

# Das gute Leben

Die Frage nach dem guten und gelingenden Leben ist immer aktuell. Sie wird je nach persönlicher Situation und allgemeiner Weltlage in unterschiedlicher Intensität und in immer neuen Umständen gestellt. Die Sehnsucht, die sich in ihr ausdrückt, ist jedoch von alters her die gleiche, sie wird nie gestillt. Die Rolle der Philosophie im Sinne einer Philosophie der Lebenskunst ist dabei umstritten. Während die einen der Meinung sind, dass der Philosophie bei Fragen des konkreten Lebens die Begriffe fehlen, die Philosophie der Lebenskunst mithin bestenfalls eine Verkleinerungsform von Philosophie darstellt, ist den anderen eine Philosophie, die nicht in das Leben hineinwirkt, ein Denken ohne Konsequenzen für das praktische Leben, ein sinnloses Unterfangen.

Einigkeit herrscht unter fast allen Philosophen von der Antike bis heute lediglich darin, dass das gute und gelingende Leben nicht wesentlich mit Geld und materiellem Wohlstand zu tun habe. So beantwortet der griechische Philosoph Demokrit (460–371 v. Chr.) die Frage nach dem höchsten, dem erstrebenswertesten Gut eindeutig: „Wer die seelischen Güter wählt, wählt die göttlicheren; wer die des Leibes wählt, die menschlicheren.“ Für Diogenes von Sinope (ca. 390–328 v. Chr.) gilt gar alles, was nicht zum physischen Überleben unabdingbar ist, als einem gelingenden Leben abträglich. Entsprechend hauste er nackt in einer Tonne und warf, als er ein Kind beobachtete, das Linsenbrot aus einem aufgebrochenen Brot aß, sein Essgeschirr als überflüssigen Besitz weg.

In unserer modernen Erlebnisgesellschaft, in der die meisten glauben, unablässig vom Neuen zum Neuesten hetzen zu müssen, ist jedoch Weltbewältigung angesagt, nicht Weltüberwindung durch Verzicht. Selbstwertgefühl glaubt man nur noch daraus beziehen zu können, ob und wie es einem gelingt, sich in der Konkurrenz zu behaupten. Für Entsager bedeutet Askese jedoch nicht Verzicht, sondern Gewinn, schreibt Axel Michaels unter dem Titel *Askese und die Kunst des Einfachen*. Erst die Überwindung der Triebhaftigkeit mache den Menschen zum Menschen, unterscheide ihn vom Tier. Asketen sehen in ihrem Leben nicht Weltabwendung, so Michaels, „sondern die Hinwendung zu anderen Welten, zu einem besseren, höheren, tieferen, erfüllteren und geistigen Sein“.

Friedrich Nietzsche würde einem solchen Streben entschieden widersprechen. Im asketischen Ideal sieht er bestenfalls die Manifestation der Mittelmäßigkeit. Befriedigt werde im selbst gewählten Leiden nur die allzumenschliche Sehnsucht nach Sinn des an sich sinnlosen Lebens. Entsprechend ruft er nach dem „Übermenschen“, der sich nicht mehr fremdbestimmen lässt und sich seinen Sinn selbst erschafft. Rät Jochen Hörisch angesichts der Überfülle wohlfeiler Sinnangebote noch zu einer „Sinndiät“, zum Mut zu mehr „Nicht-Sinn“ und „Un-Sinn“, redet der Extrembergsteiger und Grenzgänger Reinhold Messner mit



Foto: Heinz Heiss

seiner Forderung nach der Eroberung des Nutzlosen einem modernen Sisyphos das Wort. Der Weg zu einem erfüllten Leben führe nur über Selbsterfahrung und Selbsterkenntnis. Die aber ist, so Messner in seinem Beitrag *Nur im Tun kann man das Leben gewinnen*, nicht ohne Eigenverantwortung und Ausgesetztsein zu haben; im psychophysischen Grenzbereich, im Bereich zwischen Durchkommen und Umkommen fallen alle Masken, erfahren wir viel über uns – auch „Allzumenschliches“. Die Kunst des Lebens bestehe darin, seinem Leben einen je eigenen Sinn zu geben. Weil unser Leben mehr durch unser Bewusstsein geformt wird als durch die Umstände, so Messner, weil Schicksal das Geschick ist, sich selbst zu sein, gibt es keinen für alle verbindlichen Weg zum Glück: „Jeder muss seinen Weg für sich selber suchen.“

Den unvereinbaren Extremen – Weltabgewandtheit und Hinwendung zum Wesentlichen durch Verzicht einerseits und Streben nach Lustmaximierung durch Konsum andererseits – hält Jutta Heinz die Idee des kleinen, aber machbaren Glücks entgegen. Wenn die „großen“ Philosophen vom Glück reden, so Heinz in ihrem Beitrag *Zarathustra in der Wellness-Oase*, „meinen sie zumeist nicht das Lebensglück des Einzelnen im Hier und Jetzt, sondern die ‚Glückseligkeit‘ als abstraktes Letztziel der Menschheit“. Weil aber die absoluten Maßstäbe fehlen, appelliert sie an den Mut zur individuellen Urteilskraft sowohl in Fragen der Ästhetik als auch der Lebensgestaltung. In einer Abkehr von absoluten Wertmaßstäben sieht sie kein Plädoyer für die Beliebigkeit ästhetischer und ethischer Urteile, sondern den ganz lebenspraktischen Vorschlag, aus „großen“ Übermenschen-Ansprüchen „kleine“ alltagstaugliche Bürgertugenden zu entwickeln.

Im besten aristotelischen Sinne dem Machbaren im Leben zugewandt, formuliert auch der Sternekoch Vincent Klink im Interview die Maxime seiner „Kritik der kulinarischen Vernunft“: „Koche und esse nicht über deine Verhältnisse.“ Würde man sich das jeden Tag zweimal sagen, so Klink, dann würde man sich auch darum kümmern, was die eigenen Verhältnisse

sind: „Es gibt viele Köche, die kochen ganz anders, als sie wirklich sind. Und so schmeckt es dann auch.“ Wir leben in einer maßlosen Gesellschaft, in der keiner mit dem zufrieden ist, was das Leben ihm bietet, führt er aus, und kommt zu dem Schluss: „Ich kenne einen Schuhmacher, der mit Freude und großem Verstand begeisterter Schuhmacher ist – ein glücklicher Mensch.“

Bei aller Freude am einfachen Leben, mit dem viele in unserer von Überlebensnöten freien Überfluggesellschaft liebäugeln, erinnert Edgar Dahl daran, dass alle wesentlichen Voraussetzungen, welche die moderne Glücksforschung für ein glückliches Leben ermittelt hat – viel Freude, Achtung der anderen und einem nützlich erscheinende Aufgaben –, sich mit Geld leicht kaufen ließen. Unter dem Titel *Geld ist besser als sein Ruf!* kommt er zu dem Schluss: „Wer meint, dass man Glück nicht kaufen kann, gibt sein Geld falsch aus.“ Wer würde auch schon ernstlich der Lebensmaxime des geistigen Übervaters aller Superreichen, der personalisierten Steigerungsform des Multimilliardärs, Dagebert Duck, widersprechen wollen, dass es besser sei, reich und gesund zu sein als arm und krank? Dass die Reichen ihr Geld allein der Ausbeutung der Armen verdanken, hält Dahl für ein Ammenmärchen.

Doch die Scheidung in Arm und Reich war im Verlauf der Geschichte oft Anlass gesellschaftlicher Umwälzungen mit dem Ziel der allgemeinen Wohlfahrt. Verklärt Marquis de Sade, jeglicher jenseitiger Glücksversprechen abhold, die Befreiung von der gesellschaftlichen Normierung noch als Aufruf zu einer niemals endenden Orgie, so Maurice Schuhmann im Beitrag *„Her mit dem guten Leben!“*, entwerfen die Frühsozialisten Henri de Saint-Simon, Charles Fourier und Robert Owen in der Zeit der Französischen Revolution Utopien einer auf Harmonie begründeten Gesellschaftsordnung, in der selbst negative und destruktive Triebe zum Wohle aller Gesellschaftsmitglieder kanalisiert werden. Die Verwirklichung des Glücks des Einzelnen gilt ihnen dabei als sozialpolitische Kategorie, mithin als Aufgabe im Diesseits. Nicht von ungefähr kommt Ludwig Marcuse zu dem Schluss, dass der Sozialismus eine Glückslehre sei.

Aber schon der Skeptiker Sextus Empiricus (etwa zweites Jahrhundert n. Chr.) wusste, dass jedes willentliche Streben nach Glück sein Ziel zwangsläufig verfehlen muss. Gleichwohl sieht er im Glück das Ziel des Lebens im Sinn einer Naturanlage oder Naturausrichtung des Menschen, erläutert Christoph Horn unter dem Titel *Zwischen Antike und Moderne*. Die seelische Unruhe lasse sich nur vermeiden, wenn gezeigt werden könne, dass es von Natur aus weder ein Gut noch ein Übel gebe – genau das aber solle die „Skepsis“ als praxistaugliche Lebenskunst auf rationaler Basis leisten können.

Wurde in der Antike die Seele als ein harmonisches Ganzes betrachtet und das Individuelle nicht losgelöst vom Sozialen gedacht, sehen heutige Psychologen die Menschen eher als solitäre Konfliktwesen, deren Psyche sich in Auseinandersetzung und Abgrenzung gegen innere und äußere Widerstände bildet. Die zuneh-

mende Individualisierung führte, so Ferdinand Fellmann, zu einer Selbstsorge, die zwar an die Lebenskunst der Antike anschließt, diese aber in Richtung auf die Selbsterfindung des Menschen erweitert. Während Kant das Glück, vor allem das subjektive Glück des Einzelnen, als Begriff einer auf Vernunft basierenden Moral gleich ganz aus der Ethik verabschiedet, gibt Fellmann in seinem Beitrag *Lebenskunst oder Ethik? Im Spannungsfeld eines ungleichen Paares* zu bedenken, dass Glück für sich genommen zwar kein moralischer Begriff sei, dass Glück ohne Moral aber auch nicht zu haben ist: „Wir brauchen Lebenskunst, um unser Glück zu machen, und Ethik, um an der schnöden Welt nicht zu verzweifeln.“ Vernunftmoral und Pflichtenethik würden zwar zu einem reinen Gewissen verhelfen, so Fellmann, für ein gelingendes Leben tue jedoch nach wie vor eine Lebenskunst not, die den subjektiven Standpunkt mit dem objektiven verbindet, und: „Zur Kunst des Lebens gehört die Kunst des Liebens.“

Auch Otto-Peter Obermeier ist der Überzeugung, dass Vernunftkenntnis alleine nicht glücklich macht, dass der Ruf nach mehr Vernunft nicht der Weisheit letzter Schluss ist. In ihrer zwangsrationalen Verlegenheitslogik verdrängten Ethiker zumeist, dass Verstand und Vernunft nicht die eigentlichen Bestimmungsgrößen unseres Lebens seien, sondern das Unbewusste und die darin beheimateten Triebe. Nicht von ungefähr komme Sigmund Freud zu dem Schluss: „Das Ich ist nicht Herr im eigenen Haus.“ Um individuelles Glück und kollektive Zwänge in Einklang zu bringen, gilt es nicht, die widerstreitenden Triebe zu leugnen, zu unterdrücken oder zu bekämpfen, so Obermeier unter dem Titel *Die Jagd nach dem guten Leben*, sondern diese zu akzeptieren, zu gestalten und gekonnt zu integrieren – die lustbetonten genauso wie die der Aggression und Destruktion, denn: „Zum Glück des Menschen gehört nicht nur das ‚Diesseits‘, sondern auch das ‚Jenseits‘ der Lust.“

Die Kunst des guten und gelingenden Lebens ist offensichtlich kein Know-how, das man aus technischen Anleitungen lernen kann. Vor allem ist es etwas anderes als eine bruchlose Aneinanderreihung ekstatischer Glücksmomente. „Glück ist niemandem zu wünschen“, so das Lebensresümee des Bildhauers Alfred Hrdlicka, weil glückliche Menschen ihr privates Glück nur mehr konsumieren. Ein gelingendes Leben bestehe gerade darin, sich von der Welt und den anderen betreffen zu lassen und sich bei Bedarf auch zu erregen, sprich „Eigen-Sinn“ im besten Sinne des Wortes zu entwickeln. Doch bei allem Für und Wider: Letztendlich gilt auch für die Lebenskunst, was Ludwig Wittgenstein über die Philosophie sagt: Sie ist keine Lehre, sondern eine Tätigkeit!



Dr. Siegfried Reusch, Chefredakteur

**der blaue reiter Patenschaften:** Die Erstellung dieser Ausgabe wurde gefördert von Richard Seidel.

