



EPIKUR

*Wenn wir uns auf der Reise des Lebens befinden, müssen wir versuchen,
das, was vor uns liegt, besser zu machen, als das, was hinter uns liegt;
aber, wenn wir am Ende der Reise angelangt sind,
müssen wir
zufrieden und gelassen sein.*

EPIKUR

Wenn Religion – das, was uns mit dem Ursprung unseres Seins verbindet – durch den Zahn der Zeit zu leerem Ritualismus und düsterem Aberglauben verkommen ist, kommt es zu einer starken Gegenreaktion. Die kosmischen Hierarchien intelligenter Kräfte, die die Welt bilden und kontrollieren, wurden von den alten Griechen in ihrer ganzen Komplexität erkannt. Zur Zeit Homers jedoch wurden die Ebenen des Seins und der Wahrnehmung, die durch Götter, Göttinnen, Halbgötter und Legionen von Elementarwesen repräsentiert wurden, im menschlichen Bewusstsein durch eine anthropomorphe Genealogie verdeckt, die dem bürgerlichen Patriotismus und den Zeremonien entgegenkam. Während Homer einen informellen Kanon des persönlichen Verhaltens initiierte, trat die tiefere Bedeutung der himmlischen Heerscharen zunehmend aus dem Blickfeld der Öffentlichkeit. Das metaphysische Bedürfnis, das am stärksten im menschlichen Bewusstsein verwurzelt war, nämlich die wesentliche Einheit aller Dinge zu entdecken und zu erkennen, wurde an neuen Orten gesucht. Thales von Milet erklärte, dass Wasser das Grundprinzip der Existenz sei, und lehrte auch, dass alle Dinge voller Götter seien. Seine Lehre von der Fluidität der Natur und der Intelligenz, die in ihr und durch sie wirkt, wurde schnell konkretisiert, aber Anaximander rettete die wesentliche Idee, indem er eine Grundsubstanz postulierte, aus der alle Dinge hervorgehen und zu der sie unweigerlich zurückkehren. Um eine wörtliche Interpretation seiner Lehre zu verhindern, lehnte er es ab, dieser vorkosmischen Substanz irgendwelche Eigenschaften zuzuschreiben, und nannte sie *apeiron*, unbegrenzt und undefiniert. Es ist keine quantitative Messung möglich, und es kann keine qualitative Einzigartigkeit festgestellt werden, da alle Eigenschaften von ihr stammen.

Pythagoras erkannte den latenten Fehler in dieser Herangehensweise an die Natur und das Universum, die aufkommende Tendenz zum Materialismus, der die Physik von der Ethik, die Existenz vom Handeln trennen und die inhärente Einheit aller Manifestationen nicht begreifen würde. Das wahre Prinzip der Dinge, so lehrte Pythagoras, ist dasjenige, das sowohl die physikalische Natur als auch die Bewegung beschreibt, das Wachstum und Veränderung in der natürlichen Welt erklären und Verhaltensweisen im sozialen Kontext vorschreiben kann. Dieses einzige Prinzip manifestiert sich in seiner diversifizierenden Fähigkeit als Zahl, Klang und Farbe und in seiner vereinigenden Kraft als Verhältnis. Jedes authentische Bemühen, den Kosmos zu verstehen, ist untrennbar mit einem Leben verbunden, das den universellen Prinzipien entspricht. Beobachtung und Studium müssen durch intuitive Kontemplation und praktische Anwendung ergänzt werden. Das Erlernen der pythagoreischen Methode erforderte eine Hingabe, zu der nur wenige bereit waren, und andere philosophische Ansätze fanden Unterstützung. Xenophanes

verspottete die populäre Vorstellung von den Göttern und wies darauf hin, dass empirische Beobachtungen auf weltliche Ursachen hinter natürlichen Vorgängen hindeuten. Empedokles formulierte eine Evolutionstheorie aus der bipolaren Spannung zweier primärer Gegensätze, Liebe und Streit. Heraklit versuchte, die offensichtliche Kluft zwischen metaphysischen und materialistischen Erklärungen durch eine Lehre vom transzendenten und immanenten Logos zu überbrücken, aber seine epigrammatische Ausdrucksweise führte zu Fehlinterpretationen und Aneignungen durch divergierende und weniger subtile Standpunkte.

Die zunehmende Unzulänglichkeit der mythologischen Symbolik, den Anforderungen der vorherrschenden Rationalitätskanons gerecht zu werden, führte zu einer dialektischen Spannung zwischen den metaphysischen und empirischen Strömungen des Denkens. Die Expansion der Polis durch die Gründung von Kolonialstädten in Kleinasien und im westlichen Mittelmeerraum setzte das griechische Denken einer Vielzahl von Kulturen aus. Die Symbiose aus griechischem philosophischem Denken und der Transformation des politischen Bewusstseins führte zu einem unbeständigen sozialen Milieu. In Anlehnung an das sokratische Beispiel intensiver Selbsthinterfragung wies Platon auf eine philosophische Synthese hin, die verschiedene Stränge zu einem engagierten Streben nach individueller Erleuchtung und kollektivem Wachstum zusammenführen konnte. Er belebte die pythagoreische Tradition wieder, indem er die Akademie gründete, in der Lernen und Leben zu einer einzigen kontinuierlichen Tätigkeit verschmolzen. Er zeigte, wie individuelle Tugenden, die einst die relativ isolierte Polis gestützt hatten, auch für die neuen Staatsformen noch relevant sein konnten. Er gab Hinweise auf die Heiligkeit der Mysterien. Er bediente sich Mythen und Metaphern, um den kreativen Einsatz von Vernunft und Vorstellungskraft anzuregen. Er stellte sich eine Gesellschaft vor, in der unsterbliche Seelen maximale Erfüllung finden konnten. Er stellte das Ideal, auf das alle menschlichen Bestrebungen ausgerichtet sein sollten, in den Mittelpunkt der manifesten Existenz und spiegelte damit das transzendente Ziel der Mysterien wider.

Während Sokrates begann, die gängigen Vorstellungen von homerischen Helden und sozialer Ethik in Frage zu stellen, versuchten Leukipp von Milet und sein Schüler Demokrit von Abdera eine rein materialistische Erklärung der Natur. Ausgehend von der Erkenntnis, dass Materie ewig ist, stellten Leukipp und Demokrit fest, dass drei Faktoren notwendig sind, um die sich unaufhörlich verändernde Form zu erklären. Erstens muss es, da Veränderung eine Art von Bewegung erfordert, eine immaterielle Existenz geben, die mit der Materie gleichaltrig ist und Raum für Positionsänderungen bietet. Zweitens muss Materie aus unzerstörbaren Teilen, Atomen, bestehen, die ihren Platz wechseln können, ohne irgendeine innere Veränderung zu erfahren. Drittens ist die atomare Bewegung zeitgleich mit den Atomen und der Leere. Alle Atome sind im Wesentlichen gleich und unterscheiden sich nur in Form, Größe, Masse (als einfache Funktion der Größe) und tatsächlicher Bewegung (das Ergebnis von Kollisionen mit anderen Atomen). Aus ihren Kombinationen im Laufe der Zeit entstand der gesamte sinnlich wahrnehmbare Kosmos. Unser Weltsystem entstand, als ein Teil der unendlichen Anzahl von Atomen so kollidierte, dass ein riesiger rotierender Wirbel entstand, in dem sich die massereicheren Atome zum Zentrum hin ansammelten. So entstand zuerst die Erde und dann alles um sie herum. Da die Anzahl der Atome unbegrenzt ist, kann auch die Anzahl der möglichen Weltsysteme nicht begrenzt werden. Wissen und Empfindung sind das Ergebnis atomarer Ausströmungen, die von Objekten abgegeben werden und auf die atomaren Verkettungen der Sinnesorgane einwirken, um dann an den Geist weitergeleitet zu werden, der selbst eine Ansammlung von Atomen ist. Da Wissen auf Wahrnehmung beruhen muss, kann die Natur der Atome und der Leere erkannt werden, aber alles andere muss mit einer gehörigen Portion Skepsis betrachtet werden. Aus dieser Sicht ist die Entstehung der Natur ein Zufallsprodukt, das Ergebnis zufälliger Kollisionen von Atomen. Wenn es Hinweise auf die Anzahl der möglichen Kombinationen von Kollisionen oder zufälligen Interaktionsmustern gibt, sind diese für den Menschen weitgehend unauffindbar. Die Physik, die sich aus dem einfachen Atomismus ableiten lässt, ist begrenzt, und ethische Schlussfolgerungen sind vernachlässigbar, abgesehen vielleicht von der Annahme, dass der Tod die Auflösung einer

vergänglichen atomaren Struktur ist und daher nicht als eine Form ermüdender Existenz nach dem Tod zu fürchten ist.

Epikur wurde im Monat Gamelion (Januar) 341 v. Chr. auf der Insel Samos geboren. Sein Vater Neokles war als athenischer Kolonist dorthin gegangen, und Epikur war folglich athenischer Bürger und gehörte zum Demos von Gargettus. Der Überlieferung zufolge war sein Vater ein Schulmeister, für den er einmal Tinte zubereitete, und seine Mutter Chaerestrata war abergläubisch und zwang ihn oft, mit ihr zusammen Beschwörungsformeln zu rezitieren. Nach seinen eigenen Angaben begann er im Alter von vierzehn Jahren, Philosophie zu studieren. Die Freiheit der Kolonie und das unbeständige politische Klima hielten ihn von der Akademie, dem Lyzeum und jeder anderen formalen Disziplin in seinem Studium fern. Etwa zu der Zeit, als er sich 323 v. Chr. offiziell als Bürger in Athen einschreiben ließ, trieben der Tod Alexanders des Großen, der darauf folgende Lamische Krieg und die Vertreibung der athenischen Kolonisten aus Samos durch Perdikkas seine Familie nach Kolophon. Offenbar wanderte Epikur ein Jahrzehnt lang durch Kleinasien, untersuchte verschiedene philosophische Lehren und entwickelte eine tiefe Abneigung gegen alle Riten und Bräuche, die blinde Gehorsamkeit erforderten. Im Jahr 310 v. Chr. trat er in Mitylene als Philosoph in Erscheinung, dessen Verachtung für seine Kollegen nur von seiner Abneigung gegen Aberglauben übertroffen wurde. Seine harte Beurteilung des philosophischen Bereichs war nicht das Ergebnis von Begegnungen mit den führenden Vertretern der großen Traditionen, sondern beruhte vielmehr auf einer Vielzahl von Lehrern und Predigern, die sich von den wichtigsten Zentren des philosophischen Lernens fernhielten. Da er nur wenige fand, die ihn herausfordern konnten, und niemanden, der seinen forschenden Geist befriedigte, beschäftigte sich Epikur mit der Entwicklung einer originellen und umfassenden Philosophie.

„Es gibt nichts Neues unter der Sonne“, erklärte Kohelet. Die Elemente des epikureischen Denkens lassen sich auf ältere Philosophen zurückführen, aber Epikur überdachte alles neu und erklärte kühn, dass er niemandem intellektuell etwas schuldig sei. Während seiner Lehrtätigkeit in Mitylene gewann Epikur Hermarchos für seine Ansicht, und dieser hingebungsvolle Schüler wurde schließlich sein Nachfolger. Auf einer Reise nach Lampsacus am Hellespont knüpfte Epikur dauerhafte Beziehungen zu führenden Bürgern der Stadt, die sich als fähige Schüler erwiesen. Idomeneus und Leonteus, Metrodorus und Polynaeus korrespondierten ihr Leben lang mit ihm. Nachdem er eine Reihe von Anhängern um sich versammelt und sich als Lehrer in Kleinasien einen Namen gemacht hatte, zog er mit ihnen um 306 v. Chr. nach Athen. Im Stadtteil Melite kaufte er für achtzig Minen ein Haus mit Garten und gründete seine Schule, die einfach als „der Garten“ bekannt war. Abgesehen von einigen kurzen Besuchen in Kleinasien lebte er den Rest seines Lebens im Garten. Schüler und Bewunderer versammelten sich um ihn, darunter auch seine drei Brüder, die sich durch ihre Loyalität und Hingabe auszeichneten. Sein Kreis von Schülern hatte außer der Verehrung für Epikur keinen gemeinsamen Nenner, denn seine Mitglieder kamen aus allen sozialen Schichten und Hintergründen. Frauen waren ebenso willkommen wie Sklaven. Obwohl er ein ruhiges und zurückgezogenes Leben führte und sich aus Prinzip aus Politik und öffentlichen Angelegenheiten heraushielt, diskutierten die wichtigsten Denker seiner Zeit mit ihm oder schrieben kritische Essays über seine Lehren. Seine umfangreichen Schriften wurden in der Antike nur von Chrysippos an Zahl übertroffen. Seine Werke zielten darauf ab, seine Lehren in einer Form zu verbreiten, die für alle zugänglich war, die ihr Leben in Ordnung bringen wollten. Anstatt den reinen attischen Dialekt zu verwenden, der selbst für die Gebildetsten zu fremd war, schrieb er in einem griechischen Stil, der sich schließlich zur Koine, der Sprache des Neuen Testaments, entwickelte.

Die letzten Jahre seines Lebens waren nach gewöhnlichen Maßstäben wirklich traurig. Sein schlechter Gesundheitszustand wurde sehr schmerzhaft. Sieben Jahre vor seinem Tod starb sein Lieblingsschüler Metrodorus, kurz darauf folgte ihm der scharfsinnige Polynaeus. Epikur übernahm die Verantwortung für ihre Kinder und versorgte sie in seinem Testament. Gegen Ende seines Lebens schrieb Epikur an Idomeneus: „Ich habe alle möglichen Schmerzen und Qualen des Körpers, aber dem steht die Freude meines Herzens gegenüber, wenn ich mich an unsere

glücklichen Gespräche in der Vergangenheit erinnere.“ Er starb 270 v. Chr., nachdem er die Zuneigung von Anhängern in der halben griechischsprachigen Welt gewonnen hatte. Der Einfluss seiner Persönlichkeit und die Popularität seiner Lehren waren so groß, dass seine Schule länger florierte als ihre Konkurrenten und ihre Führer sich rühmen konnten, dass zwar viele zu den Lehren des Epikur konvertiert waren, aber kein einziger Epikureer zu einer anderen Schule übergelaufen war. Die Stoa entstand zum Teil, um dem Einfluss des Gartens entgegenzuwirken, insbesondere den unphilosophischen Exzessen, die mit dem populären Epikureismus verbunden waren, aber selbst die schärfsten Kritiker des Epikur – Cicero, Seneca und Plutarch – sind sich einig in der Lobpreisung seines edlen Charakters, der von Mitgefühl, Großzügigkeit und sanfter Vernunft geprägt war.

Wie die Atomisten vor ihm gründete Epikur seine Physik auf die strikte Einhaltung der Vernunft gegenüber der Erfahrung der Beobachtung und vermied dabei einerseits nicht überprüfbare Spekulationen und andererseits pauschalen Skeptizismus. Jede Vorstellung von Materie als völlig ohne Geist oder Leben ist auf dieser Grundlage unvorstellbar, denn es scheint, dass sich die Komplexität der atomaren Struktur und die besonderen Arten der beteiligten Atome epiphänomenal in beobachtbaren Lebensformen offenbaren. Die menschliche Seele oder das Lebensprinzip durchdringt den gesamten menschlichen Körper und besteht aus den kleinsten, glattesten, runden Atomen. Ebenso sind die Götter, da sie zusammengesetzt sind, nicht ewig, aber sie sind im Vergleich zu anderen Wesen perfekter und fast unsterblich, weil sie aus den feinsten Atomen bestehen. Während Leukipp behauptete, dass zusammengesetzte Körper durch die Kollision von Atomen entstehen, akzeptierte Epikur die populärere Vorstellung, dass Atome in einem unaufhörlichen freien Fall durch die unendliche Leere existieren. Da Größe und Form keinen Einfluss auf die Fallgeschwindigkeit von Atomen haben, bedarf es eines Prinzips, um ihre anfängliche Wechselwirkung zu erklären, selbst wenn man bereit wäre, alle nachfolgenden Begegnungen auf abgeleitete Abpraller zurückzuführen. Tatsächlich erfordert das Bestreben, nur universelle Erklärungsprinzipien zu verwenden, dass der Prozess, der die Atome ursprünglich zusammenbringt, während der gesamten Dauer des Universums und aller Weltensysteme, die darin entstehen und vergehen, weiterwirkt. Da Epikur auf einer Erklärung der Natur bestand, die eine vollständige Erklärung der menschlichen Phänomene lieferte, konnte die Bewegung der Atome nicht vollständig mechanistisch sein, da dies die beobachtbare Tatsache des freien Willens im menschlichen Verhalten leugnen würde. Um den moralischen und materiellen Anforderungen einer universellen Theorie gerecht zu werden, vertrat Epikur die Auffassung, dass Ökonomie und Vollständigkeit die Postulierung einer Affinität zwischen Atomen erfordern, die sich in einer unvorhersehbaren Abweichung von ihrem ansonsten linearen Fall manifestiert. Dies löst ursprüngliche Wechselwirkungen aus, die es dem Weltsystem ermöglichen, sich zu bilden, zu verändern und aufzulösen, und schließt die Annahme einer ungerechtfertigten (weil unbeweisbaren) mechanistischen Vorstellung von Mensch und Natur aus. Der Impuls zur Veränderung ist nicht erkennbar, obwohl die Prinzipien der Veränderung dargelegt werden können.

Ohne die atomare Abweichung wäre das philosophische Leben unmöglich, und da rationales Verhalten der einzige Zweck intellektueller Forschung ist, bestand Epikur darauf, dass „es besser wäre, den Mythos über die Götter zu akzeptieren, als ein Sklave des Determinismus der Physiker zu sein“. Deshalb vertrat Epikur die Auffassung, dass der Mensch untrennbar mit der Natur verbunden ist und dennoch einen freien Willen hat. Der griechische Atomismus lässt keine wesentlichen Ausführungen über diesen Punkt hinaus zu, aber er liefert eine Erklärung für die Sinneswahrnehmung. Leukipp hatte die zuerst von Empedokles vorgeschlagene Theorie der Ausströmungen übernommen. Objekte geben Idole ab, dünne atomare Abbilder ihrer selbst, die auf die Augen und andere Sinnesorgane treffen und laut Epikur an das Gehirn weitergeleitet werden. Die daraus resultierende atomare Erregung und Veränderung ist die Wahrnehmung, die weitere Aktivitäten auslöst, die als Denken bekannt sind. Demokrit hatte die Vermutung hinzugefügt, dass auch die Augen und andere Sinnesorgane Ausströmungen abgeben, die auf die Idole der Objekte treffen, bevor sie die Sinne erreichen. In beiden Fällen besteht Raum für Verzerrungen in der Wahrnehmung, und so muss man davon ausgehen, dass alle Eigenschaften, die über die einzelnen

Atomen zuschreibbaren hinausgehen, das Ergebnis dieser Wechselwirkung sind. Das Wissen über äußere Dinge ist daher unvollständig, verdeckt durch das, was viel später als „sekundäre Eigenschaften“ bezeichnet werden sollte, und beeinflusst durch dazwischenliegende Atomkomplexe. Während Wissen auf Beobachtung basiert, erfordern die Prozesse der Wahrnehmung eine skeptische Haltung gegenüber dem, was bekannt ist und bekannt sein kann.

In der epikureischen Philosophie hat jeder Mensch eine Seele, die Aufmerksamkeit erfordert. In seinem *Brief an Menoeceus* schrieb Epikur:

Kein junger Mensch soll das Studium der Philosophie aufschieben, und kein alter Mensch soll dessen überdrüssig werden, denn es ist nie zu früh und nie zu spät, sich um das Wohlergehen der Seele zu kümmern. ... Der erstere, damit er auch im Alter noch das Glück der Jugend in seinen angenehmen Erinnerungen an die Vergangenheit bewahren kann, der letztere, damit er, obwohl er alt ist, gleichzeitig jung sein kann, weil er keine Angst vor der Zukunft hat.

Die Hauptursachen für menschliches Elend sind abergläubische Fehlvorstellungen über die Götter, die auf einer ungerechtfertigten Projektion menschlicher Eigenschaften auf sie beruhen, und die Angst vor dem Tod aufgrund von Unkenntnis der Physik. „Die Götter existieren tatsächlich“, bekräftigte Epikur, „denn unsere Wahrnehmung von ihnen ist klar“, aber das Bewusstsein der Menschen für die Götter wird durch den falschen Glauben verzerrt, dass sie belohnen und bestrafen, je nachdem, inwieweit die Menschen ihren Vorlieben und bevorzugten Eigenschaften entsprechen. Die Angst vor dem Tod ist ebenso töricht, da sie das Ereignis in keiner Weise verhindert oder dem Leben nützt. „Gewöhne dich an den Glauben, dass der Tod für uns keine Bedeutung hat“, riet Epikur Menoeceus, „denn alles Gute und Böse liegt in der Empfindung, und die Empfindung endet mit dem Tod.“ Wenn die Seele sterblich ist, kann sie nach dem Tod nichts mehr erleben, und daher ist es unmöglich, die Maßstäbe für Gut und Böse, aus Zuständen nach dem Tod, den elysischen Feldern oder dem dunklen Tartarus abzuleiten. Da die Seele für alle ihre Erfahrungen, von Empfindungen abhängig ist, müssen Gut und Böse in den Empfindungen selbst liegen. Empfindungen treten nicht einfach bei einem passiven Empfänger auf, denn sie werden durch die bereits vorhandenen Wünsche moduliert, gesucht oder vermieden.

Man muss bedenken, dass einige Wünsche natürlich sind, andere eitel, und dass von den natürlichen Wünschen einige notwendig sind, andere nur natürlich. Von den notwendigen Wünschen sind einige für das Glück notwendig, andere für das Wohlbefinden des Körpers, wieder andere für das Leben selbst. Der Mensch, der dies vollkommen versteht, wird wissen, wie er jede seiner Entscheidungen und Ablehnungen darauf ausrichten kann, körperliche Gesundheit und Seelenfrieden zu erlangen, da dies das endgültige Ziel eines glücklichen Lebens ist. Denn um dieses Ziel zu erreichen, nämlich Freiheit von Schmerz und Angst, tun wir alles.

Da Empfindungen die Quelle des Glücks oder Unglücks der Seele sind und da das Gute nichts anderes als das Glück der Seele bringen kann, sind jene Empfindungen gut, die zum Glück führen.

Wir erkennen das Vergnügen als das erste und natürliche Gut an; ausgehend vom Vergnügen akzeptieren oder lehnen wir ab; und wir kehren zu diesem zurück, wenn wir jedes gute Ding beurteilen, und vertrauen diesem Gefühl des Vergnügens als unserem Leitfaden.

Die Philosophie des Epikur zog viele Menschen an, weil sie jedem Menschen einen Test bietet, mit dem er feststellen kann, was gut ist und was daher das richtige Verhalten ist. Die Gleichsetzung von Vergnügen mit Güte löste Protestrufe anderer Schulen aus, zweifellos hauptsächlich aufgrund eines groben Missverständnisses des Epikur seitens jener Schüler, die eher eine Lizenz für seine Philosophie suchten, als sie zu verstehen. Epikur unterschied zwischen verschiedenen Arten von Wünschen aus dem wichtigen Grund, dass Freuden Nebenprodukte in Form von Schmerzen mit sich bringen.

Gerade weil das Vergnügen das wichtigste und natürliche Gut ist, wählen wir nicht jedes Vergnügen, sondern es gibt Zeiten, in denen wir auf Vergnügungen verzichten, wenn sie durch die damit verbundenen Schwierigkeiten aufgewogen werden. ... Jedes Vergnügen ist ein Gut, da es eine unserer Natur ähnliche Beschaffenheit hat; dennoch ist nicht jedes Vergnügen zu wählen.

Epikur hatte ein tiefes Verständnis für die Natur der Gegensätze. Mit freiem Willen und dem Verständnis für die Arten von Wünschen, die man zu erfüllen suchen kann, kann man jene Freuden wählen, die der Seele dauerhaftes Glück schenken. Das Wort *hedone* hat verschiedene Bedeutungsebenen. Man kann von der *hedone* des Essens sprechen, und „Genuss“ scheint hier angemessen, aber Epikur spricht auch von der *hedone* einer unbeschwerten Seele, und hier kommt „Freude“ der Bedeutung näher. So riet Epikur Menoeceus:

Wenn wir sagen, dass das Vergnügen das Ziel ist, meinen wir nicht das Vergnügen der Verschwender oder das, das von körperlichem Genuss abhängt – wie manche denken, die unsere Lehren nicht verstehen, ihnen widersprechen oder sie falsch interpretieren –, sondern mit Vergnügen meinen wir den Zustand, in dem der Körper frei von Schmerzen und der Geist frei von Angst ist. Weder ständiges Trinken und Tanzen noch sexuelle Liebe oder der Genuss von Fisch und allem, was der luxuriöse Tisch sonst noch zu bieten hat, führen zu einem angenehmen Leben; vielmehr wird es durch die nüchterne Vernunft hervorgebracht, die das Motiv für jede Entscheidung und Ablehnung untersucht und all jene Meinungen vertreibt, durch die der größte Tumult den Geist erfasst.

Während jedes spezifische Vergnügen mit gewissen Kosten verbunden ist, ist das Leben, das für die Seele am freudigsten ist, eines von unverfälschter Einfachheit, Selbstgenügsamkeit und Ruhe. Jede Gesellschaft wird bürgerliche Pflichten auferlegen, die mit Präzision und Distanz erfüllt werden können, aber politische Ambitionen und soziales Engagement werden nur die Freude der Seele stören. Jede Beziehung trägt ihre Lasten, aber vertragliche Vereinbarungen und leidenschaftliche Liebesbeziehungen bringen Schmerzen mit sich, während Freundschaften, die sich auf angenehme und erhebende Gespräche konzentrieren, Glück hervorbringen können. Freunde sollten mit großer Sorgfalt ausgewählt werden, damit man nicht missbraucht oder ausgenutzt wird, und sie sollten aus einem gewissen Eigeninteresse heraus ausgewählt werden, aber wenn echte Freundschaft wächst, wird man entdecken, dass es mehr *hedone* bringt, einem Freund zu helfen und ihn aufzubauen, als selbst unterstützt zu werden. Der Kreis um Epikur war bekannt für seine tiefen und dauerhaften Freundschaften.

Die Einfachheit der philosophischen Lehre des Epikur steht im Gegensatz zu den mächtigen Implikationen, die sich daraus ableiten lassen. „Denkt daran, dass die Zukunft weder uns gehört noch ganz und gar nicht uns gehört“, lehrte Epikur, „damit wir weder darauf zählen, dass sie mit Sicherheit kommen wird, noch die Hoffnung auf sie aufgeben, dass sie mit Sicherheit nicht kommen wird.“ Es kann keine Freude (und daher auch keinen Schmerz) in der Zukunft geben, sondern nur in der Gegenwart, denn die Vergangenheit existiert nur in den gegenwärtigen Erinnerungen. „Unendliche Zeit und endliche Zeit bergen gleich viel Freude, wenn wir die Grenzen dieser Freude mit der Vernunft messen.“ Daher „gibt es keinen Grund, die Gegenwart zu verderben, indem man sich nach dem sehnt, was nicht ist; denke vielmehr daran, dass sogar das, was du hast, deine Erwartungen übertroffen hat“. Da „der Hauptteil des Glücks die Veranlagung ist, die wir selbst kontrollieren können“, schlug Epikur vor, alle Wünsche einer kritischen Prüfung zu unterziehen, um den Nutzen für die Seele festzustellen.

Stelle jedem Wunsch die Frage: Was gewinne ich, wenn ich diesen Wunsch befriedige, und was verliere ich, wenn ich ihn unterdrücke?

Wenn man jedes Mal, wenn diese Frage gestellt wird, klar über die Antwort nachdenkt, bis die Frage mit jedem Atemzug ganz natürlich aufkommt, wird man lernen, auf die groben Freuden zu

verzichten, deren vergängliche Intensität die Seele in Raserei und Elend versetzt, und sich der freudigen Ruhe der eigenen Natur der Seele nähern, unberührt vom Tumult der Welt, befreit von der Versklavung durch die Zeit und der Angst vor dem Tod, ohne Vorfreude oder Erwartungen, gelassen in dem Wunsch, einfach nur zu sein.

Meditiere über diese und ähnliche Lehren, bei Tag und bei Nacht, allein oder mit einem gleichgesinnten Freund. Dann wirst du niemals, weder im Wachzustand noch im Schlaf, verzweifeln, sondern wie ein Gott unter den Menschen leben. Denn das Leben inmitten unsterblicher Segnungen ist in keiner Weise mit dem Leben eines bloßen Sterblichen zu vergleichen.

*Wisse,
dass diese Loslösung von der Vereinigung mit dem Schmerz als Yoga,
spirituelle Vereinigung oder Hingabe bezeichnet wird,
nach der ein Mensch
mit Glauben und Standhaftigkeit streben soll.*

SHRI KRISHNA

OM

