

**Stoisch geht das Lama,
ohne Drama**

**Deutsches Transkript
zum
Podcast**

Stoisch geht das Lama, ohne Drama

Einführender Podcast zur Stoa

Deutsches Transkript

Zürich: METIS Podcast Transcriptions 2023

Translation by Eliane Schmid

ES = Eliane Schmid

MH = Michael Hampe

ES: Hallo und willkommen zu Wisdom Talks, dem Podcast zum METIS-Projekt, dem Internetportal für interkulturelle Weisheitsliteratur und Weisheitspraktiken, zu finden unter www.metis.ethz.ch. Mein Name ist Eliane Schmid und ich moderiere den heutigen Podcast, der sich mit der Stoa beschäftigt.

Gestern hörte ich, wie eine Frau ihren Hund als stoischen Esel bezeichnete, weil er sich einfach auf die Strasse setzte, ungeachtet der Kälte und des eisigen Regens. Nicht einmal das Zerran an der Leine konnte ihn von seiner Sitzblockade abbringen. Vielleicht war es nur ein Versprecher, und sie wollte ihn eigentlich einen sturen Esel nennen, aber ich dachte, dies ist ein schönes Beispiel für ein häufiges Missverständnis, nämlich dass stoische Gelassenheit oft als Sturheit interpretiert wird, als eine Haltung, in der nichts eine Rolle zu spielen scheint, eine Art phlegmatischer Blick auf das Leben, als ob stoische Menschen sediert wären. Lasst uns also herausfinden, was die stoische Philosophie eigentlich ist und war.

Michael Hampe, Sie sind der richtige Gesprächspartner für dieses Thema. Willkommen im Studio.

MH: Hallo.

ES: Michael Hampe ist Professor für Philosophie an der ETH Zürich und Initiator des METIS-Projekts. Da er einen Grossteil seiner Karriere zu der Stoa geforscht hat, freue ich mich darauf, Ihnen, Herr Hampe, viele Fragen zur Stoa und unserer heutigen Auffassung davon zu stellen. Herr Hampe, wie würden Sie eine stoische Person definieren?

MH: Nun, eine stoische Person ist jemand mit bestimmten Weisheitsidealen, die nach einer gewissen Ruhe des Geistes, einer gewissen Autonomie in der Führung ihres Lebens strebt, die einfaches Leben mag. Eine Person, für die die Weisheit darin besteht, emotional in der Lage zu sein, das Notwendige, Unvermeidliche, wie zum Beispiel den Tod, zu akzeptieren. Ein Mensch, der in gefährlichen Situationen ruhig bleibt und die Welt liebt, auch wenn sie Leiden birgt, eine Haltung, die «*amor fati*» genannt wurde. Obwohl er sich nicht als Stoiker bezeichnete, sich selbst nicht so beschreiben konnte, war Sokrates in diesem Sinne ein stoischer Weiser.

ES: Ich verstehe. Wann wurde ein solches Idealbild des Menschen geprägt? In welchem Umfeld hat sich die Stoa entwickelt?

MH: Nun, die stoische Philosophie wurde im 3. Jahrhundert v. Chr. von Zenon von Kition gegründet. Er war angeblich ein Kaufmann, der in einem Sturm ein Schiff mit seiner gesamten Fracht, also mit allen Waren, die er verkaufen wollte, verloren hat und deswegen bankrott gegangen ist und sich danach der Philosophie zugewandt hat. Und Sokrates war angeblich eine wichtige Figur für Zenon, wie auch für viele andere philosophische Schulen im antiken Europa, wie die Kyniker, die Skeptiker und die Platoniker.

Als Zenon lebte, war Aristoteles bereits tot, und auch Alexander der Grosse, der Schüler von Aristoteles, und Athen und die Stadtstaaten im Allgemeinen in diesem Gebiet begannen, ihre politische Bedeutung zu verlieren. Alexander hatte ein riesiges Reich gegründet, und dieses Reich war multikulturell. Und es war ein Problem des hellenistischen Reiches und auch des späteren römischen Reiches, dass sie so viele verschiedene Kulturen umfassten, dass die alte aristotelische Unterscheidung zwischen den kultivierten Griechen und den Barbaren ihren Halt verlor.

Eine politische, kulturelle und moralische Desorientierung war die Folge dieser Entwicklung. Es ist daher kein Zufall, dass die Stoiker den Begriff des 'Kosmopolitismus' prägten, dass sie sagten, dass Sklaverei im Allgemeinen ein moralisches No-Go sei und dass wir Orientierung im Leben finden sollten, indem wir uns der Natur oder dem Kosmos zuwenden. Sie waren angeblich die ersten Pantheisten im Westen, die glaubten, dass die Welt an sich göttlich und gut ist, um bewundert zu werden, und dass die Menschen danach streben sollten, in Harmonie mit der Natur zu leben. Die Stoiker wollten die verschiedenen kulturellen, moralischen und politischen Orientierungen im menschlichen Leben durch etwas Grösseres, etwas Allumfassendes, durch die göttliche Natur ersetzen.

Diese Idee war nicht nur in der Antike, sondern auch in der Neuzeit sehr einflussreich. Spinozas Universalismus und Pantheismus wurde von den Stoikern beeinflusst, ebenso wie Kants Universalismus in seiner Moralphilosophie. Und der jüdische Philosoph Karl Löwith, der Deutschland unter der Herrschaft der Nazis verlassen musste, sagte in seiner stoischen Haltung: «Zu glauben, man könne sich im Leben orientieren, indem man auf die Regeln schaut, die Menschen erfunden haben, indem sie versuchen, politischen Institutionen zu gehorchen, ist wie der Versuch, im Meer zu überleben, indem man sich an den Wellen festhält. In der Kultur und im politischen Leben ändert sich alles. Wir müssen uns an etwas orientieren, das relativ viel stabiler ist», meinte Löwith, «als die menschliche Kultur, und das ist wohl die Natur.»

ES: Ich wusste nicht, woher die Bedeutung des Kosmopolitismus kommt, das finde ich sehr interessant, und ich bin auch daran interessiert, mehr über diese Verflechtungen zu erfahren. Sie haben bereits darauf hingewiesen, dass die Stoa nicht einfach in einem Vakuum entstanden ist. Sie entstand in Wechselwirkung mit anderen Denkschulen, die sich mit der Welt und dem Leben befassten. Könnten Sie uns mehr darüber erzählen?

MH: Sicher. Wie ich schon sagte, war Sokrates ein Ausgangspunkt für viele philosophische Schulen zu dieser Zeit und auch für die Stoiker. Aber es war nicht der Sokrates von Platon, der Sokrates, den wir aus Platons Dialogen kannten, der an transzendente Ideen glaubte, sondern der Sokrates von Xenophon, Sokrates der Skeptiker, der in der Tat ein einfaches Leben führte und der in der Öffentlichkeit und nicht in der Akademie lehrte, der ein Anti-Elitist war, ein Handwerker, der glaubte, dass wenn man als Zimmermann oder als Schuster

gute Arbeit leisten kann, so kann man auch in der Lebensführung gute oder schlechte Arbeit leisten, und dass wir wie ein Handwerker versuchen sollten, unser Leben gut zu führen. Er ist ein furchtloser Sokrates, der den Schierlingsbecher ohne zu zögern trinkt. Das ist wichtig für die Stoiker und nicht für derjenige, der die platonische Metaphysik der Ideen vertritt. Aber es gab auch noch andere Einflüsse. Es ist schwer zu sagen, woher die pantheistischen Ideen, auf die ich gerade hingewiesen habe, in der Stoa stammen, vielleicht von den Pythagoräern. Ausserdem wird in dieser Tradition die Rationalität, die Logik betont, dass die Welt nicht nur göttlich ist, sondern dass sie eine rationale, logische Struktur hat, die es uns ermöglicht, die Welt zu verstehen. Die Stoa ist also eine Kombination von natürlicher Frömmigkeit mit Logik und Ethik in einer sehr eigentümlichen Weise, eine Weise, die wir in der Neuzeit bei dem grossen Philosophen Spinoza wiederfinden.

ES: Ich bin froh, dass wir heute über die Stoiker oder die Stoa im Allgemeinen sprechen, weil METIS, wie ich glaube, versuchen will, herauszufinden, was ein gutes Leben oder ein weises Leben ist oder wie man das alles macht. Das ist also sehr interessant. Aber ich frage mich auch, Sie haben uns einen breiten Überblick darüber gegeben, wie sich das alles entwickelt hat, oder die Anfänge, aber woher haben wir diese Quellen, um die Ursprünge jetzt zu verstehen? Ich meine, wir haben ja keine Quellen von den ersten Stoikern, glaube ich. Woher kennen wir eigentlich ihre Gedanken? Und gab es am Anfang auch eine Art Akademie?

MH: Nein, das ist eine sehr wichtige Frage, denn es ist typisch für die Stoiker, dass sie nicht Platon oder Aristoteles nachgeahmt haben, die Akademien hatten. Platon nannte seine Schule 'Akademie', und wir wissen von Aristoteles' Schule, dem 'Lyzeum'. Die Stoiker haben absichtlich keine solche Schule gegründet. Die ersten Stoiker diskutierten also in der Öffentlichkeit, in den Säulengängen des Marktplatzes, und deshalb nannten sie sich Stoiker, vom griechischen '*stoa poikile*', der bemalten Säulen. Das hat auch Sokrates getan. Er lief auch in Athen herum und diskutierte im öffentlichen Raum.

Später soll Epiktet eine Schule gehabt haben, einen Ort, an dem er seine Schüler versammelte und mit ihnen sprach. Aber das Besondere an den Stoikern ist, dass die frühen Stoiker nichts aufgeschrieben haben, genau wie Sokrates, der nur mit anderen Menschen gesprochen hat, und dann hat Platon angeblich aufgeschrieben, was Sokrates gesagt hat.

Alles, was wir zum Beispiel über die Lehre des Epiktet wissen, wurde von seinem Schüler Arrian niedergeschrieben, der ebenfalls ein berühmter Historiker wurde.

Und das meiste, was wir über die Stoiker wissen, kennen wir aus Zitaten anderer Philosophen. Zwei sehr wichtige Autoren in diesem Zusammenhang sind zwei römische Philosophen, Cicero und Seneca. Sie waren auch grossartige Schriftsteller und schufen etwas, das als Ideal der lateinischen Prosa galt. Deshalb wurden ihre Texte in lateinischen Schulen verwendet, und Generationen von Schülern und Schülerinnen, mich eingeschlossen, mussten ihr Latein durch die Lektüre von Cicero und Seneca lernen. Und beide waren Schüler der griechischen Stoiker und zitierten sie. Kant wurde also von Cicero und Seneca beeinflusst, wie auch viele andere Philosophen und Philosophinnen.

ES: Soweit ich weiss, wollten sich die Stoiker nicht auf eine einzige Person als Führer konzentrieren, aber mir scheint, dass dies im Laufe der Zeit unbeabsichtigt dennoch geschah. Könnten Sie mehr über die berühmten Vertreter der Stoa in diesem Fall erklären, von den Leuten, von denen wir die Schriften erhalten haben, zum Beispiel Lucius Annaeus Seneca, den Sie erwähnt haben, das ist sein ganzer Name, wer war er und was hat er gelehrt oder gepredigt?

MH: Ja, ja, ja. Seneca war eine sehr interessante und in vieler Hinsicht eine sehr berühmte Person. Er wurde in Spanien geboren, in Córdoba, wahrscheinlich um das Jahr 4 v. Chr. Und wie Sokrates, musste er im Jahr 65 Selbstmord begehen, weil – und das ist der Ursprung seiner Bekanntheit – sein Schüler, der römische Kaiser Nero, glaubte, er sei Teil einer Verschwörung gegen ihn. Und sein Tod, dass sein Lehrer, Nero, ihm befahl sich zu töten, zeigt, dass er eine sehr wichtige Figur in der römischen Politik war. Tatsächlich stieg er zum Praetor auf, aber nicht in der Armee, sondern als hoher Offizier in den Reihen der römischen Regierung und als direkter Berater des Caesars, Neros.

Aber er war auch ein berühmter Dramatiker und ein hochgelobter Redenschreiber. Und weil er im Jahr 41 des Ehebruchs beschuldigt wurde, musste er Rom verlassen und ging nach Korsika ins Exil. Das war ein schwerer Schlag für seine Mutter, die ihn sehr liebte und um die er sich auch sehr sorgte. So schrieb er einen sehr berühmten Trostbrief an seine Mutter, in dem er versuchte zu zeigen, dass das Exil und der Verlust all seiner Ehren für ihn nicht

wichtig sind und ihn nicht unglücklich machen. Und in diesem Brief finden wir einige sehr typische stoische Bemerkungen, und vielleicht kann ich einige Sätze daraus zitieren.

ES: Oh, das wäre super.

MH: «Wir werden unter Umständen geboren, die vorteilhaft wären, wenn wir sie nicht aufgeben würden. Es war die Absicht der Natur, dass es für ein gutes Leben keiner grossen Ausstattung bedarf: Jeder Mensch kann sich selbst glücklich machen. Äussere Güter sind von trivialer Bedeutung und ohne grossen Einfluss in beide Richtungen. Wohlstand erhebt den Weisen nicht, und Widrigkeiten deprimieren ihn nicht. Denn er hat sich immer bemüht, sich so weit wie möglich auf sich selbst zu verlassen und alle Freude aus sich selbst zu schöpfen.

Nenne ich mich also einen Weisen? Gewiss nicht. Denn wenn ich das behaupten könnte, würde ich nicht nur leugnen, dass ich unglücklich bin, sondern ich würde behaupten, dass ich der glücklichste aller Menschen bin und Gott nahe komme. Indem ich das tat, was ausreicht, um alles Elend zu beseitigen, überliess ich mich dem Weisen. Der Mann, der in guten Zeiten nicht aufgeblasen ist, bricht auch nicht zusammen, wenn sie sich ändern. Seine Standhaftigkeit ist bereits erprobt, und er bewahrt ein Gemüt, das angesichts beider Zustände unbesiegt bleibt. Denn inmitten des Wohlstands hat er seine eigenen Kräfte an den Widrigkeiten erprobt. Deshalb habe ich nie geglaubt, dass in den Dingen, um die jeder betet, etwas wirklich Gutes steckt.»

Indem er sich selbst so beschreibt, glaubt er, seine Mutter davon überzeugen zu können, dass er sich im Exil nicht in einer schlechten Situation befindet.

ES: Das ist zwar sehr schön geschrieben und wirkt beruhigend, aber ich bin mir nicht sicher, ob seine Mutter das als sehr beruhigend empfunden hätte. Ich bin sicher, dass sie immer noch sehr besorgt war. Aber ich frage mich, abgesehen von seiner Mutter, wie dieses Vermächtnis dann weiterging. Ich meine, was geschah, nachdem diese Briefe geschrieben wurden, oder was geschah mit der weiteren Entwicklung?

MH: Ja, in gewisser Weise war es ein Stil von Seneca, Briefe an ihm nahestehende Personen zu schreiben. Aber gleichzeitig klingen die Briefe so, als würde er schon vorwegnehmen,

dass sie für die Vergangenheit geschrieben wurden, für Menschen, die nicht seine Verwandten waren. So wurden vor allem seine Briefe an Lucilius zu einem Klassiker der stoischen Lehre. Und diese Briefe sind auch echte Briefe. Lucilius war ein echter Freund von Seneca, aber wahrscheinlich hat er diese Briefe auch mit der Absicht geschrieben, sie zu öffentlichen Texten zu machen.

Und sie befassen sich mit allen Problemen des Lebens, mit den Problemen die eigenen Ängste zu beruhigen. Wenn man in einen gefährlichen Rechtsstreit hineingezogen wird, sollte man nicht in Hoffnungen oder Ängsten oder Sorgen verweilen, sondern sich auf die gegenwärtige Situation konzentrieren, dass man jeden Tag reflektieren sollte, ob man ihn sinnvoll verbracht hat, dass man sehr vorsichtig sein sollte, wenn man Freundschaften schliesst. Aber wenn man einmal Freunde gefunden hat, sollte man ihnen gegenüber loyal sein. Also alles sehr praktische Themen.

Aber er schrieb auch Abhandlungen, recht theoretische Abhandlungen, in der Naturphilosophie, in denen er auf die konstanten Rhythmen der Natur hinwies, auf die gesetzesähnliche Struktur der Natur, die in gewissem Sinne erhebend für uns ist, wenn wir sie betrachten.

ES: Sie sagten, dass er sich hauptsächlich an seine engeren Freunde oder an die Menschen in seiner Umgebung wandte. Glauben Sie, dass er einen erzieherischen Auftrag hatte? Glauben Sie, dass er seine Freunde belehren wollte, oder war es nur lautes Denken? An wen, glauben Sie, waren diese Gedanken gerichtet? Glauben Sie, dass sie auch einen längerfristigen Einfluss haben sollten, oder waren sie für die breite Öffentlichkeit gedacht, die er in diesen Säulengängen traf?

MH: Ich denke, er hatte die Einstellung eines Lehrers und wollte seine Umgebung erziehen, aber ich glaube, obwohl er sich hauptsächlich an den römischen Adel wandte, an Menschen von hohem Rang wie seine Mutter oder wie Lucilius, denke ich, dass seine Absicht nicht darin bestand, als jemand gesehen zu werden, der hochrangige Politiker erzieht, sondern ich denke, er wollte, dass seine Reflexionen von allgemeinem Interesse sind. Und ich denke, dass er versucht hat, etwas zu sagen, das für alle Menschen gelten sollte. Die Haltung, sich um emotionale Stabilität zu bemühen, auch wenn der Tod nah ist, seine Pflicht zu erfüllen, den Geist nicht in Hoffnungen oder Ängsten schweifen zu lassen, ist zum Beispiel für

Soldaten im Allgemeinen sehr nützlich. Und manchmal wurde gesagt, dass die stoische Ethik von Seneca die Ethik des römischen Soldaten sei.

Aber wenn man darüber nachdenkt, ist es eine Tatsache, dass wir alle sterben müssen und dass viele von uns vielleicht Leiden fürchten müssen, und der Versuch, mutig zu sein, eine nützliche Übung für alle ist. Ich denke also, dass Seneca glaubte, dass seine Lehren von allgemeinem Wert waren. Er selbst war sicherlich ein sehr, sehr reicher Mann und führte kein einfaches Leben, auch er lehrte, dass wir ein einfaches Leben führen sollten, und er wurde für seinen Reichtum und die Diskrepanz zwischen seinen Lehren und seinen politischen und finanziellen Ambitionen kritisiert.

ES: Ich verstehe. Ich verstehe, was du erklärst, und die Kritik, die er erhielt, weil er aus einer sehr privilegierten Position heraus sprach. Aber ich bin irgendwie froh für ihn, dass er eine Art Gelassenheit gegenüber dem Tod erreicht hat, als er später tatsächlich zum Tode verurteilt wurde, so dass er tun konnte, was er predigte.

Aber kommen wir nun zu einem anderen Vertreter der Stoa: Epiktet. Sie haben ihn bereits erwähnt. Auch von ihm ist nicht viel überliefert, wenn ich richtig verstehe. Und auch für Epiktet ist die Macht ein zentrales Thema, wenn es um die richtige Lebensführung geht. Mit welcher Form von Macht beschäftigt er sich?

MH: Epiktet war in gewisser Weise das Gegenteil von Seneca, denn er wurde arm und machtlos geboren. In der Tat wurde er im Jahr 50 in Phrygien, dem heutigen Anatolien, als Sklave und mit einer Behinderung geboren. Er hatte ein lahmes Bein. Später wurde er ein freier Mann, aber vorher wurde er angeblich von seinem Herrn sehr grausam behandelt. Und Freiheit ist ein sehr wichtiges Thema in seinem Denken und Lehren. Einige Leute, die in den Schriften der Bibel und anderer Philosophen und in dem, was uns von Epiktet überliefert worden ist, nachgeschaut haben, sagen, dass Freiheit der Begriff ist, den er am häufigsten verwendet, viel häufiger als man ihn zum Beispiel im Neuen Testament finden kann.

Und er denkt über die Freiheit nicht auf eine politische Art und Weise nach, sondern eher auf eine existenzielle. Er sagt: Wir sollten uns ganz klar fragen, was in unserer Macht steht, und das ist es, wonach du fragst. Macht ist also mit Freiheit verbunden. Um also zu

verstehen, in welchem Sinne wir frei sind, müssen wir wissen, welche Macht wir haben, was in unserer Macht steht und was nicht.

Und oft, so dachte Epiktet, denken wir an Dinge, die wir nicht beeinflussen können. Wir denken über das Wetter nach oder darüber, was jemand anderes über uns denkt, was auf einem anderen Kontinent vor sich geht, und so weiter. Aber all das liegt nicht in unserer Macht, und wir haben nicht die Macht, die Sonne scheinen oder es regnen zu lassen, und wir können nicht beeinflussen, was in den Köpfen anderer Menschen vorgeht, oder die Politik in einem fernen Land beeinflussen. Trotzdem machen wir uns oft Gedanken über diese Dinge und bilden uns eine Meinung dazu.

Andererseits ist es manchen von uns vielleicht egal, wie sie ihren Tag verbringen, was sie essen, was sie selbst denken, mit wem sie ihre Zeit verbringen. Aber all diese Dinge liegen in unserer Macht und sind wichtig für das, was wir sind. Wir können unsere Gesundheit, unsere Stimmung, unsere eigene Entwicklung, unsere Ernährung, unsere Gedanken und unsere sozialen Aktivitäten beeinflussen.

Epiktet meinte also, wir sollten uns um diese Dinge kümmern. Wir sollten uns darum kümmern, welche Macht wir haben, die Dinge zu ändern, und alles in unserem Geist wegschieben, worauf wir keinen Einfluss haben. Seiner Ansicht nach ist es Zeit- und Energieverschwendung, über Dinge nachzudenken und sich mit ihnen zu beschäftigen, die wir nicht ändern können. Freiheit hat also etwas damit zu tun, herauszufinden, was man ändern kann und was nicht, und zu lernen, das zu akzeptieren, was man ändern kann, und zu lernen, damit zu beginnen, das zu ändern, was man in der Tat ändern kann.

ES: Seneca und Epiktet haben also eigentlich sehr ähnliche Gedanken, aber von einem ganz anderen Standpunkt aus, denn...

MH: Das ist wahr, ja.

ES: Sie sagten, dass Seneca ein sehr privilegierter Mann war, während wir hier jemanden haben, der aus der Position kommt, plötzlich frei zu sein. Das ist eigentlich ziemlich faszinierend. Können Sie uns mehr darüber erzählen?

MH: Ja, ja. Ich denke, wenn man Epiktet als behinderten Sklaven und Seneca als Praetor, Senator und Berater des Königs beschreibt, hat man zwei Personen auf der entgegengesetzten Skala der sozialen Ränge, die aber der gleichen Philosophie anhängen. Und das zeigt vielleicht, dass die stoische Philosophie etwas sehr Allgemeines ist, das sich nicht nur an eine bestimmte soziale Schicht richtet. Und Epiktet sagt nicht nur, dass wir akzeptieren sollten, was uns widerfährt, dass er zuerst akzeptiert hat, ein Sklave und behindert zu sein, sondern er geht sogar noch weiter, und in diesem Sinne liegt er auch auf einer Linie mit Seneca, indem er sagt, dass wir lieben sollten, was uns widerfährt. Er sagt: «Die Natur ist wunderbar und voller Liebe für alle ihre Geschöpfe.» Und das klingt wie Senecas Worte: «Der Kosmos ist die Mutter von uns allen.» Und diese Ausdrücke deuten darauf hin, dass wir Teil von etwas sind, das nicht nur viel mächtiger ist als wir, sondern das auch gut ist, und deshalb können wir es lieben.

Und dies wurde «*amor fati*» genannt, die Liebe zu deinem Schicksal. Und Spinoza, den ich vorhin schon erwähnt habe, hat das aufgegriffen in seiner Rede von einer intellektuellen Liebe zu Gott. Und da Spinoza Gott mit der Natur der Welt identifiziert und nicht glaubt, dass Gott eine Person ist, scheint er genau wie die Stoiker zu sagen, dass ein glückliches Leben darin besteht, das mächtige Universum zu lieben, von dem wir alle ein kleiner Teil sind.

Aber wie, so könnte man fragen, kann man etwas lieben, das einen zermalmt, das uns am Ende alle umbringt? Und das ist nach den Stoikern und nach Spinoza nur möglich, wenn wir akzeptieren, dass wir nur eine kleine Individualität sind, dass unsere eigenen begrenzten Kräfte dennoch Teil einer grösseren Einheit sind, einer grossen, schönen und guten Macht, so dass unsere eigenen Aktivitäten und unsere eigenen Leiden etwas sind, das in diesem grösseren Zusammenhang geschieht.

Und das ist eine Art religiöse Sicht der Welt und der Natur, die für uns heute sehr schwer zu verstehen ist, weil die wissenschaftliche Sichtweise, die wir auf die Natur und die Welt haben, alles ausserhalb von uns objektiviert, als etwas betrachtet, das keine Gefühle und keine Gedanken hat. Aber die pantheistische Sichtweise der Stoiker ist ganz anders. Unsere Gefühle und Gedanken sind Teil einer Natur und einer Welt, die Gefühle und Gedanken hat. Da draussen gibt es einen Logos, da draussen in der Welt spielt sich die Vernunft ab, nicht nur in unseren Köpfen und unseren begrenzten menschlichen Personen.

ES: Das ist eine schöne Idee, dass Wissenschaft und Religion, wie wir sie heute wahrscheinlich unterscheiden würden, gut zusammenpassen, dass sie ein Teil voneinander sind, ohne diese strikte Trennung. Das ist etwas, worüber ich in Zukunft gerne mehr nachdenken würde, denn es scheint eine sehr gesunde Einstellung zu sein, obwohl ich denke, dass es eine grosse Person braucht, um immer die Schönheit und Liebe zu sehen, wenn die Dinge nicht so gut laufen. Das braucht also wahrscheinlich viel Übung. Aber ich frage mich auch, ob Sie glauben, dass Epiktets' Ideen mehr auf das Innenleben des Einzelnen ausgerichtet waren als vielleicht die von Seneca, denn er scheint selbstreflektierender zu sein als Seneca, der den Menschen um ihn herum sagt, was sie tun und denken sollen und so weiter?

MH: Ich denke, das ist genau richtig. Epiktet ist nicht dafür bekannt, die Natur zu erforschen. Er hatte Ehrfurcht vor der Natur, vor der Welt, aber er hat nichts über die Natur geschrieben oder gelehrt. Seneca hingegen schrieb Abhandlungen über den Wind, die Wolken, über Erdbeben, Gewitter und Meteore. Epiktet war also eher eine Figur wie Sokrates, ein reiner Moralist, könnte man sagen. Die gute und mächtige Natur ist für ihn also eine Art religiöser Horizont, aber nichts, was er erforschen möchte.

Es wird auch gesagt, dass in seiner Schule Logik gelehrt wurde, aber dass er seine Schüler davor warnte, sich zu sehr auf die Logik einzulassen. Was ihn also wirklich interessierte, war unser persönliches Leben und wie wir es steuern können und wie wir unsere Gefühle und dann das Denken in den Griff bekommen können.

ES: Eine andere Person, die oft mit der Stoa in Verbindung gebracht wird, ist Marcus Aurelius. Und hier kommen wir jetzt zu den Römern. War er ein Leser von Epiktet und wurde er von diesen Dingen beeinflusst, wenn er ihn tatsächlich gelesen hat? Und als was für einen Philosophen würden Sie Mark Aurel bezeichnen? Oder war er gar ein Philosoph, obwohl er eigentlich auch ein römischer Kaiser war? Gehören diese Dinge zusammen? Das sind also einige Fragen, die ich jetzt habe.

MH: Ja. Marcus Aurelius ist eine sehr interessante Figur, denn in Seneca hatten wir den Berater des römischen Kaisers Nero, und die Idee, diejenigen zu lehren, die mächtig sind, ist

eine sehr alte Idee, die schon bei Platon auftaucht. Und mit Mark Aurel haben wir jemanden, den man wohl als Philosophen bezeichnen kann, der selbst König war. Er wurde im Jahr 121 geboren und interessierte sich angeblich schon als kleiner Junge für Philosophie und befolgte die stoischen Regeln für ein einfaches Leben, angeblich schon im Alter von 10 Jahren, indem er auf dem einfachen Boden schlief, was für ein Kind aus römischem Adel sehr ungewöhnlich war. Und es scheint, als ob sein Interesse an Philosophie, Wahrheit und der richtigen Lebensweise sehr tief in ihm verwurzelt war. Und deswegen interessierte sich Hadrian, der Kaiser von Rom, als Mark Aurel ein Kind war, für Mark Aurel und machte ihn durch ein kompliziertes Manöver zu seinem eigenen Nachfolger, weil er glaubte, dass dieser Junge der weise König von Rom werden könnte.

Und vielleicht hatte er in gewisser Weise recht. Vielleicht war Marcus Aurelius ein Beispiel für das, was Platon einen Philosophenkönig nannte. Und vielleicht ist er die einzige Person in der realen Geschichte, die dieser platonischen Idee nahe kam. Obwohl es interessant ist, dass Nelson Mandela, der erste Präsident der Republik Südafrika nach der Abschaffung der Apartheid, im Gefängnis *Meditationen* des Mark Aurel gelesen hat. Und man könnte Mandela auch für einen weisen Herrscher halten.

Meditationen, das einzige Buch, das Marcus Aurelius schrieb, war nicht für die Öffentlichkeit bestimmt, ganz anders als die Briefe des Seneca. Es war eigentlich ein privates Tagebuch, welches er für sich selbst führte. Seneca hatte empfohlen, jeden Tag in ein solches Tagebuch zu schreiben und über die Schwierigkeiten zu berichten, auf die man stieß, um besser zu verstehen, was einem widerfuhr und wie man darauf reagierte. Und Mark Aurel hat in seinen *Meditationen* genau das getan. Er folgte dem Rat von Seneca.

Und es ist sehr interessant und bewegend zu sehen, wie der römische Kaiser seine Ängste bekämpfen musste, seine Faulheit, wie er dachte, dass er unsinniges Bedauern hat, wie er versuchte, sich zu zwingen, sich auf das zu konzentrieren, was er heute zu tun hat. Ich glaube also, dass seine Meditationen zeigen, dass es möglich war, Rom zu regieren und zu versuchen, sich an die Prinzipien der stoischen Philosophie zu halten. Und ich glaube, dass es für uns heute politisch sehr gut wäre, wenn die Menschen in unseren Regierungen die Stoa oder den Buddhismus studieren würden, der viele Parallelen zur Stoa aufweist.

ES: Ich habe den Eindruck, dass wir hier wieder eine dritte Person aus einer ganz anderen gesellschaftlichen Ebene haben. Wir haben es also mit einer Person zu tun, die offensichtlich

die meiste Macht von allen dreien hatte, die aber auch in gewisser Weise bescheiden war und über viele Dinge nachdachte. Und es interessiert mich, wie diese drei unterschiedlichen Menschen über das Leben im stoischen Sinne dachten.

Sie sagten, dass diese 'Meditationen' nicht zur Veröffentlichung gedacht waren. Handelt es sich also um private Notizen, die nicht für die Öffentlichkeit bestimmt waren und daher keinen lehrenden oder erzieherischen Wert haben sollten, sind Sie der Meinung, dass sie in gewisser Weise innovative Überlegungen enthalten? Und glauben Sie, dass das Buch eine Anwendung für sein eigenes Leben ist und eine neue Sichtweise auf die Stoa hat, oder wie würden Sie das sehen?

MH: Ich denke, das Letztere ist wahr, dass dieses Buch ein Instrument für Mark Aurel war, um etwas über sich selbst herauszufinden. Aber soweit ich weiss, sagt die Forschung nicht, dass *Meditationen* neue stoische Prinzipien oder eine neue Philosophie enthalten. Ich denke, Mark Aurel war nicht auf der Suche nach philosophischen Neuerungen. Das waren Seneca und Cicero auch nicht, würde ich glauben. Es ist charakteristisch für die gesamte stoische Tradition, dass sie eklektisch ist und nicht versucht, originell zu sein.

Dennoch finde ich, dass das Buch des Marcus Aurelius sehr bewegend und eine sehr gute Lektüre ist, weil man einen ehrlichen und mächtigen Mann zu beobachten scheint, der wahrhaftig über sich selbst nachdenkt oder zu denken versucht, um ein gutes Leben zu führen, ein Leben, das für sein Volk nützlich ist. Da ich aber kein Historiker des Römischen Reiches oder Altphilologe bin, kann ich nicht sagen, ob Marcus Aurelius im Vergleich zu Nero oder Caligula, Kaisern die von der breiten Öffentlichkeit als verrückt oder böse angesehen werden, erfolgreich war. Aber es scheint mir ziemlich sicher zu sein, dass Mark Aurel ein anderer Typ war als Nero oder Caligula, aber ich kann den Wert seiner Politik nicht beurteilen.

Aber die Form des Buches, sein autobiografisch-persönlicher Ton macht es zu einer ganz besonderen Lektüre. Man kann es sogar als Vorbild für das Führen eines eigenen Tagebuchs nehmen, um die eigene Reflexion über die eigenen unnötigen Ängste und Sorgen und Ungereimtheiten und Faulheit zu produzieren.

ES: Es wäre interessant, in die Vergangenheit zu gehen und zu sehen, was die Menschen tatsächlich über Mark Aurel dachten, wie sie ihn wahrnahmen, denn so klingt er wie eine

Person, von der man sich gerne leiten lassen würde, weil er so wirkt, als könnte man auch mit ihm reden und Dinge durchdiskutieren. Aber gut, das können wir leider nicht tun. Was wir also tun können, ist darüber nachdenken, was der Wert der Stoa heute ist und wie wir darüber denken.

Und in Vorbereitung auf unser Gespräch habe ich eine kurze Suche nach aktuellen Büchern zu der stoischen Philosophie gemacht und war ziemlich erstaunt über die Anzahl der Suchergebnisse, die tatsächlich auftauchten. Und im Gegensatz zu dem, was Sie gerade gesagt haben, wollen sie Dinge lehren. Sie wollen nicht selbstreflexiv sein, wie ich gesehen habe, sondern sie wollen Menschen in jeder Art von Beruf oder in jeder Art von Lebenssituation anleiten. Und ich frage mich, was die Leute in diesem Fall heute von der Stoa halten, und ob sie als diese leitenden Bücher gedacht sind. Können Sie uns mehr darüber erzählen, wie die stoische Philosophie heute gehandhabt wird?

MH: Ja, ich denke, die Stoa ist in den Vereinigten Staaten und in Teilen Europas wahrscheinlich die populärste Philosophie der Gegenwart. Und ich denke, das hat etwas mit der modernen Globalisierung zu tun, mit der Geschwindigkeit, mit der wir alle Dinge wissen können, die auf dem Globus passieren. Und diese Situation, die zum Teil durch das Internet verursacht wurde, ähnelt sehr dem, was mit den Menschen im Alexanderreich und im Römischen Reich geschah. Es hat etwas mit kulturellem Pluralismus zu tun.

Kultureller Pluralismus kann manchmal zu Desorientierung führen. Und wir alle in der westlichen Welt leben jetzt in einer postkolonialen Zeit. Und wir alle wissen, dass wir im Westen nicht die Guten sind, dass wir viele Nationen versklavt und getötet haben, dass wir, ich meine die westliche Kultur, in gewissem Sinne die kulturelle und natürliche Katastrophe auf dem Globus waren. Und das ist für die Menschen im Westen sicherlich sehr verwirrend. Ich glaube nicht, dass andere Menschen und andere Kulturen und andere Zeiten besser waren. Sie waren vielleicht nicht so mächtig und daher nicht so katastrophal. Auf allen Kontinenten haben sich die Menschen gegenseitig versklavt und abgeschlachtet, aber die europäischen Nationen und die Menschen, die von Europa nach Nord- und Südamerika gingen, waren sozusagen extrem effektiv in dieser menschlichen Tendenz, anderen Mitgliedern der eigenen Spezies kein Mitgefühl, keine Gnade zu zeigen. Und das ist sehr beunruhigend. Und wir müssen uns fragen: «Wohin sollen wir von hier aus gehen?»

Und die Stoa ist wie der Buddhismus oder der Daoismus ein System, wie man ein gutes und friedliches Leben führen kann, das sich nicht auf eine bestimmte Gottheit bezieht, sondern das emotionale Unterstützung bietet, das versucht, einen zu beruhigen, Mitgefühl für seine Leidensgenoss:innen zu entwickeln und Mut, um dem eigenen Leiden zu begegnen. Und das sind Systeme, die alle das Leiden akzeptieren, aber es nicht vergrößern. Seien Sie ein:e Bürger:in der Welt. Versuchen Sie, bescheiden zu sein. Und wir alle wissen, dass die westlichen Gesellschaften nicht demütig sind. Sie sind gierig. Dass der Kapitalismus zum Gegenteil eines einfachen Lebens und damit zu ökologischen Katastrophen führt. Und ich denke, all diese offensichtlichen Tatsachen machen die stoische Philosophie zu einem attraktiven Leitfaden für viele von uns.

ES: Ich bin einverstanden. Ich denke, wir alle sollten uns von mehr Bescheidenheit leiten lassen, vor allem, wie Sie sagten, hat sich die westliche Welt in eine sehr ungünstige Lage gebracht. Wir sollten mehr Selbstreflexion üben. Vielleicht sollten wir auch alle ein Tagebuch führen wie Mark Aurel.

Was mich aber immer noch verwirrt, ist, dass die Stoa uns anleitet, unsere Gefühle zu besänftigen, aber auch, um unserem Leben eine Art von Orientierung zu geben. Besteht die Gefahr, dass man sich von den Möglichkeiten intensiver Lebenserfahrungen abschneidet, wenn man immer irgendwie versucht, seine Emotionen zu besänftigen, ganz ruhig zu bleiben und nicht in extreme Höhen und Tiefen zu gehen? Läuft das nicht dem eigentlichen Zweck zuwider, dem Leben eine Richtung und einen Sinn zu geben?

MH: Das ist eine sehr gute Beobachtung, denke ich. Sie wurde auch von der amerikanischen Philosophin Martha Nussbaum gemacht, die die Stoa dafür kritisierte, dass sie persönliche Liebe und Bindung ausklammert. Und sie betrachtete die Stoa als ein ethisches System, das eine typische Manifestation des männlichen Autonomiebedürfnisses ist. Und sie fragt: «Was ist mit der Intensität der erotischen Liebe, mit künstlerischen Erfahrungen? Was ist mit Müttern, die sich um ihre Kinder kümmern? Was ist mit den Töchtern, die sich um ihre sterbenden Eltern kümmern? Der grösste Teil der Pflegearbeit wird immer noch von Frauen geleistet, und ist die Stoa hier in irgendeiner Weise richtungweisend?» Und Martha Nussbaum glaubt, dass dies nicht der Fall ist.

Ich denke, sie hat in Teilen Recht, dass die Stoa keine gute Ethik für die Pflege und die Liebe bietet. Und die Liebe zur Natur und zum Kosmos ist eine ziemlich abstrakte Sache. Sie ist etwas anderes als die Liebe zum Kind, zur Ehepartnerin, zum Ehepartner oder zu den Eltern. Und es wäre interessant, sich zu fragen, wie man die Ethik der Liebe, die Jesus in der «Bergpredigt» entwickelt hat, mit der Stoa in Beziehung setzt. Aber ich habe keine Antwort auf diese Frage, und vielleicht könnte das ein Thema für einen Podcast über christliche Weisheit sein.

ES: Nun, das lehrt uns wieder einmal, dass wir uns irgendwie nur an einer Denkweise festhalten, und das ist auch etwas, was wir bei METIS betrachten, dass wir alle Arten von verschiedenen Denkmustern, verschiedenen Anleitungen oder auch nur Überlegungen brauchen. Und Sie haben auch erwähnt, dass es Verbindungen zum Buddhismus gibt. Und so denke ich, dass wir vielleicht in einem anderen Podcast oder in unseren eigenen Lektüren und Überlegungen versuchen können, mehr Verbindungen herzustellen, um herauszufinden, wie wir die Stoa mit einer freundlicheren Version von Fürsorge und Liebe kombinieren können, die Sie jetzt erwähnt haben.

Aber wie ich sehe, ist uns leider schon wieder die Zeit ausgegangen, und das ist das Ende unseres Wisdom Talks, obwohl Wisdom Talks nie enden. Aber Michael Hampe, vielen Dank, dass Sie heute bei mir waren und mir all diese Hintergrundinformationen gegeben haben über die Stoa und dass es nicht nur darum geht, phlegmatisch zu sein. Danke.

MH: Ich danke Ihnen.

ES: An dieser Stelle möchte ich unsere Zuhörerinnen und Zuhörer auch einladen, weiteren Wisdom Talks zu folgen, sowie neugierig in die Vielzahl von Texten und Podcasts einzutauchen, die auf unserer Website metis.ethz.ch, dem Internetportal für interkulturelle Weisheitsliteratur und Weisheitspraktiken, zu finden sind. Weitere Informationen finden Sie auch in den Notizen direkt unter dem Podcast. Vielen Dank fürs Zuhören und auf Wiedersehen.

Dieser METIS Wisdom Talk wurde von Martin Münnich produziert und von der ETH Zürich und der Udo Keller Stiftung Forum Humanum in Hamburg unterstützt.