

## Individuelles Denken und Hedonismus bei Epikur (341-270 v. Chr.) - der Philosoph der Freude wurde später gern verfälscht

Am Beginn des griechischen Philosophierens steht die Natur im Mittelpunkt des Interesses. Das zentrale Anliegen, das die Denker von Thales bis Demokrit motiviert, ist, die Grundprinzipien des Naturgeschehens zu formulieren. Demokrit formulierte seine Theorie der Atome als kleinste unteilbare Teilchen. Epikur übernimmt die Naturphilosophie des Demokrit mit einer wichtigen Abweichung – einzelne Atome können von ihrer Bahn abweichen – dadurch kommt es zu Kollisionen und es werden neue Konstellationen möglich. Dies ist eine Angleichung an das freie Denken, denn die Seele und Gedanken wurden um diese Zeit als Bündelung von Atomen gesehen, die sich nach Demokrit in festen Bahnen bewegten.

Der Astronom und Mathematiker Aristarch(os) von Samos (um 310 – 230 v. Chr.) war ein Schüler von Straton von Lampsakos und einer der ersten griechischen Astronomen, die das heliozentrische Weltbild vertraten, wonach die Sonne und nicht die Erde im Zentrum des Weltalls steht. Er stieß mit seiner Theorie jedoch kaum auf Anerkennung (Ausnahme: Seleukos von Seleukia), so dass seine Vorstellungen im Schatten der Arbeiten von Aristoteles und Ptolemaios standen. Pythagoras von Samos (um 570 v. Chr.; † nach 510 v. Chr.) sympathisierte mit dem Gedanken des „Feuers in der Mitte“ schon früher, verwarf aber diese Gedanken und blieb beim geozentrischen Weltbild. Erst fast 2000 Jahre später wurden die Gedanken des Aristarch durch Copernicus (1473 - 1543 n. Chr.) wiederentdeckt und erneut aufgegriffen, was bekanntermaßen zu einer Revolution des Denkens im katholisch geprägten Abendland führte.

Mit der geistigen Strömung der Sophistik (um 500 v. Chr.) dann wird der Mensch zum Hauptgegenstand des Nachdenkens; aber er wird zunächst als gesellschaftliches Leben gefasst. Das Bemühen, zu verstehen, ist auf das altgriechische menschliche Gemeinwesen, die Polis, gerichtet. Das gilt ebenso für die Klassik des Platon und Aristoteles. Der Klassiker Sokrates war als Querdenker wohl eher ein für die Autoritäten unbequemer Individualist, der auf den Märkten den Kontakt zu den Menschen suchte, und der angeblich die Jugend verdarb. Er wurde mit dem Schierlingsbecher hingerichtet, den er ohne zu murren austrank.

Auch Diogenes als Vertreter dieser klassischen Zeit trieb den Individualismus so weit, dass er in einer Tonne hauste. Berühmt wurde die Szene als Alexander, König von Mazedonien und Eroberer der alten Welt, ihn fragte, ob er ihm etwas geben könnte, was ihm fehle. Diogenes Antwort wurde berühmt - „*geh mir aus der Sonne!*“

Es war die Zeit des Niedergangs der Polis, die als Stadtstaaten und Sinnbild für den griechischen Staat standen, als Epikur begann, das Streben nach Lust (Hedonismus) und die innere Seelenruhe (Ataraxia), zum obersten ethischen Prinzip zu machen. Der Niedergang des Staates durch den Niedergang der Polis war sicher ein Grund, nach neuen Wegen zu suchen, dem Menschen Sinn und Ataraxia zu beschaffen.

Es entstand eine neue Denkrichtung in der antiken Welt - der Hellenismus, der das individuelle Empfinden der Wesen in den Mittelpunkt stellte und nicht mehr von Abhängigkeit durch Obrigkeiten geprägt war. Erst im Hellenismus wird der Mensch zum Individuum und es geht um das Heil des Einzelnen. Die Schule der Sophisten erkannte, dass alle Naturwissenschaft durch den Menschen und seine Erkenntnisvoraussetzungen bedingt ist, wobei sie aber nicht den Menschen als Individuum meinten, auch nicht als Gattung, sondern die Gemeinschaft der Menschen. Auch die zur gleichen Zeit entstandene Denkrichtung der Stoa oder der Stoiker hatten das Individuum in der Gemeinschaft im Sinn, jedoch sollte der Mensch sich fern von Lüsten halten. Der römische Kaiser Marc Aurel (121-180 n.Chr.) galt als Anhänger der Stoa, war aber auch dem Epikur sehr zugetan.

Das Denken der Philosophen der griechischen Antike, Sokrates, Platon, Aristoteles, Diogenes, Demokrit und anderer, wurde langsam angereichert durch das individualistische Denken der „Hellenisten“ Epikur und seiner Zeitgenossen und Nachfolger. Nicht mehr der Staat und seine

Ordnung sollten das Glück der Menschen garantieren, sondern, als gelungener Rettungsversuch, sollte der Mensch sich selbst in seinem Streben nach Lust, und gebändigt durch Weisheit und Mäßigung, durch das eigene Denken und Fühlen verwirklichen.

Für Epikur ging es überhaupt nicht darum, Genuss auf Genuss zu häufen, vielmehr ging es um die Befreiung von Unlust und Angst. Unempfindlich gegen alle Schicksalsschläge sollte er sein Glück, seine innere Ruhe und Gelassenheit finden.

Epikur ist damit der Begründer des abendländischen Individualismus', indem er die Beherrschung des eigenen Innenlebens lehrt statt der Herrschaft über die Natur. Es zeigt sich hier eine echte Alternative zu den heute wieder vorherrschenden Denkmustern, die den hellenistischen Individualismus allzu sehr beschränkt haben auf die Lust und die Herrschaft über die Natur.

Der Mensch sollte in angenehmer Umgebung frei denken, deshalb wurde ein Garten angelegt, der Kepos, in denen jeder ein Freund des anderen sein sollte. Seinen ersten Garten der Freundschaft schuf er auf seiner Heimatinsel Samos, und es trafen sich Gleichgesinnte und Suchende ohne Ansehen des Standes und des Geschlechts. Auch Frauen und Sklaven waren willkommen, Arme und Reiche gleichermaßen.

Die Freundschaft spielte hier eine wichtige Rolle, denn sie war die förderlichste Art der Daseinsfreude. „Von allem, was die Weisheit für die Glückseligkeit des ganzen Lebens bereitstellt, ist der Gewinn der Freundschaft das bei weitem Wichtigste.“ Sie hatte ihren Wert vielleicht nicht nur in der wärmenden Mitmenschlichkeit an sich, sondern auch als Stärkungsmittel gegen Anfeindungen von außen. Und so diente der Kepos auch wesentlich als Rückzugsraum befreundeter Menschen, die einander durch Weltanschauung und Lebenspraxis verbunden waren.

Als er in Kleinasien (heutige Türkei) einen weiteren Garten schuf, hatte er bald viele Mitdenker und Freunde, die sich im Garten in Harmonie und Freundschaft trafen, und einer dem anderen half. Finanzielle Zuwendungen von wohlhabenden Mitgliedern machten ihn auch endlich unabhängig von Hilfen seiner Eltern.

Im Jahr 306, mit 35 Jahren, zog Epikur nach Athen, wo nach dem Sturz des Demetrios die attische Demokratie wieder aufzuleben schien, und erwarb dort für 80 Minen jenen Garten (Kepos), in dem er bleiben sollte. Der Kepos diente seinen aus allen Gesellschaftsschichten stammenden Anhängern als Versammlungsort, und er lebte dort mit seinen anfänglich 200 Schülern, die teilweise von weit her kamen, nach Art einer Kommune oder eines weltlichen Klosters ohne individuellen persönlichen Besitz.

Im scharfen Gegensatz zu den herrschenden Sitten nahm er auch Ehepaare, Frauen (Hetären) und Sklaven als Schüler auf. Behauptungen über Schwelgereien und sonstige Exzesse der Epikureer stammen nicht aus glaubwürdigen Quellen. Sie stehen im Widerspruch zur Lehre Epikurs, der seine Gäste am Eingang des Gartens mit der Inschrift begrüßte:

*„Tritt ein, Fremder! Ein freundlicher Gastgeber wartet dir auf mit Brot und mit Wasser im Überfluss, denn hier werden deine Begierden nicht gereizt, sondern gestillt.“*

Die sinnlichen Begierden, deren Berechtigung nur eingeschränkt geduldet wurden, sollten sich auf die kleinen erreichbaren Freuden richten: *„Schicke mir ein Stück Käse, damit ich einmal gut essen kann.“*

Seine Lehre überdauerte 6 Jahrhunderte, ohne groß verändert zu werden, oder gar Streit zu wecken. Viele Römer sympathisierten mit seinem System, Marc Aurel, Cicero, Lukrez u.a. römische Denker übersetzten und sammelten die Ideen der Epikureer. Erst die Christen verfälschten sein Denken und manche setzten es mit schweinischer Lustsucht und Gottlosigkeit gleich. Genau das aber meinten die Epikureer nicht.

Epikur schätzte die Götter, er meinte nur, dass sie sich kaum in das Leben der Sterblichen

einmischten, sie lebten in ausgeglichener Freude in den Zwischenwelten. Ein direkter Einfluss eines Gottes widersprach seiner Überzeugung, dass der Mensch sein Leben selber denkt und formt. Götter oder Gott dienten eher als Vorbilder für die menschlichen Regungen.

Von Epikur selbst sind nur drei Briefe und eine Zitatensammlung erhalten geblieben. Von seinem Zeitgenossen Aristipp d.J. sind aber deutliche Worte über den Lustbegriff des epikureischen Individualismus' überliefert. Allerdings sollte sein Lustbegriff nur für das Individuum gelten, nicht für alle Lebewesen, wie bei Epikur.

Die Lust wird bestimmt als glatte, die Unlust als rauhe Bewegung.

Aristipp d. J. vergleicht unsere entsprechenden Zustände mit denen des Meeres - es gebe in unserem Gemenge (syncrasis) drei Zustände: einen, indem wir Schmerz empfänden, der dem Sturm des Meeres gleiche; einen anderen, in dem wir Lust empfänden, der dem glatten Wellengang ähnele, denn die Lust sei eine glatte Bewegung, dem günstigen Winde vergleichbar; der dritte schließlich sei ein mittlerer Zustand, in dem wir weder Schmerz noch Lust empfänden, der der Meeresstille ähnlich sei.

Furcht, Schmerz und Begierden sind für Epikur die drei großen Klippen, die umschifft werden müssen, damit dauerhaft Lebenslust und Seelenruhe herrschen können.

Frei von Unlust zu sein, ist höchste Lebenskunst. Unlust ist Angst, vor dem Tod und vor den Göttern, Gier, Neid, seelischer oder körperlicher Schmerz . Zum Thema der größten Angst, der vor dem Tod, schreibt Epikur an Menoikeus:

*„Gewöhne dich daran zu glauben, dass der Tod keine Bedeutung für uns hat. Denn alles was gut, und alles was schlecht ist, ist Sache der Wahrnehmung. Der Verlust der Wahrnehmung aber ist der Tod. Daher macht die richtige Erkenntnis, dass der Tod keine Bedeutung für uns hat, die Vergänglichkeit des Lebens zu einer Quelle der Lust, indem sie uns keine unbegrenzte Zeit in Aussicht stellt, sondern das Verlangen nach Unsterblichkeit aufhebt. (...) Das schauerlichste aller Übel, der Tod, hat also keine Bedeutung für uns; denn solange wir da sind, ist der Tod nicht da, wenn aber der Tod da ist, dann sind wir nicht da.“*

Nur die Erfüllung von Grundbedürfnissen wie Essen, Trinken und Kälteschutz galt Epikur als unabdingbar für den Genuss des Daseins. Die sexuelle Lust gehörte dagegen bereits seiner zweiten Kategorie an: natürlichen Ursprungs, aber nur in Maßen der Lust dienlich und im Zweifel durchaus verzichtbar. Luxusbedürfnisse aber gründen letztlich – einer dritten Kategorie Epikurs entsprechend – in „leerer Meinung“ das heißt in Unvernunft, und können schädliche Abhängigkeiten zur Folge haben.

*„Auch die Unabhängigkeit von äußeren Dingen halten wir für ein großes Gut, nicht um uns in jeder Lage mit Wenigem zufrieden zu geben, sondern um, wenn wir das meiste nicht haben, mit Wenigem auszukommen, weil wir voll davon überzeugt sind, dass jene, die den Überfluss am meisten genießen, ihn am wenigsten brauchen, und dass alles Natürliche leicht, das Sinnlose aber schwer zu beschaffen ist und dass eine einfache Brühe die gleiche Lust bereitet wie ein üppiges Mahl (...) und dass Wasser und Brot die höchste Lust bereiten, wenn man sie zu sich nimmt, weil man Hunger hat. Die Gewöhnung an einfache und nicht üppige Nahrung dient also einerseits in jeder Hinsicht der Gesundheit und nimmt andererseits auch dem Menschen die Sorgen angesichts der Grundbedürfnisse des Lebens – stärkt uns, wenn wir uns in Abständen an üppige Tafeln begeben, und macht uns furchtlos gegenüber dem Schicksal.“*

Zurückgezogenheit von der Welt war eine empfohlene Haltung, um die Seelenruhe nicht stören zu lassen. Er hatte kaum Kontakte zu den Mächtigen seiner Zeit und betätigte sich nicht politisch. Die von Plutarch überlieferte Losung „Lebe im Verborgenen“ galt aber nicht unter allen Umständen. Wo Epikureer ihre Belange erfolgreich zur Geltung bringen konnten, sollte das auch geschehen. Aber andererseits *„erwächst doch die deutlichste Sicherheit aus der Ruhe und dem Rückzug vor den Leuten.“*, und *„Wer seine Angelegenheiten am besten gegen die Bedrohungen von*

*außen geordnet hatte, machte sich mit allem, was er beeinflussen konnte, vertraut. Was er aber nicht beeinflussen konnte, blieb ihm wenigstens nicht fremd. Wo ihm aber auch dies nicht möglich war, vermied er jeden Kontakt und bemühte sich darum, alles zu tun, was dazu nützlich war.“*

Die vollendete Verkörperung von Epikurs Lehre ist die Figur des epikureischen Weisen. Dessen Merkmale hat Cicero mit Berufung auf Epikur so zusammengefasst:

*„Er hat seinen Begierden Grenzen gesetzt; er ist gleichgültig gegen den Tod; er hat von den unsterblichen Göttern, ohne sie irgendwie zu fürchten, richtige Vorstellungen; er nimmt keinen Anstand, wenn es so besser ist, aus dem Leben zu scheiden. Mit solchen Eigenschaften ausgerüstet, befindet er sich stets im Zustand der Lust. Es gibt ja keinen Augenblick, wo er nicht mehr Genüsse als Schmerzen hätte.“*

Wenn das mal für die Christenmenschen keine Gefahr ihres Weltbildes darstellt, und niemanden anstiftet, sich umzubringen, so können auch sie sich in den Garten begeben.

Die Frage wäre demnach nur noch - „wo ist der Garten?“

Und ich will ihn chinesisch, davon wusste der gute Epikur noch nichts, aber ich denke auch zwischen fließendem Wasser und Felsen hätte er seinen ungefährlichen Genuss haben können.

Karl Günther, im August 2010 n. Chr.

## Literatur

- Heinz-Michael Bartling: *Epikur: Theorie der Lebenskunst*. Junghans, Cuxhaven 1994, ISBN 3-926848-39-1
- Michael Erler: *Epikur*, in: *Grundriss der Geschichte der Philosophie. Die Philosophie der Antike*, Bd. 4/1: *Die hellenistische Philosophie*, hrsg. von Hellmut Flashar, Schwabe, Basel 1994, ISBN 3-7965-0930-4 (maßgebliche Gesamtdarstellung von Leben und Werk mit umfangreicher Bibliographie)
- Michael Erler: *Epikur*. In: Friedo Ricken (Hrsg.), *Philosophen der Antike*, Bd. 2, Stuttgart 1996, ISBN 3-17-012720-9
- Martin Euringer: *Epikur. Antike Lebensfreude in der Gegenwart*. Kohlhammer, Stuttgart 2003, ISBN 3-17-017957-8
- Carl-Friedrich Geyer: *Epikur zur Einführung*. Junius, Hamburg 2000, ISBN 3-88506-328-X
- Katharina Held: *Hēdonē und Ataraxia bei Epikur*. Mentis, Paderborn 2007, ISBN 3-89785-578-X
- Malte Hossenfelder: *Epikur*. Beck, München 2006, ISBN 3-406-54122-4
- Josef M. Werle: *Epikur für Zeitgenossen. Ein Lesebuch zur Philosophie des Glücks*. Goldmann, München 2002, ISBN 3-442-07741-9