

Suhrkamp Verlag

Leseprobe



Ernst, Gerhard

Philosophie als Lebenskunst

Antike Vorbilder, moderne Perspektiven
Herausgegeben von Gerhard Ernst

© Suhrkamp Verlag
suhrkamp taschenbuch wissenschaft 2195
978-3-518-29795-7

suhrkamp taschenbuch
wissenschaft 2195

»Lebenskunst« ist fraglos und aus guten Gründen ein Trendthema unserer spätmodernen Zeit, philosophische Prominenz erlangte sie aber erstmals in der griechischen und römischen Antike. Insbesondere im Epikureismus, in der Stoa und im Skeptizismus wurden substanzielle Konzepte von Philosophie als Lebenskunst entwickelt. Die in diesem Band versammelten Beiträge schlagen die Brücke zwischen Altertumsforschung und heutigen Lebenskunstvorstellungen. Ausgehend von den antiken Vorbildern, zeigen sie, wie eine zeitgemäße Philosophie als Lebenskunst aussehen könnte – und wo ihre Grenzen liegen.

Gerhard Ernst ist Professor für Philosophie an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg.

Philosophie als Lebenskunst

Antike Vorbilder, moderne Perspektiven

Herausgegeben von Gerhard Ernst

Suhrkamp

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in
der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

suhrkamp taschenbuch wissenschaft 2195

Erste Auflage 2016

© Suhrkamp Verlag Berlin 2016

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das der Übersetzung,
des öffentlichen Vortrags sowie der Übertragung
durch Rundfunk und Fernsehen, auch einzelner Teile.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlag nach Entwürfen

von Willy Fleckhaus und Rolf Staudt

Druck: Druckhaus Nomos, Sinzheim

Printed in Germany

ISBN 978-3-518-29795-7

*Für Erich Ammereller, C. Ulises Moulines
und Wilhelm Vossenkuhl*

Inhalt

Abkürzungen der zitierten Quellen 9

Vorwort 11

Gerhard Ernst

Einleitung 13

1. Teil:

Das epikureische Vorbild

Christof Rapp

Lebenskunst und Naturforschung bei Epikur 33

Michael Erler

Epikur oder die Kunst, in Gemeinschaft zu leben 66

2. Teil:

Das stoische Vorbild

Maximilian Forschner

Marc Aurel und Epikur.

Über stoische und epikureische *meditatio mortis* 91

John Sellars

Stoische geistige Übungen 109

Christopher Gill

Stoische Philosophie als Lebensberatung und Psychotherapie.

Antike und moderne Ansätze 127

Voula Tsouna

Die stoische Lebenskunst und ihre platonischen Vorläufer 161

3. Teil:
Das skeptische Vorbild

Rosario La Sala
Des Skeptikers Klugheit 209

Richard Bett
Als Skeptiker leben 232

4. Teil:
Moderne Rückblicke

Christoph Horn
Wie viel Individualismus erlaubt
die antike Ethik der Lebenskunst? 259

Michael Hampe
Das gute Leben und die Form der Philosophie.
Anmerkungen im Anschluss an Spinoza 283

Gerhard Ernst
Philosophie als Wissenschaft oder als Lebenskunst?
Einige zeitgenössische Betrachtungen 300

Verzeichnis der Autorinnen und Autoren 322

Abkürzungen der zitierten Quellen

Aristoteles	Aristot.
– Nikomachische Ethik	NE
– Eudemische Ethik	EE
Cicero	Cic.
– Über die Erkenntnislehre der Akademiker.	
Spätere Fassung (Academicorum posteriorum liber 1)	ac. 1
– Frühere Fassung	
(Lucullus sive Academicorum priorum liber 2)	ac. 2
– Über das höchste Gut und das größte Übel	
(de finibus bonorum et malorum)	fin.
– Vom Wesen der Götter (de natura deorum)	nat. deor.
– Vom rechten Handeln (de officiis)	off.
– Über den Redner (de oratore)	de orat.
– Gespräche in Tusculum (Tusculanae disputationes)	Tusc.
Diels/Kranz, Fragmente der Vorsokratiker	DK
Diogenes Laertius, Leben und Meinungen	
berühmter Philosophen	DL
Diogenes von Oinoanda	Diog. Oen.
Epiktet	Epikt.
– Unterredungen (dissertationes)	diss.
– Handbüchlein der Moral (enchiridium)	ench.
Epikur	Epik.
– Brief an Herodot	Her.
– Brief an den Menoikeus	Men.
– Lehrsätze (Kyriai Doxai)	KD
– Lehrsätze aus dem Gnomologium Vaticanum	
Epicureum (sententiae Vaticanae)	sent. Vat.
Galen	Gal.
– Gegen Lycus (adversus Lycum)	adv. Lyc.
– Über Leidenschaften (de proprium animi cuiuslibet	
affectuum dignotione et curatione)	aff. dig.
– Über des Hippokrates und des Plato Lehren	
(de placitis Hippocratis et Platonis)	PHP
Horaz	Hor.
– Satiren (saturae)	sat.
Long/Sedley	
– Anthony Long, David Sedley (Hg.), The Hellenistic	
Philosophers, Cambridge 1987 (Übersetzung und	
Kommentare)	LS

Lukrez, Über die Natur der Dinge (de rerum natura)	Lucr.
Marc Aurel	M. Aur.
– Selbstbetrachtungen (Meditationes)	Med.
Musonius Rufus	Muson.
– Diatriben	Diatr.
Photios	Phot.
Platon	Plat.
– Alkibiades	Alk.
– Apologie	Apol.
– Charmides	Charm.
– Euthydem	Euthyd.
– Gorgias	Gorg.
– Kriton	Krit.
– Laches	Lach.
– Nomoi	Nom.
– Menon	Men.
– Phaidon	Phaid.
– Phaidros	Phaidr.
– Politeia	Pol.
– Protagoras	Prot.
– Symposion	Symp.
– Timaios	Tim.
Plutarch	Plut.
Seneca	Sen.
– Über die Wohltaten (de beneficiis)	benef.
– Briefe an Lucilius (epistulae morales ad Lucilium)	epist.
– Über die Ausgeglichenheit der Seele (de tranquillitate animi)	tranq.
Sextus Empiricus	S. Emp.
– Gegen die Wissenschaftler (adversus mathematicos)	M
– Grundriss der pyrrhonischen Skepsis (pyrrhoneioi hypotypôseis)	PH
Spinoza, Baruch de, Ethik. In geometrischer Weise behandelt (ethica ordine geometrico demonstrata)	Ethica
Stobaeus/Stobaios	Stob.
– Die Eklogen (eclogae physicae et atticae)	Ecl.
Hermann Usener (Hg.), Epicurea	Us.

Vorwort

Die meisten Beiträge dieses Bandes wurden 2014 bei einer Tagung in Erlangen diskutiert und aufeinander abgestimmt. Ich möchte mich ganz herzlich für die anregenden Diskussionen und Gespräche bei dieser Tagung und natürlich für die Beiträge selbst bedanken. Ein besonderer Dank geht an Erich Ammereller, der mich – mit einem gut ausgewählten Weihnachtsgeschenk – überhaupt auf die Idee gebracht hat, der Frage nach dem Verhältnis zwischen Philosophie und Lebenskunst nachzugehen. Das Weihnachtsgeschenk war John Sellars' Buch *The Art of Living. The Stoics on the Nature and Function of Philosophy* (London 2009). Ohne diese Inspiration hätte es das Projekt, das zu diesem Band geführt hat, nicht gegeben. Auch John Sellars gilt darum mein Dank. Weiterhin möchte ich Valeria Zaitseva, Konstantin Weber und Sebastian Schmidt für die Übersetzungen, Erich Ammereller für das Lektorat dazu danken. Sebastian Schmidt und Konstantin Weber danke ich zudem für die Hilfe bei der Texterstellung. Schließlich möchte ich Moritz, Antonia und Karin danken, die allein beurteilen können, wie es mit meiner eigenen Lebenskunst steht.

Ein wesentliches Element der stoischen Lebenskunst ist die Aufforderung, sich an Vorbildern, am besten am Ideal des stoischen Weisen, zu orientieren. Bedauerlicherweise gibt es, jedenfalls nach Ansicht der Stoiker, so gut wie keine echten Weisen: Sokrates, Diogenes und Zenon sind Kandidaten. Aber selbst sie sind letztlich unterqualifiziert, so dass man nach einem vollständig weisen Menschen vergeblich sucht. Das heißt nicht, dass man keine Vorbilder haben kann, und ich bin dankbar, drei Lehrer und Freunde zu haben, welche für mich akademische Vorbilder waren und sind: Erich Ammereller, Ulises Moulines und Willi Vossenkuhl. Ihnen widme ich diesen Band.

Erlangen im Mai 2016, Gerhard Ernst

Gerhard Ernst

Einleitung

1. Das Projekt

In diesem Band soll ein Beitrag zur Beantwortung einer Reihe von Fragen geleistet werden, die das Verhältnis zwischen Philosophie und Lebenskunst betreffen: Ist die Philosophie eine Lebenskunst? Oder war die Philosophie zwar einmal eine Lebenskunst, ist es aber heute nicht mehr? Oder war sie es eigentlich nie? Soll die Philosophie (wieder) eine Lebenskunst sein? Kann sie überhaupt eine Lebenskunst sein? Wie soll und kann die Philosophie gegebenenfalls eine Lebenskunst sein?

Ich glaube, dass diese Fragen heute von besonderer Bedeutung sind und dass wir in einer besonders günstigen Position sind, um sie zu beantworten. Hier ist auf zwei Entwicklungen hinzuweisen, die in den letzten zwanzig Jahren verstärkt zu beobachten sind: Zum einen gibt es ein großes und immer größer werdendes Interesse an Literatur zur Lebenshilfe. Moderne Gesellschaften zeichnen sich durch großen individuellen Gestaltungsspielraum aus. Mit dem Spielraum wachsen jedoch auch die Anforderungen an die Gestaltungskraft. Wenn es immer weniger Vorschriften darüber gibt, wie man leben muss: Wie soll man dann leben? Wenn man sein Schicksal selbst in die Hand nehmen kann: Wie soll man dann vorgehen? Ist hier nicht eine »Lebenskunst« gefordert, die Hilfestellung gibt? Lebenskunst wird dementsprechend von vielen Seiten angeboten, vonseiten der Religion, vonseiten der Psychologie und eben vonseiten der Philosophie.¹ Eine Rückbesinnung auf die Konzeption von Philosophie als Lebenskunst liegt dementsprechend im Trend der Zeit.

Genau dieser Rückbesinnung wird jedoch häufig die philosophische Ernsthaftigkeit abgesprochen. Abgesehen von Ratschlägen des gesunden Menschenverstandes (»carpe diem« usw.) sei hier wenig zu erwarten. Die Philosophie könne die Erwartung, das Leben

¹ Vgl. in Deutschland etwa die zahlreichen Schriften von Wilhelm Schmid, insbesondere *Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung*, Frankfurt/M. 1998. Zur angelsächsischen Situation vgl. die Hinweise unten.

anzuleiten, nicht erfüllen. Und auch die Vorstellung, dass man sein Leben wirklich autonom gestalten könne, sei überzogen. In diesem Sinn organisierten etwa Wolfgang Kersting und Claus Langbehn vor einigen Jahren eine *Kritik der Lebenskunst* (Frankfurt/M. 2007). Die Vorstellung von einer Philosophie als Lebenskunst leidet, wie es scheint, unter überzogenen Ansprüchen und einem Mangel an theoretischem Unterbau.

Allerdings setzen zeitgenössische philosophische Lebenskunstentwürfe häufig gerade nicht oder in nur oberflächlicher Weise dort an, wo man theoretische Grundlagen vermuten würde, nämlich direkt bei den antiken Vorbildern. Pierre Hadot hat in seinen Schriften die Hinwendung zur Antike nahegelegt.² Tatsächlich geht man heute aber vielfach eher von Montaigne, Nietzsche und Foucault aus,³ und ebendamt hängt die oben genannte Kritik hauptsächlich zusammen.⁴ Jetzt ist es aber so, dass in den letzten zwanzig Jahren das akademische Interesse an genau der Epoche der Philosophiegeschichte enorm gewachsen ist, in der die Konzeption von Philosophie als Lebenskunst besonders prominent war, nämlich am Hellenismus und der Philosophie der römischen Kaiserzeit.⁵ Und das ist die zweite Entwicklung, von welcher der vorliegende Band ausgeht. Im Rahmen dieser neuen Studien zum Hellenismus und der römischen Kaiserzeit kann man nämlich, wenn überhaupt irgendwo, den theoretischen Unterbau finden, der in der zeitgenössischen Lebenskunstdiskussion vermisst wird. Insbesondere in der epikureischen, der stoischen und der skeptischen Tradition finden

2 Vgl. u. a. *Philosophie als Lebensform. Geistige Übungen in der Antike*, Berlin 1991, sowie *Die innere Burg. Anleitung zu einer Lektüre Marc Aurels*, Frankfurt/M. 1997.

3 Vgl. etwa Alexander Nehamas, *The Art of Living. Socratic Reflections from Plato to Foucault*, Berkeley 1998, sowie Wilhelm Schmid, *Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst. Die Frage nach dem Grund der Neubegründung der Ethik bei Foucault*, Frankfurt/M. 2000.

4 So übt etwa Kersting Kritik an der »Illusion unbedingter Selbstmächtigkeit« (Wolfgang Kersting, Claus Langbehn [Hg.], *Kritik der Lebenskunst*, Frankfurt/M. 2007, S. 52), die man den antiken Vorbildern kaum unterstellen kann.

5 Besonders wichtig waren hier Anthony Long, David Sedley (Hg.), *The Hellenistic Philosophers*, Cambridge 1987 (Übersetzungen und Kommentare), sowie Martha C. Nussbaum, *The Therapy of Desire: Theory and Practice in Hellenistic Ethics*, Princeton 1994. Siehe auch Anthony Long, *Epiktetus: A Stoic and Socratic Guide to Life*, Oxford 2002. Einen kurzen aktuellen Überblick über die schnell wachsende Literatur zur hellenistischen und kaiserzeitlichen Philosophie gibt Christof Rapp (Hg.), *Antike Glückslehren*, Stuttgart 2013, S. XVII-XXI.

sich wesentliche Anhaltspunkte dafür, ob und wie die Philosophie die Funktion einer Lebenskunst übernehmen könnte und sollte.⁶

Während in Deutschland die beiden Entwicklungen – öffentliches Interesse an Lebenskunst einerseits, akademisches Interesse an hellenistischer und kaiserzeitlicher Philosophie andererseits – noch vergleichsweise unverbunden nebeneinanderstehen, gibt es im angelsächsischen Bereich bereits vielfache Berührungspunkte. Psychologinnen und Psychologen, die sich mit kognitiver Verhaltenstherapie beschäftigen, haben beispielsweise schon früh die Verbindung zur stoischen Philosophie erkannt.⁷ Diese Verbindung wird heute systematisch herausgearbeitet.⁸ Und auch populärwissenschaftliche Bücher nehmen die philosophischen Forschungen zum Hellenismus und zur Kaiserzeit auf und machen sie einem breiteren Publikum zugänglich.⁹ Umgekehrt suchen akademische Philosophinnen und Philosophen die Verbindung zur Psychologie und zur Öffentlichkeit.¹⁰

Die Beiträge dieses Bandes versuchen die Brücke zwischen Antikforschung und heutiger Lebenskunst, zwischen akademischer Philosophie und angewandter Philosophie zu schlagen, indem von den antiken Vorbildern ausgehend Perspektiven und Grenzen für eine theoretisch fundierte Philosophie als Lebenskunst aufgezeigt

6 Ein Überblick über die aktuelle Literatur zu den drei Traditionslinien findet sich bei James Warren (Hg.), *The Cambridge Companion to Epicureanism*, Cambridge 2009; Brad Inwood (Hg.), *The Cambridge Companion to Stoics*, Cambridge 2003; Richard Bett (Hg.), *The Cambridge Companion to Ancient Scepticism*, Cambridge 2010.

7 So schreiben schon Aaron Beck und seine Kollegen: »Die philosophischen Ursprünge der kognitiven Therapie können zu den stoischen Philosophen zurückverfolgt werden« (vgl. Aaron T. Beck u. a., *Cognitive Therapy of Depression*, New York 1979, S. 8 [Zitat aus dem Engl. übers. von Gerhard Ernst]).

8 Vgl. vor allem Donald Robertson, *The Philosophy of Cognitive Behavioural Therapy (CBT): Stoic Philosophy as Rational and Cognitive Psychotherapy*, London 2010.

9 Vgl. beispielsweise Donald Robertson, *Stoicism and the Art of Happiness*, London 2013; Jules Evans, *Philosophy for Life and Other Dangerous Situations*, London u. a. 2012; William B. Irvine, *A Guide to the Good Life: The Ancient Art of Stoic Joy*, Oxford 2009; Ronald Pies, *Everything Has Two Handles. The Stoic's Guide to the Art of Living*, Lanham 2008. Auch hier ist Nussbaum, *The Therapy of Desire*, besonders einflussreich.

10 Vgl. dazu vor allem das Projekt »Stoicism Today«, über das Christopher Gill in seinem Beitrag zu diesem Band berichtet. Online findet man Hinweise unter (<http://blogs.exeter.ac.uk/stoicismtoday/>).

werden. Die Beiträge sind dabei nach den drei in diesem Zusammenhang wichtigsten Philosophenschulen geordnet: Nach dem epikureischen wird das stoische Vorbild betrachtet und schließlich das skeptische; drei Rückblicke vom modernen Standpunkt aus runden das Themenspektrum ab. Die Beiträge des Bandes beleuchten dementsprechend einerseits, was überhaupt als Vorbild für eine aktuelle Philosophie als Lebenskunst dienen könnte. Andererseits geht es jedoch weniger um die antiken Vorbilder der Lebenskunst um ihrer selbst willen als vielmehr vor allem um die Frage, inwiefern diese Ausgangspunkt für eine heutige (öffentliche und akademische) Philosophie als Lebenskunst sein können. Im Folgenden werde ich eine detaillierte Übersicht über den Gang der Überlegungen in den einzelnen Beiträgen geben.

2. Die Beiträge

Der erste Teil des Bandes beschäftigt sich mit dem epikureischen Vorbild für die Konzeption von Philosophie als Lebenskunst. Und tatsächlich sind die meisten der von Epikur erhaltenen Schriften geradezu paradigmatisch für das, was wir mit der antiken Lebenskunst verbinden: Sie enthalten einfache und (auf den ersten Blick) plausible Thesen dazu, was ein glückliches Leben ausmacht und wie man es erlangt; sie präsentieren keine komplizierten philosophischen Theorien und Kontroversen, sondern sie empfehlen das Philosophieren (also das wiederholte Nachvollziehen der epikureischen Grundsätze) als ein Mittel, das uns unmittelbar praktisch nützt: das uns von Furcht befreit und zu einem lustvollen Leben anleitet. Die verbreitete Einschätzung, dass die antike Philosophie im Allgemeinen und die Philosophie Epikurs im Besonderen in erster Linie in einer bestimmten Lebensform bestehe, scheint sich hier zu bestätigen. Christof Rapp rückt dieses Bild in seinem Beitrag »Lebenskunst und Naturforschung bei Epikur« systematisch zurecht. Es stimmt zwar, dass die epikureische Philosophie durch und durch auf das praktische Ziel ausgerichtet ist, unser Leben besser zu machen. Aber es stimmt nicht, dass Epikur – und erst recht nicht die Philosophen der klassischen Zeit, Platon und Aristoteles – die philosophische Theoriebildung deshalb als unwichtig angesehen hätte. Tatsächlich basieren, wie Rapp zeigt, die lebens-

praktischen Thesen, die Epikur in seinen an ein größeres Publikum gerichteten Schriften vermittelt (und die nicht nur in der Antike Aufklärungsarbeit leisteten, sondern auch für moderne Leser erwägenswert sind), durchweg auf erkenntnistheoretischen und vor allem naturphilosophischen Überlegungen. Dass wir keine Angst vor den Göttern und den Himmelserscheinungen haben müssen, dass der Tod für uns keine Bedrohung darstellt, dass wir nach ganz bestimmten Lüsten streben sollen, nach anderen nicht, dass insbesondere ein genügsames und tugendhaftes Leben ein besonders lustvolles Leben ist, dass es weitgehend in unserer Hand liegt, ob unser Leben lustvoll verläuft oder nicht – all das sind praktische Ergebnisse, die sich aus Epikurs atomistischer Naturphilosophie, aus seinem Sensualismus und aus seiner speziellen Form des Hedonismus ergeben. Mit diesen Theorien reagiert Epikur, wie die Erforschung der philosophiehistorischen Hintergründe zeigt, differenziert auf verschiedenartige philosophische Positionen. Dass beispielsweise der *Brief an Menoikeus* relativ wenig von diesen Theorien enthält, liegt daran, dass sich Epikur in verschiedenen Schriften offenbar an verschiedene Adressaten wendet: Jeder soll von seinen Lehren profitieren, weshalb er diese in aphorismenhaften Auszügen sowie in Lehrbriefen zusammenfasste, die leicht zu rezipieren (oder sogar zu memorieren) sind; bis ins Letzte durchdringen wird diese Lehren aber nur derjenige, der auch die theoretischen Grundlagen erforscht hat. Diese Forschung wird zumindest für einige sogar einen konstitutiven Teil des guten Lebens ausmachen.

Epikur behauptet bekanntlich, dass das einzige Gut die eigene Lust ist. Dieser Hedonismus scheint unmittelbar zu einem strikten Egoismus zu führen. Wenn das einzige Gut, das ich im Leben erlangen kann, meine Lust ist, dann sollte ich mich auch nur um diese kümmern. Bei dieser Selbstsorge soll die Philosophie helfen. Andere Menschen dagegen, so scheint es, können dem Epikureer gleichgültig sein. Dass dieses Bild von Epikur und dem Epikureismus verfehlt ist, zeigt Michael Erler in seinem Beitrag »Epikur oder die Kunst, in Gemeinschaft zu leben«. Er geht dabei von der Beobachtung aus, dass Epikur mit seiner Philosophie therapeutische Ziele verfolgt. Insbesondere seine bekannten vier Grundsätze (die er in seiner Philosophie theoretisch begründet und zur praktischen Einübung empfiehlt) – die Götter kümmern sich nicht um uns; der Tod bedeutet nichts für uns; was wirklich gut ist, ist leicht zu

erlangen; was schlecht ist, ist leicht zu ertragen – sollen den Menschen helfen, sich von Angst und Unruhe zu befreien und innere Ruhe (*ataraxia*) zu gewinnen. In dieser Beruhigung liegt für Epikur die höchste Lust, woran man schon erkennt, dass sein Hedonismus nicht den gängigen Vorurteilen entspricht. Auch der Vorwurf des Egoismus kann nicht ohne Weiteres erhoben werden. Hier ist zunächst auf die Person Epikurs selbst hinzuweisen. Er wird als Vorbild beschrieben, als ein humaner Weiser, dem Freundschaft besonders wichtig ist und der Empathie durch die Kontrolle störender Emotionen fördern möchte. Die von ihm gestiftete Schule, der *kêpos* (Garten), ist eine quasi-familiäre Gemeinschaft von Freunden. Die freie Aussprache zwischen diesen Freunden ist die Grundlage für die praktisch wirksame Vermittlung der epikureischen Lehre. Der eigentliche Wert der Freundschaft liegt für Epikur jedoch in der Sicherheit, die Freunde uns geben. Sie schützen und helfen uns, wenn wir Not leiden, und der Umgang mit ihnen ist eine wesentliche Quelle der Freude. Dies sind zwar wiederum egoistische Gedanken. Aber man kann sich fragen, ob der instrumentelle Wert der Freundschaft überhaupt realisierbar ist, wenn Freundschaft nicht auch um ihrer selbst willen geschätzt wird. Welche Haltung nimmt Epikur in Bezug auf größere Gemeinschaften, also in Bezug auf das politische Leben ein? Hier lässt sich seine Sichtweise zunächst durch seine Empfehlung »Lebe im Verborgenen«, das heißt »Beteilige dich nicht an der Politik«, charakterisieren. Auch dabei ist jedoch zu beachten, dass es Epikur vor allem darum geht, dass man sich nicht zur Befriedigung eines verfehlten Ehrgeizes an Machtspielen beteiligen soll. Ein Leben der Sicherheit und damit der inneren Ruhe ist für Epikur in erster Linie durch Änderung der inneren Haltung, nicht durch die institutionelle Politik zu erreichen. Dennoch hält es der Epikureer für vernünftig, mit anderen Verabredungen zu treffen, um die eigene Sicherheit zu gewährleisten. Der Bezug auf den individuellen Nutzen ist, wie Erler abschließend zeigt, auch in Epikurs Deutung der Religion zentral. Kulturpraktiken und Gebete sind für Epikur sinnvoll – allerdings nicht, um die Götter günstig zu stimmen, denn diese kümmern sich nicht um uns, sondern als Meditation zur Selbstvergewisserung. Es geht dabei gerade darum, sich die Dinge vor Augen zu führen, die uns zu Sicherheit und Glück verhelfen. Diese aufgeklärte Vorstellung von Religion dürfte, neben der These, dass nur die Lust ein Gut

ist, aus moderner Perspektive zu den interessantesten Aspekten der epikureischen Philosophie als Lebenskunst zählen.

Eine der größten Herausforderungen im Leben, mit der wir alle umgehen müssen, ist das Faktum unserer Sterblichkeit. Der zweite Teil dieses Bandes, der insgesamt dem stoischen Vorbild gewidmet ist, beginnt mit einem Beitrag, der sich vergleichend mit der stoischen und der epikureischen Antwort auf diese Herausforderung beschäftigt. Maximilian Forschner macht in seinem Aufsatz »Marc Aurel und Epikur. Über stoische und epikureische *meditatio mortis*« deutlich, dass es sowohl grundlegende Gemeinsamkeiten als auch wichtige Unterschiede zwischen der stoischen und der epikureischen Herangehensweise an das Problem des Todes gibt. Beiden Ansätzen ist zunächst einmal gemeinsam, dass sie das Nachdenken über den eigenen Tod als eine Chance begreifen. Wir können, so die Überlegung, besser *leben*, wenn wir uns von Vorurteilen und falschen Empfindungen befreien und stattdessen die richtige Einstellung zum Tod annehmen. Diese besteht vor allem darin, dass wir keine Angst vor ihm haben.

Um die Angst vor dem Tod zu überwinden, setzen sowohl Stoiker als auch Epikureer auf die Physik, also die Lehre von der Natur, die in beiden hellenistischen Schulen eng mit der Ethik verbunden ist. Stoiker und Epikureer sind Materialisten. Der Tod ist dementsprechend für sie keine völlige Zerstörung, sondern eine Auflösung und Umwandlung. Während die Stoiker dabei die Aspekte der Notwendigkeit von ständigem Wandel und der Rückkehr zu einer alles umfassenden, vernünftigen Natur betonen, weisen die Epikureer vor allem auf die Empfindungslosigkeit hin, die mit dieser Auflösung einhergeht. Nach Marc Aurel sollte uns der Gedanke beruhigen, dass sich der wohlgeordnete göttliche Kosmos durch beständigen Wandel erneuert und wir in diesen Prozess einbezogen sind; nach Epikur müssen wir keine Furcht vor dem Tod haben, denn wo der Tod ist, sind wir nicht, und wo wir sind, ist der Tod nicht.

Hier zeigen sich aber auch wichtige Unterschiede: Stoiker sehen allein die Tugend als echtes Gut an, und sie wird nicht dadurch bedroht, dass wir irgendwann sterben, also eine Verwandlung eintritt. Die Betrachtung des ständigen Wandels kann uns vielmehr dabei helfen, die natürliche Ordnung zu verstehen und zu akzeptieren, um dann der Natur gemäß zu leben. Wir müssen

keine Angst vor dem Tod haben, wenn wir auf die göttliche Ordnung der Natur vertrauen, an der wir eine Zeit lang aktiv teilhaben. Epikureer glauben demgegenüber, dass das einzige Gut und die einzigen Übel in der Empfindung liegen. Die Angst vor dem Tod ist folglich unbegründet, weil dieser sich gerade durch Empfindungslosigkeit auszeichnet. Allerdings kann man im Tod auch keine Lust mehr empfinden. Ist es deshalb nicht gerechtfertigt, Angst davor zu haben, dass uns im Tod etwas (nämlich Lust) entgeht? Forschner macht deutlich, dass es für den Epikureer eine Lust gibt, die nicht durch zeitliche Ausdehnung gesteigert wird, sondern die in einer von Schmerz und Verwirrung frei erlebten Gegenwart besteht. Diese erreicht aber nur, wer das Verlangen nach Unsterblichkeit überwunden hat. Trotz ihrer grundlegend verschiedenen Vorstellungen darüber, was letztlich wichtig ist im Leben (Tugend beziehungsweise Lust), und trotz ihrer unterschiedlichen Haltungen dem Kosmos gegenüber (Vertrauen in ein göttliches Ganzes beziehungsweise Neutralität gegenüber einem gleichgültigen Spiel der Atome) kommen somit sowohl Marc Aurel als auch Epikur zu einem gelassenen Umgang mit dem Tod. Vielleicht können sie uns darin Vorbild sein.

Marc Aurel steht auch im Mittelpunkt von John Sellars' Aufsatz über »Stoische geistige Übungen«. Ausgangspunkt ist dabei die Beobachtung, dass für stoische Philosophen die Philosophie nicht bloße Theorie, sondern auch eine Praxis zum Zweck der Selbstveränderung war. Es geht in der Philosophie um die Sorge um die eigene Seele. Dazu müssen philosophische Einsichten nicht nur einmalig erworben, sondern auch für die Praxis »aktiviert« werden. Das verlangt Übung und Übungen. Sellars deutet die *Selbstbetrachtungen* von Marc Aurel als eine solche Übung. Indem dieser sich schreibend mit verschiedenen persönlichen und philosophischen Themen beschäftigt, festigt er die stoischen Einsichten, welche sein Denken, Empfinden und Handeln bestimmen sollen. Insbesondere die beiden Gedanken, dass uns nicht die Dinge, sondern unsere Einstellung zu den Dingen beunruhigt und dass alles sich beständig wandelt, möchte Marc Aurel durch seine Reflexionen derart bei sich selbst verankern, dass er sie immer zur Hand (*procheiros*) hat. Pierre Hadot hat, einen Ausdruck von Ignatius von Loyola übernehmend, diese Form des therapeutischen Selbstgesprächs als »geistige Übung« bezeichnet. Und tatsächlich kann man den re-