

Rezension

Epikur: Von der Lust zu leben, Essen 2014

Vom Nachwort einmal abgesehen enthält das Buch (95 Seiten) Texte von Epikur und anderen: Seneca, Diogenes Laertios, Cicero, Menoikens. Die Texte werden nicht kommentiert. Wer nie etwas von oder über Epikur gelesen hat, muss sich verloren vorkommen. Hier ein paar Lektüre-Vorschläge für alle Leser, die mehr wissen wollen:

- 1) Diogenes Laertius: Leben und Meinungen berühmter Philosophen, 10. Buch Epikuros (Seite 223-295), Hamburg 1990
- 2) Kranz, Walter: Die griechische Philosophie, (S. 284-293), Köln 1997

Wer war Epikur?

Epikur stammte aus Samos und lebte von 341 bis 270 vor Christus. In Epikurs Garten (Epikureer = die aus dem Garten“) gab es weder zügellose Schlemmerei noch Ausschweifungen. Der Garten hatte den Charakter einer Gemeinschaft, ohne dogmatische Fixierung. Es gab die Bereitschaft, bei Schwierigkeiten sich gegenseitig zu helfen. Viele waren Freunde.

Epikurs Konzept ist ein konkreter Entwurf einer Lebensform. Ein Epikureer ist frei von Ehrgeiz. Epikur vertröstet nicht auf ein Leben im Jenseits. Glückseligkeit ist für jedermann unter allen Umständen realisierbar, weil es nur auf die innere Einstellung ankommt.

Glück, so Epikur, kann man nicht positiv formulieren. Höchstes Ziel eines guten Lebens müsse es sein, Schmerz und Leid zu vermeiden und danach zu trachten, in eine solche Situation gar nicht erst zu kommen. Epikur vertritt keine hedonistische Position (Lust maximieren). Es gehe darum, sich nicht der Lust zu unterwerfen, aber auch nicht darum, die Lust zu verteufeln, wie es die Christen taten. Es geht eigentlich nicht um Lust wie wir sie im allgemeinen Sprachgebrauch heute definieren, sondern um Schmerzfreiheit. Die Lust des Geistes ist allemal höher zu bewerten als die körperliche Lust.

Für den Epikureer galt, dass man niemals glücklich werden kann, wenn man es nicht sofort ist. Für beide verleiht die Nähe des Todes dem gegenwärtigen Augenblick seinen unendlichen Wert. Man muss jede Tat so vollbringen, als sei sie die letzte des Lebens. Der Gedanke an den Tod erlaubt es, sich ganz auf den gegenwärtigen Augenblick zu konzentrieren. Das sagt Marc Aurel, ein Stoiker. Aber es muss deshalb nicht falsch sein.

Epikurs Philosophie ist eine moderne Philosophie, eine praktische Lebensweisheit, die mit der Medizin zu vergleichen ist, weil sie Balsam für die Seele ist. Epikur bejaht das Leben, sein *carpe diem* entspringt nicht einer gierigen Unersättlichkeit. Die Lebenslust und die Freude, die ein Tag zu bieten hat, gilt es zu nutzen. Epikur denkt an die „Lust der Ruhe“. Für Epikur ist dies das Lebensziel oder die wahre Lust. Sie besteht aus der inneren Ruhe (Ataraxia) und der Schmerzlosigkeit (Aponia) bei einem Leben in Freundschaft im Kreise Gleichgesinnter. Wie alle soziale Beziehungen einschließlich des Staates hat die Freundschaft ihren Ursprung im Nutzen.

Jeder Mensch strebt nach Lust, sobald er geboren ist und vermeidet den Schmerz. Diese Behauptung, so Epikur, bedürfe keiner Begründung. Lust bedeutet Freisein von seelischer Unruhe und seelische Unbeschwertheit, die Epikur mit der Meeresstille verglich. Sie ist mit asketischer Selbstgenügsamkeit verbunden. Sinnlos aber sei das Streben nach Reichtum, öffentlichen Ehrungen und politischen Ämtern, da ein solches Streben mit demütigender Abhängigkeit von anderen, ewiger Unruhe und ständigen Gefahren verbunden sei und das eigentliche Lebensziel gefährde.

Auf Erfolg oder Misserfolg kommt es nicht an. Entscheidend ist die geistige Haltung gegenüber den Ereignissen. Es hat immer Menschen gegeben, die Epikur falsch verstanden haben und „Lust“ im Sinne eines ausschweifenden Lebens deuteten. Das trifft nicht zu. Die Position Epikurs war: sich nicht den Lüsten unterwerfen, aber auch nicht die Lüste verteufeln, sondern die Lüste als Fähigkeit zur Lustempfindung begreifen.

Ob die Epikureer nach Glück strebten, ist nicht eindeutig. Im Brief Epikurs an Menoikus heißt es:

Alles Wählen und Streben geht doch auf das Wohl des Leibes und der Ruhe der Seele, denn das ist das Telos eines glücklichen Lebens. Und was wir tun, tun wir, um der Unlust zu entgehen und die Ruhe der Seele zu finden.

Ob damit dasselbe gemeint ist, was viele heute unter Glück verstehen, darf man bezweifeln. Erfolg, Reichtum, Wohlstand hat Epikur sicher nicht gemeint. Im Menuikus-Brief steht:

Wir halten die Selbstgenügsamkeit für ein großes Gut, nicht als ob wir ohne weiteres mit dem Dürftigen zufrieden wären, sondern weil wir nicht vieles haben können, uns mit dem wenigen begnügen, überzeugt, dass der den Reichtum am glücklichsten genießt, der seiner am wenigsten bedarf.

Hier ein paar Kerngedanken Epikurs:

* Selbst für die Alten, die Greise ist das Leben etwas Angenehmes, denn ein anständiges Leben ist gleichzeitig eine Vorbereitung auf ein anständiges Sterben, da der Mensch den Tod nicht zu fürchten braucht. Der Tod geht uns nichts an. Alles Gute und Schlimme beruht auf der Wahrnehmung. Der Tod ist der Verlust der Wahrnehmung. Der Tod ist kein Übel.

Du fragst, wohin wir nach dem Tod enteilten? Zur Ruhe dort, wo alle Ungeborenen weilen.

Das hat ein Epikureer geschrieben, Michel de Montaigne, im 16. Jahrhundert.

* Der Wahlspruch Epikurs „Lebe verborgen!“ beherzigen die meisten von uns hier im Garten. Doch die Versuchung in der Mediengesellschaft, seine Eitelkeit zu befriedigen, ist auch für Epikureer groß. Aber politische Einmischung ist dann notwendig, wenn unsere Freiheit bedroht ist. In diesem Punkt unterscheiden wir uns von der reinen Lehre, was schon deshalb nicht verwunderlich ist, weil wir auch Kinder der Aufklärung sind.

* Wie für Epikur gibt es auch für uns keine Götter.

* Das Individuum setzt sich seine Werte selbst. Werte können letztlich nur auf Empfindungen beruhen, nicht auf Vernunft. Bei uns Epikureer geht es nicht um das Glück aller Menschen, sondern um das Glück des Einzelnen. Glück ist Privatsache. Das höchste Glück des Einzelnen ist der innere Friede und die Lust der Ruhe.

* Es komme nur auf die innere Einstellung an, lehrt Epikur. Was sollte man dagegen schon sagen? Wer hat, so Epikur, der möge genießen, aber wer nichts hat, soll nicht traurig sein. Das hört sich an wie eine Philosophie für arme Schlucker, entworfen von reichen Leuten. Selbst für uns, die wir im die Vorzüge des sozialen Netzes durchaus zu schätzen wissen, klingt das wie die neue Beschwichtigungsformel zum Abbau des Sozialstaats. Doch bei Epikur steckt mehr dahinter. Eine Philosophie: Wer im Geld schwimmt, ist unter dem Strich auch nicht glücklicher. Was heißen soll: Die Selbstgenügsamkeit (autarkeia) ist ein hehres Ziel bei Epikur. Einfache Suppen können die gleiche Lust herbeiführen wie ein opulentes Mahl. Körperlich und seelisch sind wir in einer besseren Verfassung für den Genuss feinerer Dinge, wenn sie uns nur selten zuteil werden. Im Menoikensbrief heißt es:

* Epikurs Ansatz macht es den Menschen möglich, sich in den wichtigen Dingen von der Angst zu befreien: Von der Angst vor dem Tode, vor Schmerzen, vor dem Überirdischen und den Mythen einer abergläubischen Religion, d.h. vor Ängsten, die ihn daran hindern, das Lebensziel zu erreichen, nämlich den inneren Seelenfrieden und die unverfälschte Lust.

* Es gibt keine an sich gültige Normen, an denen das Individuum sein soziales Verhalten ausrichten könnte. Gerechtigkeit zum Beispiel ist kein Wert an sich.

* Ein Übel ist die Notwendigkeit, aber es besteht keine Notwendigkeit, unter einer Notwendigkeit zu leben. (Epikur