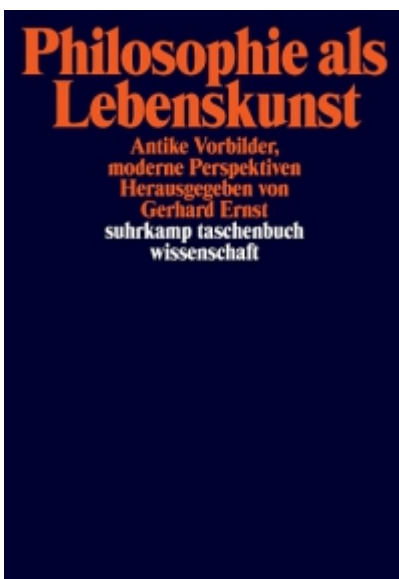


Gesellschaft | Gerhard Ernst (Hg.): Philosophie als Lebenskunst

*›O selig dreimal, wer in Darmes Tiefen blickt!
Wie leicht entgeht er vor Gericht den Gläubigern,
Wer so der Schnacke Darmkanal ergründet hat!‹*

So ruft Strepsiades in Aristophanes Komödie ›Die Wolken‹ aus. Der alte Bauer hat Geldprobleme, die Frau suhlt sich im Luxus, der Sohn interessiert sich mehr für teure Pferde als für den Erhalt des väterlichen Vermögens. Alles in allem eine Situation, die im 4. Jahrhundert vor Christi genauso vertraut ist wie heute. Von
JULIAN KÖCK



Strepsiades beschließt, sich einem Coach / Rhetoriklehrer anzuvertrauen, der ihm beibringen soll, sich vor Gericht durchzusetzen, auch wenn er eigentlich die schlechteren Argumente hat. Der dafür erwählte Coach ist Sokrates. Dieser versucht dem alten Bauer in Folge alle möglichen Dinge beizubringen, was u. a. zu dem oben zitierten Ausruf führt. Bei einer philosophischen Denkübung beginnt Strepsiades schließlich zu masturbieren und Sokrates wirft ihn aus der Gemeinschaft seiner Anhänger hinaus.

Aristophanes führte seine Stücke im Rahmen der großen Theaterwettbewerbe in Athen auf, in der Tragödien und Komödien gleichermaßen mit Auszeichnungen versehen wurden. Man kann davon ausgehen, dass große Teile der Bürger Athens diesen Vorführungen beiwohnten. Die satirischen Stücke nahmen häufig zeitgenössische Politiker, Künstler und soziale Entwicklungen aufs Korn. In den »Wolken« wurde die Philosophie in ihren verschiedenen Gestalten kritisiert, darunter die in Athen damals verbreitete ionische Naturphilosophie, die sich mit den unterschiedlichsten Naturerscheinungen und der Beschaffenheit des Kosmos beschäftigte, dann die Sophistik, die sich auf Argumentationsweise und Rhetorik stützte, und schließlich fand auch die spezifische Lebensweise der Philosophen in Gruppen mit Kleidungs- und Nahrungsvorschriften Erwähnung.

So überzogen die Darstellung auch sein mag, verdeutlicht sie doch einen Umstand, der heute eher in Vergessenheit geraten ist; die antiken Philosophen waren keine reinen Denker, sondern pflegten einen eigenen Lebenswandel, der aus ihren philosophischen Überzeugungen herrührte. Das Ziel der Philosophen war gleichermaßen einfach wie schwierig: Das gute Leben leben.

Die Kunst vom guten Leben

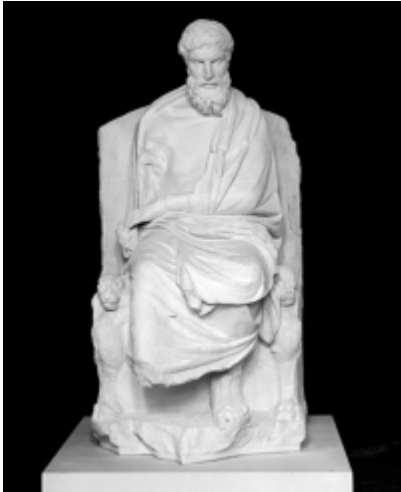
Diesem Charakter der antiken Philosophie als Lebenskunst und ihrer Vermittlung als Lebensberatung widmet sich der hier zu besprechende Band. In verschiedenen Aufsätzen werden die Ansätze der drei wichtigsten hellenistischen Strömungen (Epikureer, Stoa, Skeptiker) erläutert, im Hinblick auf eine Verwendbarkeit heute untersucht und verschiedene Detailthemen analysiert. Hier vorweg sei ein Lob ausgesprochen, das selten für wissenschaftliche Tagungsbände Verwendung findet: Der Band eignet sich - ohne das anzustreben - als Einführung für Studienanfänger, denen hier nicht nur die Arbeitsweisen ihrer Disziplin vorgemacht, sondern auch grundlegende Elemente der antiken Philosophie vermittelt werden.

Was ist das gute Leben? Die verschiedenen Philosophen haben darauf unterschiedliche Antworten gegeben. Wenig anfangen können wir heute mit der Forderung Platons, man müsse sich an dem göttlichen Funken der eigenen Seele orientieren, der in allen Menschen gleich sei. Damit mögen religiöse Menschen etwas anfangen können, aber auch diesen wird es in unserer Zeit schwerfallen, das gute Leben des Individuums in einer Selbstobjektifizierung zu finden.

Unmittelbar einsichtiger sind uns heute gewiss die Ansätze der hellenistischen Philosophie, die in ihrem prinzipiellen Materialismus verhältnismäßig wenig gedankliche Voraussetzungen erfordern. Der Kern des Glücks liegt für sie alle in unserem Geist als dem einzigen Bereich unseres Lebens, den wir selbst kontrollieren können, gegeben. Epikureern und Skeptikern ging es um die sogenannte »Ataraxia«, also die Seelenruhe, die es uns ermöglicht, das Leben mit all seinen unvermeidlichen Schicksalsschlägen in emotionaler Gelassenheit und ohne falsche Affekte hinzunehmen.

Epikur, der Seelenarzt

Epikur verstand seine Lehre als Therapieangebot. Entsprechend steht in ihrem Mittelpunkt eine vierfache Medizin (»Tetrapharmakos«): »Habe keine Angst vor Gott; kümmere Dich nicht um den Tod; was gut ist, ist einfach zu haben; was schlecht ist, einfach zu ertragen.« Anhand dieser Maxime, die sich der Schüler Epikurs einprägen und immer wieder in den verschiedensten Situationen bewusst machen sollte, lässt sich der enge Zusammenhang von wissenschaftlicher Erkenntnis und praktischer Anweisung der antiken Philosophie mit ihren Teilgebieten Logik, Physik, Ethik gut erkennen. Aus der naturphilosophischen Überzeugung, dass die Götter sich nicht um die Menschen und deren Belange kümmern würden, folgt die Erkenntnis, dass der Mensch nicht in ständiger Angst vor göttlicher Strafe leben muss.



Epikur

([Nobody60](#), [Epikur Statue](#), [CC BY 3.0](#))

Die materialistische Anschauung Epikurs war es, dass der Mensch aus verschiedenen Atomen besteht, die sich bei seinem Tod aus ihrer bisherigen Struktur herauslösen und sodann für die Gestaltung einer neuen Struktur zur Verfügung stehen. Also braucht sich der Mensch nicht um eine Bestrafung nach dem Tod kümmern. Berühmt ist folgende Aussage des Philosophen: »Wenn wir existieren, ist der Tod fern, und wenn er kommt, existieren wir nicht mehr.« Beide Aspekte verdeutlichen die antike Überzeugung, dass oft nicht die Dinge selbst uns quälen, sondern unsere Überzeugungen von diesen. Folglich lässt sich durch wissenschaftliche Erkenntnis die richtige Überzeugung und damit Seelenruhe gewinnen.

Die beiden anderen Lehrsätze spielen auf Epikurs Hedonismus an, der bis heute häufig missverstanden wird. Um Gutes und Schlechtes zu erkennen, bräuchte der Mensch sich nach Epikurs Auffassung nicht an Theorien, wie sie Platon und Aristoteles entwickelt haben, orientieren, sondern nur an seinem Lust- und Leiderfahren. Im modernen Sprachgebrauch wird als Hedonist meist ein Mensch bezeichnet, der sich ganz seiner Lust hingibt, was sich in Orgien, luxuriösen Festen und derlei Dingen mehr manifestieren kann. Darum freilich ging es Epikur gerade nicht. Seine ganze Philosophie diente der Leidensminimierung, nicht der exaltierten Lusterfahrung. Wer sich an Luxus gewöhne, der leide leicht, sobald er diesen nicht mehr haben könnte. Entsprechend einfach sollten unsere Bedürfnisse sein.

Hier spielte wieder die theoretische Überlegung eine wichtige Rolle: Epikur unterschied natürliche und notwendige Bedürfnisse (Nahrung, Schutz), natürliche und nicht-notwendige Bedürfnisse (Geschlechtsverkehr) und Bedürfnisse, die aus falschen Überzeugungen resultierten (Luxus, Gottesdienst). Diese Philosophie der Bedürfnislosigkeit macht deutlich, wieso Epikur das Gute für einfach zu haben hielt. Für den modernen Hedonisten wäre das eine ziemlich kalte Dusche. Das Schlechte schließlich sei deswegen leicht zu ertragen, weil die schlimmen Schmerzen schnell abklingen würden und die leichten Schmerzen die angenehmen Dinge (z. B. ein stärkendes Gericht oder ein gutes Gespräch) nicht übertrumpfen könnten. Im schlimmsten Fall war für Epikur auch der Freitod denkbar.

Philosophie als Technik

In mehreren Beiträgen des Bandes wird deutlich gemacht, dass man antike Philosophie als eine Technik mit den Elementen Wissenserwerb und Anwendung dieses Wissens verstehen muss. Dafür standen angehenden

Philosophen verschiedene Wege offen: Sie konnten vorbildliche Biografien studieren, Merksätze auswendig und auf ihre jeweilige Situation anwenden lernen, Diskussionen mit ihren Lehrern führen und schließlich mündliche oder schriftliche Reflexionen über ihre eigenen Überzeugungen und ihr Tun anstellen. Das berühmteste Beispiel für Letzteres sind die Betrachtungen des Stoikers Marc Aurel.

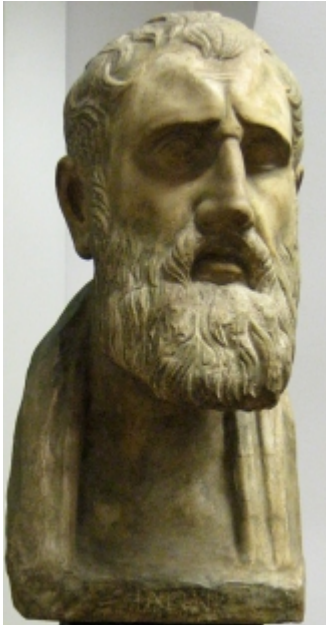
Die Stoa und der kleine Platz im Leben

Auch für die Stoa war die Verbindung von naturphilosophischen Erkenntnissen und der Lebenspraxis entscheidend. Anders als Epikur und seine Schule gingen die Stoiker nicht vom Individuum aus, sondern von dem vernünftig strukturierten Ganzen, das alle physikalischen sowie gesellschaftlichen Belange bedingen würde. Es reichte in diesem Gedankengebäude nicht mehr zur Seelenruhe, sich bewusst zu machen, dass einem im Leben mehr Gutes als Schlechtes erwarte. Vielmehr musste man die Ordnung des Ganzen und seinen Platz darin erkennen lernen, diesen ausfüllen, ein tugendhaftes Leben führen und sich eine geistige Souveränität aneignen, die das eigene Los - und sei es noch so schrecklich - ertragbar machen sollte. Ohne Zweifel ein herausforderndes Programm, für das verschiedene Übungen unerlässlich waren.

Beispiele hierfür wären der »Blick von oben«, der die für wichtig gehaltenen Dinge (wie die eigene Stadt) ins richtige Verhältnis setzt, die präzise Analyse der Dinge, die bspw. den begehrten Wein als vergorenes Erzeugnis von einfachen Trauben erweist, oder die Meditation darüber, woher unsere Affekte und Überzeugungen stammen. Die anderen Menschen sollte man als Mitmenschen, als gleichberechtigt Teile im großen Ganzen ansehen. Dies traf auch auf Sklaven oder Barbaren zu. Das unangenehme Verhalten anderer Menschen läge nicht in ihrem Wesen, sondern in ihrer mangelnden Erkenntnis begründet, sei also entschuldbar und behebbar. Freilich hielt diese Überzeugung Mark Aurel nicht davon ab, den größten Teil seines Lebens in Feldlagern zu verbringen und Krieg gegen die Germanen zu führen.

Moderne Stoiker

Christopher Gill stellt in seinem Beitrag die These auf, dass die stoische Lebenskunst für den modernen Menschen geeigneter sei als für die antiken Römer und Griechen. Argumente dafür wären die zunehmende Bedeutung der Moral, Internationalität als Wert, Ähnlichkeiten zu verschiedenen Formen der Verhaltenstherapie und schließlich die Vorstellung, dass das Leben des Individuums eine kontinuierliche Selbstentwicklung darstellen sollte.



Zenon von Kition,
Begründer der Stoa
[user:shakko](#), [Zeno of Citium pushkin](#), [CC BY-SA 3.0](#)

Freilich lässt sich als weiteres Argument anführen, dass unsere Gesellschaft in Sonntagsreden zwar meist als individualistisch bezeichnet (und gerne auch kritisiert) wird, das Individuum tatsächlich aber mehr und mehr zum Funktionserfüller in einer normativen Gemeinschaft degradiert wird.

Ohne Zweifel ist die Stoa bestens dazu geeignet, dies mit einem inneren Gefühl der Souveränität ertragbar zu machen. Insofern ist es vielleicht auch kein Zufall, dass es kein ›Epikur today‹, wohl aber ein ›Stoicism today‹-Projekt gibt. Letzteres wird im Buch umfassend geschildert und stellt tatsächlich einen Versuch dar, antike Lebenskunst für den heutigen Büromenschen fruchtbar zu machen. Neben verschiedenen Essays werden auch mehrere Kurse und geleitete Meditationen angeboten.

Freiheit vom Meinungszwang: Skeptizismus

Kaum denkbar wäre ein solcher Kurs, der sich auf die antiken Skeptiker beziehen würde. Diese waren der Überzeugung, dass in allen (philosophischen) Streitfragen beide Seiten gute Argumente haben, weswegen kein Urteil über die Richtigkeit der einen oder anderen Seite möglich sei. Diese bewusste Position der Enthaltung bewirke die angestrebte Ataraxia. In vorliegendem Band wird ausgiebig dargestellt, dass eine solche Position heute kaum mehr denkbar ist. Tatsächlich mussten in der Antike viele naturphilosophische Fragen aufgrund mangelnder Messtechnik etc. rein theoretische Probleme bleiben, heute sieht das freilich anders aus.

Lernen kann man von den Skeptikern dennoch: Gerade in politisch stark gespaltenen Gesellschaften, so Richard Bett, können Skeptiker, die für beide politischen Positionen Argumente finden, eine erhellende Wirkung haben. Zu ergänzen wäre vielleicht ein Hinweis auf den wohltuenden Luxus, einmal keine Meinung haben zu müssen. Zu seelischer Ruhe führt der beständige Zwang, zu diesem und jenem eine (richtige)

Meinung zu haben und Stellung zu nehmen, gewiss nicht. Dabei wird just dies bereits in der Schule vermittelt: Eine eigene Meinung zu haben, ist wichtig, egal wie unbegründet sie sein mag. Die Folgen davon, so könnte ein Spötter sagen, kann man heute bei Twitter, Facebook und in den Kommentarbereichen der Zeitungen sehen.

Mit antiken Lehren glücklich leben?

Ohne Zweifel können wir uns viel von der antiken Lebenskunst abschauen, das macht der Band sehr überzeugend deutlich. Allerdings wird es sich dabei wohl nur um Übungen, einzelne Ansichten und Geisteshaltungen handeln, mithin also um eine Art von Wellness-Philosophie. Eine konsequente Übernahme antiker Lebenskunst wird allein an unserem veränderten Umfeld scheitern. Die beiden für alle antiken Philosophien grundlegenden Kategorien Tugend und Vernunft haben heute ihren normativen Inhalt weitgehend verloren. Man muss dies gar nicht auf die verschiedenen Post-Lehren und den so oft diagnostizierten Werterelativismus schieben, ein Blick auf unsere multikulturellen Gesellschaften reicht völlig aus.

Die verschiedenen religiösen und weltanschaulichen Überzeugungen und Anschauungen darüber, was tugendhaft und was vernünftig sei, lassen sich nicht mehr auf einen weitgehend geteilten gesellschaftlichen Nenner - wie man ihn in der Antike hatte - bringen. Zusätzlich ist man durch moderne Medien, das enge Zusammenleben in Städten und die steigende Diversität an Lebensmodellen etc. nahezu konstant gezwungen, direkt oder doch zumindest indirekt Stellung zu beziehen und moralische Urteile zu fällen. Eine heute praktikable Lebenskunst muss dabei helfen, soll sie sich nicht auf eine Form der inneren Emigration beschränken.

Revitalisierung antiker Lebenskunst wünschens-, Buch lesenswert

Epikur wäre enttäuscht: Wir können heute zum Mond fliegen, aus drei Menschen einen machen, das Wetter vorhersagen und manipulieren, die Lebensspanne durch Medizin immens erweitern - und dennoch verstümmeln wir uns aus Gottesfurcht, massakrieren andere Menschen, um ins Paradies zu kommen, halten Weltanschauungsgymnastik für den Sinn im Leben und lassen uns von den Sternen unsere Handlungen empfehlen. Vor diesem Hintergrund erscheint eine Revitalisierung der philosophischen Lebenskunst unter antiken Vorzeichen als äußerst wünschenswert: Für das dauerhafte friedliche Zusammenleben und die Bewältigung anstehender und zukünftiger Herausforderungen könnte eine philosophische Lebenskunst, die auf wissenschaftlicher Erkenntnis und Logik basiert, geradezu notwendig sein.

Auf solche Utopien verzichtet das von Gerhard Ernst herausgegebene Buch. Aber es lässt keinen Zweifel daran, dass die Verbindung von (wissenschaftlicher) Erkenntnis und richtigem Handeln der griechischen Philosophie und damit einer wesentlichen Wurzel unserer eigenen Kultur zugrunde liegt. Dem Band sei die breiteste Rezeption gewünscht.

| [JULIAN KÖCK](#)

Titelangaben

[Gerhard Ernst \(Hg.\): Philosophie als Lebenskunst](#)

Antike Vorbilder, moderne Perspektiven

Berlin: Suhrkamp 2016

322 Seiten, 20,00 Euro

| [Erwerben Sie dieses Buch portofrei bei Osiander](#)

Reinschauen

| [Leseprobe](#)