

Proloog 11

INLEIDING HOE OVERLEVEN WE DE
VRIJHEID? 15

HOOFDSTUK I
VALT HET LEVEN TE
LEREN? 27

- 1 Het begrip levenskunst 29
- 2 Levenskunst als (beeldhouw)kunst 34
- 3 Levenskunst als kunde 39
- 4 Levenskunst: zorg voor zichzelf 42

HOOFDSTUK II
DE GESCHIEDENIS VAN
DE LEVENSKUNST 47

- 1 De argwaan van Foucault 50
- 2 Ontdekking van de levenskunst 54
- 3 Klassieke praktijken van levenskunst 60
- 4 Levenskunst als publieke moraal 66
- 5 Christelijke levenskunst 70
- 6 Levenskunst vanaf de Renaissance 74
- 7 Na Foucault 82

HOOFDSTUK III
LAATMODERNE
LEVENSTIJLEN 85

- 1 Vrij leven 85
- 2 Spiritueel leven 90
- 3 Zen leven 99
- 4 Voortreffelijk leven 104
- 5 Genietend leven 112
- 6 Leven in schoonheid 121

HOOFDSTUK IV
LEVENSKUNST ALS MORAAL VAN
ZELFVERANTWOORDELIJKHEID 129

- 1 De erfenis van Nietzsche 131
- 2 Op zoek naar een eigen levenshouding 145
- 3 Verkeerde levenshoudingen 154
- 4 Autonomie *revisited* 165

HOOFDSTUK V
NAAR EEN NIEUWE CULTUUR VAN
HET ZELF 171

- 1 De bezinning op de eigen levensboog 172
- 2 Terugkeer van de zelfdiscipline 176
- 3 Posttraditioneel leven 180
- 4 Een moraal van onderlinge afstemming 184
- 5 De terreur van het moderne geluk 187
- 6 Authenticiteit *revisited* 189

Epiloog: De Berg der Loutering 205

Verantwoording 211

Literatuur 213