil leiden, bepalen werkelijk onze toekomst. Wat we daarom volgens Bieri heel goed moeten leren is ons te identificeren met onze dierbaarste wens. Willen is een identificatieproces: dat geldt niet alleen voor het handelen, maar voor de hele levensloop. We willen immers niet alleen bepaalde handelingen verrichten en projecten voltooien, we willen ook iemand worden. Uiteindelijk streven we naar levensvervulling: het liefst van alles willen we een geslaagd leven leiden.

Bieri betitelt zijn levenskunst als 'het handwerk van de vrijheid'. Want het ontdekken van wat je werkelijk wilt is een zeer moeilijke, haast ambachtelijke praktijk. Dat handwerk omvat drie 'fasen' of leermomenten: articulatie, begrijpen en evalueren. Bij articulatie gaat het om een zo goed mogelijke verwoording van wat je wenst. Belangrijk, want juist door een bepaalde wens te verwoorden neem je afstand van jezelf en schep je ruimte voor een beter begrip. Begrijpen gaat over het doorzien van de betekenis van je verlangens. Vergis ik me niet, begrijp ik mezelf goed, past de op deze manier verwoorde wens wel echt bij mij? Ten slotte is goedkeuring nodig: al evaluerend moet je komen tot volle instemming met wat je wilt. Op die manier wordt je wens echt tot wil en ontwikkel je een eigen motivatie. Om het met de filosoof Harry Frankfurt te zeggen: wat je doet moet je 'van ganser harte' willen.

Bieri's visie op vrijheid laat goed zien dat én waarom we ons zo vaak onvrij voelen. We weten lang niet altijd wat we willen. We worden regelmatig bekropen door vage, willekeurige of onbegrijpelijke verlangens. We kennen soms sterke ambivalenties. Dat zijn precies de toestanden van onvrijheid die ons in het alledaagse leven zo vaak parten spelen. Maar Bieri laat ook heel goed zien dat we daartoe niet veroordeeld zijn en dat we in staat zijn het handwerk van de vrijheid aan te leren.

Tot aan je nek

'Over het algemeen gaan we er in de westerse, liberale samenleving van uit dat we autonoom zijn. We vinden het vanzelfsprekend dat we het recht hebben om autonoom beslissingen te nemen en een door onszelf bepaald leven te leiden. We geloven dat we in staat zijn zo'n leven te leiden, na te denken over wat we doen en hoe we willen leven en dit vervolgens ook in daden om te zetten. En dat vinden we ook belangrijk: een leven waarin ik tegen mijn wil, tegen mijn eigen beslissingen in, existentieel belangrijke zaken moet doen en leven; een heteronoom leven in deze zin zou nooit een vervuld, goed leven kunnen zijn.'

Zo begint het recent verschenen boek *Autonomie. Een essay over het vervulde leven* (2018) van Beate Röessler. Toen ik het uit had wist ik heel zeker: dit boek gaat over mij en over het leven van de mensen om mij heen. Het is precies de visie waarnaar ik in mijn studententijd zo wanhopig zocht, maar waaraan ik destijds nog lang niet aan toe was. Röessler laat van binnenuit zien hoe het moderne leven ervoor staat, ten goede en ten kwade.

Autonomie is een modern begrip dat veel misverstanden oproept. Zodra het ook maar ter sprake komt, roepen talloze critici om het hardst dat het verwijst naar een megalomaan idee van onafhankelijkheid - terwijl mensen helemaal niet onafhankelijk kunnen zijn vanwege structurele belemmeringen, sociale inbedding en

verplichtingen, toeval en noodlot, het menselijk tekort en de fundamentele onmogelijkheid van zelfkennis.

Van al die omstandigheden is Rössler zich terdege bewust. Wat ze voortreffelijk laat zien is dat autonomie precies gaat over de hachelijke poging van moderne mensen om het eigen leven te bepalen, te midden van andere mensen, terwijl intussen tal van invloeden voortdurend op hen inwerken. Die poging tot zelfbepaling plaatst ze zo midden in het alledaagse leven en daarbij haalt ze een prachtig citaat van Irish Murdoch aan: 'Zo is het leven niet. Je kunt niet zomaar even rondkijken en een keus maken en kijken waar je heen zou gaan, je bent tot je nek in het leven weggezonden, ik althans wel.'

Ons eigen leven laat zich moeilijk sturen, en niet alleen vanwege de talloze vormen van inmenging en invloeden van overheden en van de markt. Vanwege een gebrek aan privacy, maar ook en vooral door onze eigen ambivalenties en obsessies, en door ons gebrek aan zelfkennis, als gevolg waarvan we onszelf verkeerd begrijpen, niet goed weten wat we willen en uiteindelijk niet zelden vervreemd raken van onszelf. Al die factoren 'in' en 'buiten' onszelf verklaren waarom en hoe onze persoonlijke vrijheid voortdurend kan mislukken.

En toch! Toch is en blijft autonomie in principe mogelijk en kunnen we ons geen zinvol leven voorstellen dat niet het resultaat is van onze eigen overwegingen en onze eigen handelingen. Vrijheid is geen illusie, we zijn niet veroordeeld tot een heteronoom bestaan. Rösslers boek bevat allerlei analyses over de vraag hoe we onze persoonlijke vrijheid kunnen vormgeven: door reflectie en kritische zelfbezinning, door zelfkennis via dagboeken en lectuur van romans, door dialoog, wilsvorming, leren omgaan met ambivalenties, erkenning van anderen en ontwikkelen van zelfrespect. En natuurlijk moet er aan bepaalde sociale voorwaarden zijn voldaan, want niet alleen in een tirannie maar ook in een neoliberale democratie zijn er tal van factoren die onze persoonlijke vrijheid telkens weer bedreigen en belemmeren.

Uiteindelijk stelt ook Rössler dat autonomie een noodzakelijke voorwaarde is voor het welslagen van ons leven. Zonder autonomie geen vervuld leven.

Persoonlijke vrijheid vereist de kunst om goed gemotiveerd te leven. In die vaste overtuiging schuilt mijn onbehagen over onze samenleving: in deze neoliberale cultuur leren we het handwerk van de vrijheid niet, en daardoor doen we vaak inderdaad maar wat. We nemen te weinig tijd voor bezinning op de vraag hoe we ervoor staan. We identificeren ons maar al te vaak lichtzinnig met een willekeurig verlangen dat in ons opkomt.

Verbeelding, verwoording, analyse en goedkeuring zijn noodzakelijk om te komen tot zelfbegrip en wilsvorming. Bovendien moeten we de kwaliteit van onze verlangens en van onze overwegingen steeds kritisch blijven evalueren. We hebben een bestaansethiek nodig, een vrijheidspraktijk ofwel Bildung. Want inderdaad, het is niet waar dat mensen altijd onvrij zijn. Vrijheid is geen illusie, maar wel een heel breekbaar ideaal. Soms lukt het om dat te realiseren.

Joep Dohmen (1949) is emeritus-hoogleraar wijsgerige en praktijkgerichte ethiek aan de Universiteit voor Humanistiek en lector Bildung aan de Hogeschool voor Toegepaste Filosofie te Utrecht. Dohmen is vooral bekend vanwege zijn publicaties over Nietzsche, over levenskunst en Bildung.