Epikur, der viel geschmähte Lehrer für Jahrtausende

Der griechische Philosoph Epikur, der im dritten Jahrhundert vor Christus lebte, war bestimmt nicht der erste, der erkannte, dass alles, was der Mensch eigentlich möchte, ist glücklich zu sein und dass alles andere zweitrangig sein sollte.

Ein solche Lehre ist aber gefährlich und für alle ein Ärgernis, die darauf bestehen, dass der Mensch höheren Idealen folgen soll. Religion, Ethik und Politik fordern, dass ein Mensch vor allem für die Gemeinschaft da sein soll. Da geht es darum, dauerhafte Werte zu schaffen, den Staat (in Wirklichkeit die Machthaber) zu fördern, den Geboten Gottes (bzw. der Priesterschaft) zu gehorchen usw. Schaut man genauer hin, entdeckt man hinter den meisten Forderungen das eigene Interesse der Fordernden. Die von anderen Altruismus erwarten, sind häufig die größten Egoisten. Die Regierenden aller Zeiten wurden nicht müde, von ihren Untertanen Bescheidenheit, Wohlverhalten und Zurückhaltung zu fordern, um selbst umso mehr Privilegien und Reichtum genießen zu können.

Die Lehren Epikurs sind daher bei den Privilegierten nach wie vor suspekt. Für den normalen Menschen, der sein Glück, nicht aus dem Wohlstand, den andere für ihn erarbeiten, gewinnen kann, sind vielleicht die folgenden Freiheiten Epikurs[1] keine so schlechten Ziele:

Frei sein **von** etwas:

- Freiheit von Obrigkeit
- Freiheit von öffentlichen Geschäften
- Freiheit von Furcht vor einem rachsüchtigen Gott
- Freiheit von Angst vor dem Tode
- Freiheit von Angst vor Schicksalsschlägen, Unfällen und Katastrophen
- Freiheit von Sucht und Leidenschaften
- Freiheit von äußeren Bedürfnissen

Freiheit **zu** etwas:

- Freiheit, dem eigenen Gewissen zu gehorchen
- Freiheit, die selbst gewählten Tugenden zu pflegen
- Freiheit, Leistung allein aus eigenem Antrieb zu vollbringen

Es fällt sofort auf, dass in dieser Liste nicht die Freiheit von menschlichen Bindungen vorkommt. Denn die menschlichen Beziehungen sind nicht nur eine Quelle von Mühen (Sartre: „Die Hölle, das sind die anderen“), sondern sie sind auch die wichtigste Quelle von Glück und Wärme.

Also wir wollen das Kind nicht mit dem Bad ausschütten. Wir wollen nur von den Dingen frei sein, die mehr Last als Lust bedeuten, wir wollen aber auch die Freiheit für etwas haben, wenn es mehr Lust als Last bietet.

---

[1] nach E. Orthbrand, Geschichte der großen Philosophen, Verlag Dausien

Sind wir deshalb pure Egoisten oder verantwortungslose Gesellen, wenn wir diesen Grundsätzen Epikurs folgen? Diese Vorwürfe wurden den Epikureern zumindest häufig gemacht. Berechtigt sind solche Anschuldigungen wohl nur gegenüber dem Vulgär-Epikureismus, einem falsch verstandenen primitiven, kurzsichtigen Glücksstreben, das nicht erkennt, dass jeder Einzelne Teil eines größeren Systems ist und er nicht auf Dauer glücklich sein kann, wenn dieses übergeordnete System vollends zuschanden kommt. Wir wollen aus ganz egoistischen Gründen keine Parasiten sein. Ein Parasit stirbt schließlich zusammen mit seinem Wirt, dessen Tod er verschuldet hat. Wir wollen nicht die Gans schlachten, die goldene Eier legt!

Wie aktuell sind die Freiheitsforderungen Epikurs?

Freiheit von Obrigkeit wäre vielleicht schön, ist aber nicht zu haben. Am besten wir leben mit der Obrigkeit und dem Bürokratismus, ohne uns zu viel darüber zu ärgern.

Freiheit von öffentlichen Geschäften ist ein typischer Wunsche eines antiken Atheners, die sich in ihrem Stadtstaat politisch engagieren mussten, was nicht immer angenehm war. Für den heutigen Menschen soll das wohl heißen, dass er sich vor zu viel Ehrgeiz hüten sollte. Ehrgeiz ist nicht anderes als ein übersteigertes Bedürfnis nach einer Steigerung des Selbstwertgefühl durch das Ansehen, das man bei anderen genießt oder die Macht, die man über sie ausübt.

Das Selbstwertgefühl brauchen wir zum Glücklichsein. Niemand kann glücklich sein, der sich selbst für minderwertig hält. Aber: das Selbstwertgefühl darf nicht von anderen Dingen wie der öffentlichen Anerkennung abhängen, sonst werden wir Sklaven der Meinung anderer. Das Selbstwertgefühl sollte auch nichts mit Besitz zu tun haben, nicht einmal mit dem Erfolg. Es geht um das Glücklichsein, nicht um Geld, Besitz, Ehre, Ansehen, Erfolg, Sicherheit usw.

Die Freiheit von Furcht vor einem rachsüchtigen Gott war für Epikur wichtig, denn seine Mitwelt litt unter der Geisel recht handfester Horrordrohungen durch Religion und Aberglauben. Vielleicht haben wir weniger Angst vor einem rächenden Gott, aber wir haben immer noch Angst, dass sich unsere „Sünden“ rächen. Sünden sind Fehler, die wir in der Vergangenheit begangen haben und bei denen wir gegen ethische Prinzipen verstoßen haben, die uns von den menschlichen Autoritäten, den Eltern, den Lehrern, dem Pfarrer, den Behörden usw. als Richtschnur eingeimpft wurden. Diese ethischen Prinzipien sind durchaus nicht alle altes Eisen, wenn sie auch schon länger überliefert sind. Ethische Gebote können kondensierte Weisheit einer ganzen Menschheitsgeschichte sein. Diese Ethik brauchen wir. Wenn wir gegen sie verstoßen, richten wir unvermeidlich Schaden an, dessen Folgen schließlich auch auf uns zurückfallen. Ein solches nützliches, allgemein gültiges Gebot ist die goldene Regel, die verlangt, dass man niemanden etwas antun soll, was man selbst nicht von anderen erfahren möchte.

Aber nicht jede „ethische“ oder religiöse Regel ist gut, nur weil sie sich schon sehr lange gehalten hat. Die Religionen sind voll von unsinnigen Tabus. Das sind keine grundsätzlichen Regeln, sondern es sind Verhaltensvorschriften, die in einer anderen Zeit und unter anderen Umständen gültig waren. Dazu gehören Speisenvorschriften. Man kann doch wirklich nicht verstehen, warum für eine Gruppe Schweinefleisch, für eine andere Rindfleisch, für die nächste das Fleisch von Krustentieren tabu ist. Manche sexuellen Tabus gehören auch in diese Kategorie z.B. die Unberührbarkeit einer

menstruierenden Frau. Das Verbot von Sex mit Kindern allerdings zähle ich zu den gültigen Regeln, die unabhängig von Zeit und Gesellschaft berechtigt sind, um Schaden von der Gemeinschaft fern zu halten.

Angst vor dem Tod war für Epikur aus philosophischen Gründen sinnlos. Er erläuterte: „Gewöhne dich an den Gedanken, dass der Tod uns nichts angeht. Denn alles Gute und Schlimme beruht auf der Wahrnehmung. Der Tod aber ist der Verlust der Wahrnehmung." Er meinte also, weil wir das eigene Sterben ohnehin nicht mitbekommen, brauchen wir auch keine Angst davor haben. Die neuzeitlichen Untersuchungen von Nahe-Tod-Erlebnissen gehen sogar noch weiter. Sie schildern uns die Erfahrung des Sterbens so angenehm, dass die meisten, die beinahe gestorben sind, gar nicht mehr zurück kommen wollten. Ob und wie es nach dem Tod weitergeht, kann eigentlich auch nicht Ursache von Angst sein, sollte uns aber auch nicht zu unbegründeten Hoffnungen verleiten, die die Aufmerksamkeit von diesem Leben, das wir im Augenblick sicher haben, abzieht.

Aber natürlich ist die philosophische Erkenntnis eines und unsere Psyche eine anderes. Wer glaubt, dass er durch reine intellektuelle Erkenntnis eine tiefsitzende Angst oder gar die Furcht vor dem Tod überwinden kann, der ist ein blinder fanatischer Anhänger der Philosophie. Und das war wohl auch in gewisser Weise Epikur. Wir können uns von seinen richtigen und wegweisenden Gedanken durchaus führen lassen, aber sie sind nur Wegzeiger, den schweren Weg müssen wir selber gehen. Wir müssen dazu viel mehr aufbringen als Erkenntnis. Man muss den Berg erklimmen, nicht nur betrachten.

Wie sollten wir nach Meinung Epikurs die Freiheit von Angst vor Schicksalsschlägen, Unfällen und Katastrophen erreichen?

Vielleicht können wir au folgender Aussage dieser Frage näher kommen:

„Das Schmerzende verweilt nicht lange Zeit gleichmäßig im Fleische, sondern, sofern es aufs äußerste schmerzt, ist es nur ganz kurze Zeit gegenwärtig, sofern es aber das Lusterzeugende im Fleische bloß überwiegt, dauert es nicht viele Tage. Langandauernde Schwächezustände schließlich zeigen ein Überwiegen des Lusterregenden im Fleische über das Schmerzende."

Wir sollten also keine Angst vor Schmerz haben, weil ein starker Schmerz nicht lange dauert und ein schwacher Schmerz schließlich doch von angenehmen Gefühlen abgelöst oder zumindest überdeckt wird. Ich zweifle allerdings daran, ob diese Erkenntnis genügt, um mir gleich die Angst vor einem befürchteten Schmerz zu nehmen.

Außerdem hat Epikur erkannt:

„Es ist nicht möglich, sich von der Furcht hinsichtlich der wichtigsten Dinge zu befreien, wenn man nicht begriffen hat, welches die Natur des Alls ist, sondern sich durch die Mythen beunruhigen lässt. Es ist also nicht möglich, ohne Naturwissenschaft ungetrübte Lustempfindungen zu erlangen."

Diese Erkenntnis ist bestimmt unbestritten, aber sie ist negativ formuliert. Er meint, dass es nicht möglich sei, glücklich zu sein ohne eine gründliche wissenschaftliche Kenntnis der Natur. Aber er sagt nicht, dass die Naturwissenschaft allein schon glücklich machen würde. Die Naturwissenschaft kann uns sicher helfen, irrationale

Ängste als solche zu entlarven, aber ohne eine gute psychologische Technik kann man diese Ängste sicher nicht loswerden.

Was die Freiheit von äußeren Bedürfnissen betrifft, so ist auch dieser Wunsch natürlich nicht ganz zu erfüllen. Aber hier hilft es, klar zu unterscheiden zwischen echten Bedürfnissen und Wünschen, die uns nur kurzfristig angenehme Gefühle bescheren, uns langfristig aber eher schaden.