

Pluraliteit van de levenskunsten

We staan op de grens van twee grote culturele tijdperken. De opkomst van nieuwe technologieën, alsook de toenemende mondialisering van de wereld, openen de weg naar een nieuwe, nog niet geheel uitgekristalliseerde levenswijze. Wanneer oude maatschappelijk-culturele patronen tanende zijn, terwijl alternatieve vormen nog niet hun definitieve beslag hebben gekregen, is er een periode waarin de mens zich kan bevrijden van culturele maskers en kunstmatige constructies. Dit soort tussenperiodes zijn interessant voor persoonlijke ervaringen, innerlijke verdieping en doorbraken in de menselijke conditie.

Door de voortdurende maatschappelijk-technologische transformatie krijgen we voor het eerst in de geschiedenis de kans om de menselijke conditie radicaal te veranderen. Eén van de kenmerken van dit historische proces is de opmars van wat inmiddels levenskunst is gaan heten: een actief zoeken naar manieren om het eigen leven adequaat vorm en richting te geven. Echter, er bestaat niet één levenskunst, maar er zijn er verscheidene, waarvan sommige elkaar zelfs uitsluiten. Noemen we hier drie grote richtingen:

- 1 Klassieke levenskunst (de oude Grieken: Aristoteles en de stoïcijnen; een voortzetting hiervan treffen we bij denkers als Simone Weil, Foucault en Schmidt).
- 2 Spirituele levenskunst (diepte- en transpersoonlijke psychologie, mindfulness, yoga, tai-chi, daoïsme, boeddhisme).
- 3 Op techniek en wetenschap georiënteerde levenskunst, in het kielzog van de Verlichting.

Hoe om te gaan met zulke uiteenlopende vormen van levenskunst, vormen die soms ook met elkaar in strijd zijn? Dit boek onderzoekt een nieuwe benadering: een individuele combinatie van elementen uit alle levenskunsten op basis van zelfkennis. Men hoeft zich niet voorgoed vast te leggen op één specifieke richting, maar men kan verschillende richtingen combineren, waarbij het doel is om het eigen potentieel beter aan te spreken. Uiteenlopende vormen van levenskunst kunnen zodoende de bouwstenen worden van die ene menselijke ontwikkeling.