

Philosophie der (Wirtschafts-)Krise

Vortrag von Dr. phil. Florian Roth an der Münchner Volkshochschule, xxx

Sehr geehrte Damen und Herren!

Wenn man diese Tage nach der Bundestagswahl von Krise redet, denkt wohl mancher eher an den Niedergang der SPD als an unsere ökonomische Lage. Aber hier berührt sich wie so oft das Ökonomische und das Politische mit dem Individuellen. Ob es der Investmentbanker ist, der bis vor gut einem Jahr dachte, dass sein persönlicher Erfolg mit immer höheren Gewinnen immer so weitergeht, und jetzt vor einem Scherbenhaufen steht. Oder ob es der Politiker ist, der nach einem desaströsen Ergebnis seiner Partei trotz sicher geglaubten Listenplatzes überraschend nicht mehr in den Bundestag einzieht, und sich plötzlich beruflich umorientieren muss (Sie haben vielleicht auf Seite 3 der Süddeutschen Zeitung kürzlich vom Schicksal eines SPD-Abgeordneten aus dem Münchner Norden gelesen). In all den Fällen verwandeln sich kollektive Krisen in persönliche, die die Identität eines Menschen erschüttern können – sofern diese Identität auf die Ausblendung der Möglichkeit krisenhaften Scheiterns gebaut war und sofern diese Identität sich auf Wert der äußeren Welt stützte, die letztlich nicht in unser Macht liegen.

Und die antiken stoischen Philosophen haben schon vor zweitausend Jahren davor gewarnt, sich seiner Position zu sicher zu sein. Seneca schrieb etwa im Rom des ersten nachchristlichen Jahrhunderts:

„Niemanden hat das Schicksal so emporgehoben, dass es sich ihm nicht ebenso oft in seiner bedrohlichen Gestalt gezeigt hätte wie in seiner Gunst. Traue nicht dieser Windstille: ein Augenblick genügt, um das Meer aufzuwühlen. An demselben Tag, wo die Schiffe noch um die Wette fahren, wurden sie von den Wellen verschlungen. Sei gefasst darauf, dass ein Räuber, dass ein Feind dir das Schwert an die Gurgel setzt.“ (Briefe an Lucilius 4, 7f.)

Auf das Schlimmste gefasst zu sein, damit durch diese seelische Vorbereitung auf dessen Eintreten der Schrecken der Schicksalsschläge schwindet, das war eine typisch stoische Lebensregel. Und sie erscheint angesichts der Finanz- und Wirtschaftskrise heute von besonderer Aktualität. Vor knapp einem Jahr, gut zwei Monate nachdem die Lehman Brothers pleite gingen, schrieb Christian Geyer in der Frankfurter Allgemeinen Zeitung unter der Überschrift „Stoizismus in der Krise“:

„Bücher wie ‚Seneca für Manager‘, ‚Ruhig Blut mit Marc Aurel‘ oder ‚Unerschütterlich wie Odysseus‘ gehen in die Neuauflage. Und soeben hat der renommierte Verlag de Gruyter ein zweibändiges Stoizismus-Handbuch herausgebracht, das, wie man hört, in manchen Führungsetagen bereits Kultstatus genießt. Die Quintessenz dieser Sorte Trostliteratur lautet nicht etwa positives Denken, sondern negatives Denken. Wie Bernhard Zimmermann, einer der führenden Stoa-Forscher, den Managern ins Handbuch schreibt: ‚Standhaft und unerschütterlich bleiben, indem man sich eine noch schlimmere Situation vor Augen stellt‘.“ (Bellende Herzen – Stoizismus in der Krise, Frankfurter Allgemeine Zeitung vom 20.11.2008)

Und ein Jahr früher erschien in Frankreich ein Buch von Jean-Claude Cianni, der 10 Jahr PR-Chef einer Fluggesellschaft, der nach Insolvenz und Arbeitslosigkeit in einer persönliche Krise geriet ein Buch unter dem Titel: „Denkpause. Wie mich Seneca aus der Krise holte“ (Paris 2007/Berlin 2008). Darin heißt es u.a.:

„Als Journalist und PR-Chef habe ich mitgeholfen, unzählige Krisen zu managen. Nun aber bin ich außerstande, meine eigene zu überwinden. [...] Ich bin überzeugt, dass die Unternehmen immens davon profitieren würden, wenn sie ihre die Philosophie – das unermüdliche Fragen im Dienste der Menschheit – sowohl in ihr strategisches Planen als auch ins Management integrieren könnten“ (S. 165 und 166).

Philosophie und Krise

Was bedeutet das für den Zusammenhang von Philosophie und Krise? „Krise“ kommt von altgriechisch „krisis“, was ursprünglich „Entscheidung“ und „Beurteilung“ hieß (daher auch der Begriff „Kritik“), abgeleitet ist dies Substantiv vom Verb „krinein“, was „trennen“, „unterscheiden“ bedeutet. In der Krise trennt sich sozusagen die Spreu vom Weizen. Sie ist die Zeit der Entscheidung, des Umschwungs, der Erschütterung des Gewohnten. Medizinisch kann die Krise ein Wendepunkt sein, zu Tod oder Genesung führen. Im Chinesischen setzt sich das Wort für Krise aus den Schriftzeichen für „Gefahr“ und „Chance“ zusammen.

Krisen wie die momentane Wirtschaftskrise mit all ihren noch nicht völlig absehbaren Folgen sind also Wendepunkte, die Gesellschaften und Menschen zu einer tief greifenden Wandlung führen können – dazu bedarf es gründlicher Selbstreflexion und dabei kann Philosophie helfen. Oder umgekehrt: Philosophie entsteht oft an gesellschaftlichen Wende- und Krisenpunkten wie etwa im Athen des 5. und 4. vorchristlichen Jahrhunderts, als mit Demokratie und machtpolitischen Aufstieg das Gewohnte sich veränderte und die Gefahr eines Abstiegs durch Dekadenz und Hybris sich anbahnte – dies war die Zeit von Sokrates, Platon, Aristoteles. Und auch der Deutsche Idealismus mit Kant, Fichte, Schelling, Hegel entstand in einer Krise Deutschlands: die Folgen der Französischen Revolution für die monarchische Feudalordnung, die Auflösung des Deutschen Reiches, die Eroberungen Napoleons.

Aber auch persönlich können Krisen der Anfang von philosophischem Nachdenken darstellen. Hören wir einmal den Sound des Schriftstellers und Philosophen Albert Camus, wie er den Einbruch des Absurden in den Alltag des Menschen beschreibt und die daraus potentiell entstehende philosophische Reflexion, die zu Verzweiflung, gar Selbstmord oder neuer Kraft führen kann:

„Antwortet ein Mensch auf die Frage, was er denke, in gewissen Situationen mit ‚nichts‘, so kann das Verstellung sein. Verliebte wissen das genau. Ist diese Antwort aber aufrichtig, stellt sie den sonderbaren Seelenzustand dar, in dem die Leere beredt wird, die Kette alltäglicher Gebärden zerrissen ist und das Herz vergeblich das Glied sucht, das sie wieder zusammenfügt – dann ist sie gleichsam das erste Anzeichen der Absurdität. Dann stürzen die Kulissen ein. Aufstehen, Straßenbahn, vier Stunden Büro oder Fabrik, Essen, Straßenbahn, vier Stunden Arbeit, Essen, Schlafen, Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag, Samstag, immer derselbe Rhythmus – das ist sehr lange ein bequemer Weg. Eines Tages aber steht das ‚Warum‘ da, und mit diesem Überdruß, in den sich Erstaunen mischt, fängt alles an. ‚Fängt an‘ – das ist wichtig. Der Überdruß ist das Ende eines mechanischen Lebens, gleichzeitig aber der Anfang einer Bewußtseinsregung. Er weckt das Bewußtsein und bereitet den nächsten Schritt vor. Der nächste Schritt ist die unbewußte Umkehr in die Kette oder das endgültige Erwachen. Schließlich führt dieses Erwachen mit der Zeit folgerichtig zu einer Lösung: Selbstmord oder Wiederherstellung.“ (Der Mythos des Sisyphos)

Meine These ist: Philosophie kann aus Krisen, gesellschaftlicher und individueller Art entstehen. Und: Philosophie kann bei individuellen und gesellschaftlichen Krisen Wege aus diesen hinaus weisen. Insbesondere die Philosophie der Stoa und der Stoiker hat in der Antike gezeigt, wie der Mensch durch Selbsterkenntnis Krisen überstehen oder sogar gestärkt aus ihnen hervorgehen kann.

Schauen wir uns aber einmal konkret unsere Finanz- und Wirtschaftskrise an. Hat sich nicht mit einer grundsätzlichen Verirrung des Menschen zu tun – eine Verirrung, die zu philosophischer Selbstreflexion anregt, die philosophisch analysiert werden kann? Waren ihre Gründe nicht auch grenzenlose Gier und skrupellose Bereicherung, Verblendung des Menschen in einem von ihm nicht mehr analysierbaren (Finanz-)System sowie mangelnde innere Souveränität und fehlende Distanz zu den äußeren Dingen?

Wie unbedeutend sind Reichtum, Luxus, Ausschweifung und Ruhm – wie wichtig dagegen die Seele und die Tugend

Die griechischen Philosophen seit Sokrates betonten immer wieder, wie unbedeutend äußere vergängliche Werte wie Reichtum und Ruhm sind und wie bedeutsam es sei, sich um die eigene Seele zu kümmern und ein vernünftiges und tugendhaftes Leben zu führen. Als Sokrates der Verführung der Jugend angeklagt wurde, argumentierte er laut Platon in seiner Verteidigungsrede angesichts der Oberflächlichkeit der Athener Gesellschaft, die uns vielleicht durchaus aktuell erscheinen mag, folgendermaßen:

„Wie, bester Mann, als ein Athener aus der größten und für Weisheit und Macht berühmtesten Stadt, schämst du dich nicht, für Geld zwar zu sorgen, wie du dessen aufs meiste erlangest, und für Ruhm und Ehre; - für Einsicht aber und Wahrheit und für deine Seele, daß sie sich aufs beste befinde, sorgst du nicht, und hierauf willst du nicht denken?“ [...] Denn nichts anderes tue ich, als daß ich umhergehe, um Jung und Alt unter euch zu überreden, ja nicht für den Leib und für das Vermögen zuvor noch überall so sehr zu sorgen als für die Seele, daß diese aufs beste gedeihe, zeigend, wie nicht aus dem Reichtum die Tugend entsteht, sondern aus der Tugend der Reichtum und alle andern menschlichen Güter insgesamt, eigentümliche und gemeinschaftliche“ (Apologia)

Und auch Epikur, der manchen als Philosoph der grenzenlosen Lust galt, aber in Wahrheit nicht Ausschweifungen, sondern maßvolles Genießen und vornehmlich die Vermeidung der Unlust durch maßvolle Triebe predigte, schrieb schon 300 v. Chr. über die grenzenlose Gier nach Geld: *„Den Menschen nützt der unnatürliche Reichtum nicht mehr als Wasser einem vollen Gefäß. Man wird mit Notwendigkeit bemerken, dass beide außen überlaufen.“*

Und Seneca, eine Zeitlang Berater Neros, schrieb über das Scheinriesentum der VIPs seiner Zeit:

„Wer aufgrund seines Reichtums und seiner Ehrenstellung einen höheren Rang einnimmt, ist nicht groß. Warum erscheint er aber als groß? Weil man ihn mit dem Sockel misst.“ (Moralische Briefe an Lucilius, IX, LXXVI, 31)

Seneca zufolge seiner nicht der an Geld reiche glücklich, sondern derjenige, *„dessen Hab und Gut geistiger Natur ist; er ist aufrecht, von erhabener Gesinnung, verachtet, was man allgemein bewundert, kennt keinen, mit dem er tauschen möchte, beurteilt einen Menschen nur nach seinem menschlichen Wert“ (Moralische Briefe an Lucilius, V, 45, 9).*

Was den Menschen teuer zu stehen komme, so Seneca, sei nicht der körperliche Hunger, sondern jener nach Ruhm, der Ehrgeiz (*Moralische Briefe an Lucilius, VI, LX, 3*). Wirklich reich sei, *„wer arm an Begierden ist“ (Briefe 29)*, denn er hat immer genug.

Die Vergleichgültigung des Unverfügbaren

Die zentrale Lebensregel der Stoiker, ihr Rat an uns, wie wir mit Sicherheit trotz aller äußerer Krisen unsere innere Zufriedenheit bewahren können, kann man zusammenfassen als die Vergleichgültigung des Unverfügbaren. Wir können dann souverän und unerschütterlich mit Krisen (gesellschaftlichen, wirtschaftlichen, persönlichen) umgehen, wenn wir es schaffen, unabhängig von dem zu werden, was nicht in unserer Macht liegt.

Wenn man das, was nicht in unserer Macht steht, als wesentlich für unser Glück ansieht, geht man das Risiko ein, unglücklich zu werden, ohne dass man etwas dagegen unternehmen kann. Der Mensch jedoch, der nur das als wesentlich ansieht, was in seiner Hand liegt, was er unabhängig von den Wechselfällen des Schicksals allein aus sich heraus, autark sozusagen, erreichen kann, wird mit großer Sicherheit ein glückliches, zumindest ein zufriedenes, oder allermindestens ein nicht unglückliches Leben führen.

In diesem Sinne wurden die äußeren Güter als so genannte „Adiaphora“ als weder gut noch schlecht betrachtet. Sie werden gleichgültig. Der um 100 n.Chr. lebende freigelassene Sklave Epiktet hat in seinem „Handbüchlein der Moral“ (hier zitiert und resümiert: I, 1-3) sauber Buch geführt, über das, was in unserer Gewalt steht, und das, was von äußeren Umständen abhängt. Unser Eigentum in diesem Sinne sind die Meinungen unserer Vernunft, aber auch unsere Begierden, da diese letztlich von der Zustimmung unserer Vernunft abhängen – soweit waren die Stoiker Rationalisten. Aber alles Äußere, schon unser Körper und sein Wohlbefinden, noch mehr aber „Vermögen, Ansehen, Ämter“ sind nicht wie die Bewegungen unserer Verstandeskraft ganz unser Werk, hängen von äußeren Umständen und dem Tun anderer Menschen ab; wir beherrschen diesen Bereich also nicht souverän. Was in unserer Gewalt liegt, ist frei, kann von anderen nicht „verhindert, noch in Fesseln“ geschlagen werden. Wichtig für eine zufriedene Lebensführung ist es nun, das eine vom anderen zu unterscheiden, und eben nicht fälschlich zu glauben, dass die äußeren Dinge uns wirklich eigen sind. Unsere Meinung gehört uns, aber nicht unser Hab und Gut. Wir besitzen Verstand, jedoch in diesem Sinn keine Kleider – und jeder mögliche Reichtum ist uns nur vorübergehend vom Schicksal geliehen. Mit dieser Einstellung wird uns das Falle unserer Aktien nicht wirklich erschüttern können.

Letztlich stoisch inspiriert ist somit auch das sog. Gelassenheitsgebet des deutsch-amerikanischen Theologen und Philosophen Reinhold Niebuhr, das als Leitspruch der anonymen Alkoholiker Berühmtheit erlangte: *„Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“*

Seelenruhe und Leidenschaftslosigkeit

Man ist gewappnet gegen alle Krisen, indem man ohne aufwühlende Leidenschaften in Seelenruhe und Ausgeglichenheit sein Leben führt. Um sicher und ruhig, somit zufrieden und glücklich leben zu können, müsste man bedürfnislos werden (d.h. von äußeren materiellen Gütern unabhängig werden – wie Diogenes in der Tonne, der als sog. Kyniker – von Kynos, der Hund, er lebte einfach wie ein Hund – ein Vorgänger der Stoiker war).

Man sollte sich auch von den gefährlichen Leidenschaften trennen, die oft Unglück mit sich brachten. (Das Leidenschaft Leiden schafft – wussten schon die alten Griechen): Leidenschaftslosigkeit heißt *Apatheia* – dies war ein zentrales Ziel der Stoiker (nicht zu verwechseln mit der dumpfen Apathie).

Damit kann man dann die Seelenruhe, die *Ataraxia* erreichen. Wie die Oberfläche eines See ohne Wind (d.h. ohne aufbrausende Leidenschaften), so ruhig sollte der Geisteszustand sein. Montaigne, eine Art Neo-Stoiker der frühen Neuzeit, beschrieb die *Ataraxia* so: *„Diese besteht in einer ruhigen und stillen Lebensart, die von allen heftigen Bewegungen frey“*.

In Übereinstimmung leben (mit Natur, mit Vernunft, mit sich selber) = Tugend!

Von den Stoikern ist die Forderung überliefert, „in Übereinstimmung zu leben“ (so Zenon von Kition, 336-264 v.Chr, der Gründe der Stoa – Stoa heißt griechisch übrigens „Säulenhalle“ – und in ein solch einer, philosophierte diese Schule). Damit ist wohl eine Art innerer Übereinstimmung gemeint, Harmonie und Ausgeglichenheit, ohne große Ausschläge von „himmelhoch jauchzend“ oder „zu Tode betrübt“.

Der Spruch ist auch in der Form überliefert, man solle in „in Übereinstimmung mit der Natur leben“: damit ist gemeint die natürliche und damit vernünftige Weltordnung, der man sich fügen, mit der man in Harmonie leben sollte. Für Chrysippos von Soli (281/76-208/04 v. Chr.), Zenons Nachfolger, war „das höchste Ziel das Leben in Übereinstimmung mit der Natur, was im Sinne der Tugend zu leben bedeutet; denn zu ihr führt uns die Natur hin“ (Fragment aus der verlorenen Schrift „Über die Natur des Menschen“, zitiert von Diogenes Laertios, VII 87).

Gemeint sein kann auch die Übereinstimmung mit sich selbst. Wenn man mit sich im reinen ist, keine widerstrebenden Antriebe sein eigen nennt, lebt man in Ruhe und Zufriedenheit. „Das höchste Gut“, so Seneca, „ist die Harmonie der Seele mit sich selbst“ (Über das glückselige Leben). Da aber für die Stoiker die menschliche Seele Teil einer Weltvernunft war, und diese wiederum die Natur beherrsche, war man, sofern man in Übereinstimmung mit seiner eigenen Natur dachte, fühlte und handelte, auch in Harmonie mit der vernünftigen Natur der Welt. Wir hören hierzu wieder Seneca:

„Glücklich ist also ein Leben in Übereinstimmung mit der eigenen Natur, das nur gelingen kann, wenn die Seele erstens gesund ist, und zwar in dauerndem Besitz ihrer Gesundheit, sodann tapfer und leidenschaftlich, ferner auf schöne Weise leidensfähig, den Zeitumständen gewachsen, um den ihr zugehörigen Körper besorgt, aber ohne Ängstlichkeit; zudem in bezug auf die anderen Dinge, die zur Lebensgestaltung dienen, gewissenhaft, doch ohne übertriebenes Interesse für irgend etwas, willens, die Geschenke des Glücks zu nutzen, nicht aber ihnen zu dienen.“ (Über das glückselige Leben - De vita beata). Und an anderer Stelle: „Wer volle Einsicht besitzt, beherrscht sich selbst, wer sich selbst beherrscht, bleibt sich gleich, wer sich gleich bleibt, ist ungestört, wer ungestört ist, ist frei von Betrübnis, wer frei von Betrübnis ist, ist glücklich: also ist der Einsichtige glücklich und die Einsicht genügt zum glücklichen Leben.“ (Moralische Briefe an Lucilius, XI-XIII, LXXXV, 2)

Fatalismus

Ins Schicksal sollte man sich des weiteren gefügig ergeben: „*fata volentem ducunt, nolentem trahunt!*“ (Seneca: *Moralische Briefe an Lucilius*, VII, XVIII, 107, 11; auch Kleantes von Assos, 331-233 v. Chr., „Hymnus an Zeus“, zugeschrieben). Das Schicksal führt den, der in es einwilligt, den, der nicht willig ist, zieht es. Dies war ein typisches Sprichwort der Stoiker: Es hat keinen Sinn, gegen das Unvermeidlich zu rebellieren, sich dagegen aufzulehnen. Wer in das Schicksal einwilligt, es bejaht, wird besser leben, als der, der sich gegen den Zug der Kette wehrt – dem wird sie ins Fleisch schneiden – genau wie bei einem Hund, der sich dem Zug der Leine beugen oder vergebens versuchen kann, ihm zu widerstehen). Die stoische Philosophie war also wesentlich fatalistisch. Man wird – so die Stoiker – mit Krisen am besten fertig, indem man in den Lauf des Schicksals einwilligt, statt sich gegen das Unvermeidliche zu sträuben. Marc Aurel, der stoische Philosoph auf dem Kaiserthron, schrieb:

„Mache den Versuch - vielleicht gelingt Dir's - zu leben wie ein Mensch, der mit seinem Schicksal zufrieden ist, und, weil er recht handelt und liebevoll gesinnt ist, auch den inneren Frieden besitzt.“ (Selbstbetrachtungen)

Denn, so Marc Aurel, „was immer dir widerfahren mag, seit ewig war es dir bestimmt“ (ebd). Das heißt aber nicht passiv bleiben: „Das Universum ist Veränderung, unser Leben ist, was wir daraus machen.“ Statt das Schicksal zu beklagen soll man das Beste daraus machen.

Und wieder Seneca versuchte die Menschen krisenfest zu machen, indem er sie davor warnte, das Leben für planbar und die Zukunft für voraussehbar zu halten:

„Wie töricht ist es, über sein Leben verfügen zu wollen; wir sind nicht einmal Herr über den morgigen Tag! Ob, wie unsinnig ist die Hoffnung jener, die langwierige Dinge unternehmen [...]! Alles, glaube mir, ist auch dem Glücklichen ungewiß; niemand darf sich von der Zukunft das Geringste versprechen.“ (Moralische Briefe an Lucilius, XVII, CI, 4)

Die Betonung der Allgewalt des Schicksals mag wie eine Verneinung der menschlichen Freiheit klingen. Aber für die Stoiker galt das Umgekehrte: Freiheit, so Seneca, *„erreicht man durch nichts anders als durch Gleichgültigkeit gegen das Schicksal“ (Vom glückseligen Leben, IV, 4)*. Oder, wie die früh gestorbene Janis Joplin sang: *„Freedom’s just another word for nothing left to lose“* (Me and Bobby McGee)

Sich nicht ärgern – sich nicht wundern

Gelassen war der Stoiker angesichts des Staunenswerten und Erschreckenden. Man solle sich über nichts wundern, sich nicht über die Fehler der anderen ärgern. *„Wie lächerlich und weltfremd ist der“*, so schrieb Marc Aurel, *„der sich über irgend etwas wundert, das im Leben vorkommt“ (Selbstbetrachtungen)*. Und so frech und unmöglich ihr Nachbar auch sein, nehmen Sie es gelassen mit Marc Aurel:

„So oft du an der Unverschämtheit jemandes Anstoß nimmst, frage dich sogleich: Ist es auch möglich, daß es in der Welt keine unverschämten Leute gibt? Das ist nicht möglich. Verlange also nicht das Unmögliche.“ (Selbstbetrachtungen IX, 42)

Über menschliche Schwächen, gar Abgründe, sich erschrecken kann ein Mensch nicht mehr, der erkannt hat, das in ihm all jenes so Erschreckenswerte wie in jedem Menschen auch angelegt sei. So zitierte Seneca Terenz: *„Ich bin ein Mensch und meine, dass mir nichts fremd ist, was Menschen betrifft“ (Moralische Briefe an Lucilius, XV, 95, 53; ursprünglich soll der Ausspruch auf Menandros, 342/41-291/90 v.Chr., zurückgehen)*.

Wenn man ein Übel findet, müsse man – so Marc Aurel – , bevor man sich beklage, nach der Ursache fragen. Liegt es an einem selber, muss man sich ändern, kommt es von einem anderen, liegt es an den „Atomen oder den Göttern“, die man beide nicht auf die Anklagebank setzen kann. Also gelt: *„kannst du, so bessere den Urheber; kannst du das aber nicht, so bessere wenigstens die Sache selbst; kannst du aber auch das nicht, wozu frommt dir das Anklagen? Denn ohne Zweck soll man nichts tun.“ (Selbstbetrachtungen, VIII, 17)*.

Distanz zu den Dingen – Gelassenheit (Heidegger)

Jene stoische Gelassenheit kann man nun auch heute zu der Welt der Wirtschaft, der Welt der Medien oder der Welt der Technik entwickeln. Sie nicht negieren, ihr nicht wie ein moderner Robinson oder Aussteiger entfliehen, jedoch eine gesunde Distanz entwickeln, sich nicht von ihr vereinnahmen zu lassen, sich im innersten Herzen der eigenen Identität nicht von dieser äußeren Welt berühren, gar abhängig machen lassen. Und das formulierte ein Philosoph des 20. Jahrhunderts, nämlich Heidegger in einer Rede über Gelassenheit und Technik:

„Es wäre töricht blindlings gegen die technische Welt anzurennen. Es wäre kurzsichtig, die technische Welt als Teufelswerk verdammen zu wollen. Wir sind auf die technischen Gegenstände angewiesen; sie fordern uns sogar zu einer immerzu steigenden Verbesserung heraus. Unversehens sind wir jedoch so fest an die technischen Gegenstände geschmiedet, daß wir in die Knechtschaft zu ihnen geraten. Aber wir können auch Anderes. Wir können zwar die technischen Gegenstände benutzen und doch zugleich bei aller sachgerechten Benützung uns von ihnen so freihalten, daß wir sie jederzeit loslassen. Wir können die technischen Gegenstände im Gebrauch so nehmen, wie sie genommen werden müssen. Aber wir können diese Gegenstände zugleich auf sich beruhen lassen als etwas, was uns nicht im Innersten und Eigentlichen angeht. Wir können ‚ja‘ sagen zur unumgänglichen Benützung der technischen Gegenstände, und wir können zugleich ‚nein‘ sagen, insofern wir ihnen verwehren, daß sie uns ausschließlich beanspruchen und so unser Wesen verbiegen, verwirren und zuletzt veröden. [...] Wir lassen die technischen Gegenstände in unsere tägliche Welt herein und lassen sie zugleich draußen, d.h. auf sich beruhen als Dinge, die nichts Absolutes sind, sondern selbst auf Höheres angewiesen bleiben. Ich möchte diese Haltung des gleichzeitigen Ja und Nein zur technischen Welt mit einem alten Wort nennen: die Gelassenheit zu den Dingen. [...] Ich nenne die Haltung, kraft deren wir uns für den in der technischen Welt verborgenen Sinn offen halten: die Offenheit für das Geheimnis.“ (Gelassenheit, 22)

Ethisch-politisches Engagement als tugendhafte Pflichterfüllung – doch mit innerer Distanz

Um wieder in die Antike zurückzukehren: Die Stoiker waren nicht etwa weltabgewandte Eigenbrötler. Vielmehr waren es durchaus politisch und moralisch engagierte Pflichtmenschen. Was allein zähle sei die Tugend. Letztlich trage die gute Tat den Lohn in sich – unabhängig, ob sie von Erfolg gekrönt oder gar von egoistischer Befriedigung begleitet sei. „Der Lohn einer richtigen Tat besteht darin, sie getan zu haben“ – „Der Preis der Tugenden liegt in ihnen selbst“ (Moralische Briefe an Lucilius; X 81 und X, LXXXI, 19) – so Seneca.

Dies Leben der Pflicht ist nicht bequem, aber letztlich befriedigend. „Zu leben“ so Seneca, „heißt zu kämpfen“ (Moralische Briefe an Lucilius, XVI, XCVI, 5). Und vor scheinbar schwierigen Aufgaben zurückschrecken mache das Leben Seneca zufolge erst schwierig: „Nicht weil es schwierig ist, wagen wir es nicht, sondern weil wir es nicht wagen, ist es schwierig.“ (Moralische Briefe an Lucilius, XVII/XVIII, CIV, 26)

Das kann heute bedeuten: Ob du Politiker oder Manager bist, tue gewissenhaft das Beste, handle anständig und pflichtbewusst, ohne Lohn zu erwarten, ohne mit deiner Seele so involviert zu sein, das ein Scheitern deine Identität bedrohen könnte. Tue auf dem Platz, auf den du im Leben gestellt bist, deine Pflicht. Wahre aber Distanz, handle letztlich wie ein Schauspieler, der seine Rolle so gut wie möglich spielt. Du spielst im Leben deine Rolle: Verwechsle dich selber aber nie mit dieser äußeren Rolle. Oder in Epiktets Worten:

„Erinnere dich, dass du ein Schauspieler in einem Drama bist; deine Rolle verdankst du dem Schauspielerdirektor. Spiele sie, ob sie nun kurz oder lang ist. Wenn er verlangt, dass du einen Bettler darstellst, so spiele auch diesen angemessen; ein Gleiches gilt für einen Krüppel, einen Herrscher oder einen Durchschnittsmenschen. Denn das allein ist deine Aufgabe: Die dir zugeteilte Rolle gut zu spielen; sie auszuwählen, ist Sache eines anderen.“ (Handbüchlein der Moral)

Nutze die Zeit – verschwende sie nicht

Ein weiterer Ratschlag war: Nutze die Zeit, verschwende sie nicht. Und eine besonders gefährliche Art der Verschwendung ist, das Richtige immer hinauszuschieben, mehr in der Zukunft der Pläne als in der Gegenwart der Verwirklichung zu leben. In seiner Schrift „Von der Kürze des Lebens“ schrieb Seneca:

„Nun aber bringt doch den allergrößten Verlust an Lebenszeit das Hinausschieben mit sich. Man lässt gerade den bestehenden Tag verstreichen und bestiehlt die Gegenwart, weil man sich auf das Späterkommende vertröstet. Das größte Hindernis des Lebens ist die Erwartung, die sich auf den nächsten Tag richtet und das Heute verliert.“ (Von der Kürze des Lebens IX)

Wir modernen, immer gehetzten Menschen klagen über die wenige Zeit, die uns bleibt. Doch das wahre Problem ist die Zeit, die wir einfach verstreichen lassen, ohne sie ernsthaft zu füllen. Seneca schrieb:

„Es ist nicht wenig Zeit, die wir haben, sondern es ist viel Zeit, die wir nicht nutzen.“ (Von der Kürze des Lebens - De Brevitate Vitae 1, 3) – „Ein kleiner des Lebens ist es, während der wir leben. Die übrige Spanne insgesamt allerdings ist nicht Leben, sondern einfach Zeit“ (ebd, 2, 2)

Nutze also jeden Augenblick. Nicht indem du dich blind in den Genuss oder die Arbeit stürzt, beides auf ähnliche Weise eine Flucht, sondern indem du bewusst lebst und offenen Auges entscheidest, wie du deine Stunden nutzt. Das Leben im heute heißt nicht, das morgen zu vergessen und unvernünftig zu handeln, sondern im jeden Moment das richtig erkannte tun und nicht mit Ausreden über das Morgen das Heute zu versäumen. Seneca riet: *„Alle Stunden umfasse mit beiden Armen. So wirst du weniger vom Morgen abhängen, wenn auf das Heute du die Hand legst.“ (Moralische Briefe an Lucilius, I, I, 2)* Oder noch drastischer Marc Aurel: *„Du machst Dir Dein Leben leichter, wenn Du jeden Tag so lebst, als wäre es Dein letzter.“ (Selbstbetrachtungen)*

Berühmt ist in diesem Zusammenhang das „Carpe Diem“ des Epikureers Horaz, das im Zusammenhang zitiert so lautet:

„Lebe mit Verstand, kläre den Wein und beschränke ferne Hoffnung auf kurze Dauer! Noch während wir reden, ist die missgünstige Zeit schon entflohen: Nutze den Tag [wörtlich: Pflücke den Tag – Carpe Diem], und glaube so wenig wie möglich an den nächsten!“ (Carmen 1,11)

Das heißt höchste Konzentration, nicht Zerstreuung – Konzentration auf das Wesentliche, statt das geschäftige Umherschweifen, statt dem Stress, immer und überall sein zu wollen. Denn, so Seneca, *„nirgendwo ist der, der überall ist“ (Moralische Briefe an Lucilius, I, II, 2)*

Bewusstsein ist entscheidend. Bewusst mit Verstand und Charakter handeln, das Leben in die Hand nehmen und es führen, statt von anderen oder anderem geführt werden. Wenn man irgendwo angelangt ist, muss man Rechenschaft geben, warum man dahin gekommen ist, statt verdutzt zu fragen, was einem an diesen Punkt des Lebens denn getrieben hat. Das heißt Freiheit. *„Schimpflich ist es“, so Seneca, „nicht zu gehen, sondern sich treiben zu lassen und mitten im Wirbel der Dinge verblüfft zu fragen: Wie bin ich bloß hierher gekommen?“ (Moralische Briefe an Lucilius, IV, XXXVII, 5)*

Man solle auch nicht seine Zeit leichtfertig verschenken. Man werde ja auch nicht gedankenlos an den erstbesten sein Eigentum dahingeben. Aber wie oft geben wir Menschen und Dingen Zeit als Spende, ohne nachzudenken, ob das nicht eine Verschwendung ist. Mit der Zeit soll man geiziger sein als mit dem Besitz.

Und die beste Entscheidung bei der Verteilung der Zeit, bei der Auswahl der Beschäftigungen im Leben ist, und damit kann ich sie beruhigen, dass sie heute keine Zeit verloren haben, jene mit der Philosophie. Also das Nachdenken, die Reflexion über das richtige Leben, die Voraussetzung bewusster Lebensführung. Das ist wahre Muße, so Seneca: *„Einzig von allen sind der Muße hingegeben, die für Philosophie Zeit haben, sie allein leben“ (Von der Kürze des Lebens, XIV 1)*

Viele Menschen, die nie philosophiert haben, die nie ernsthaft über ihr Leben nachgedacht haben, sondern sich treiben ließen, müssen sich, geht das Leben seinem Ende entgegen, fragen, ob sie wirklich gelebt haben. Das sei das Schlimmste: die uns geschenkte Lebenszeit nicht genutzt zu haben. Das sei viel gravierender, als die Tatsache, das die uns vergönnte Spanne auf Erden eine endliche ist. „Nicht den Tod sollte man fürchten“, so Marc Aurel, „sondern dass man nie beginnen wird, zu leben“ (Selbstbetrachtungen).

Die Gelassenheit vor dem Tode – der Freitod als Ausweg

Den Tod nicht zu fürchten, dies lehre auch die Philosophie. Schon Platon hatte Philosophie düster als Sterben lernen definiert. Und Seneca schrieb: *"Leben muss man ein Leben lang lernen, und, darüber wirst du dich vielleicht am meisten wundern: ein Leben lang muss man sterben lernen."* (Von der Kürze des Lebens)

Der Tod war für die Stoiker kein Schrecken, sondern ein beruhigender Notausgang. Vor großen Schmerzen und Unglück blieb für den Stoiker immer der Ausweg, sich durch den Selbstmord aus diesem Leben zu stehlen. Und dem Tod selber, so exerzierte es Seneca etwa beispielhaft vor, sollt man mit Fassung und Ruhe, gar mit Gleichgültigkeit ins Auge schauen. Für Seneca verlor der Tod in der philosophischen Betrachtung jeglichen Stachel. Er ist das Ende alles Leidens und gerade jener erstrebte Bewegungs- und Schmerzlosigkeit in absoluter Ruhe:

„Der Tod löscht alle Schmerzen aus. Er ist ihr Ende, und über ihn geht unser Leiden nicht hinaus. Er führt uns wieder in den gleichen Ruhezustand zurück, in dem wir uns vor der Geburt befunden haben.“ (Tröstschrift an Marcia, XIX, 5)

Und Epikur stellte die so einfach anmutende Überlegung an, dass der Tod uns nicht berühren kann, weil wir und der Tod uns nie berühren:

„So ist also der Tod, das schrecklichste der Übel, für uns ein Nichts: Solange wir da sind, ist er nicht da, und wenn er da ist, sind wir nicht mehr. Folglich betrifft er weder die Lebenden noch die Gestorbenen, denn wo jene sind, ist er nicht, und diese sind ja überhaupt nicht mehr da.“ (Brief an Menoikos)

Der große Rhetoriker Cicero schließlich beschrieb das Ideal des stoischen Weisen folgendermaßen:

„Ein solcher ist bereit, Schmerzen zu ertragen, denn er weiß, dass die größten mit dem Tode enden, dass die kleinen viele Pausen der Ruhe haben und dass man Herr der mäßigen Schmerzen werden kann, so dass die erträglichen ausgehalten werden können, und bei den härteren man mit Seelenruhe das Leben, wenn es nicht gefällt, wie ein Theater verlassen kann.“ (Fünf Bücher über das höchste Gut und Übel, 1. Buch, Kapitel XV, § 49)

Ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit und wünsche Ihnen unerschütterliche Weisheit angesichts aller Krisen!