

Epikurs Philosophie der Freude

Auszug aus dem Aufsatz „Die Philosophie Epikurs“ von Jan Schenkenberger, 12/2000

Ziel des Lebens ist die absolute Lust, die durch Abwesenheit von körperlichem Leid und durch eine Seele, die frei von Furcht, also ausgeglichen ist, entsteht.

Der Körper will nur:

„Nicht hungern, nicht dürsten, nicht frieren.“

Die Seele will:

„Nicht Angst haben.“

Dieses Ziel darf der Mensch nie aus dem Blick verlieren, vor allem muß er jede seiner Handlungen sorgfältig abwägen, da bloße Sinnenlüste keinen wirklichen Schmerz beseitigen können, aber durchaus seine Ursache sein können. Deshalb muß man auch oft verzichten, manchmal sogar momentanen Schmerz in Kauf nehmen, um später einen größeren Lustgewinn zu erreichen.

Wie ist dieses Ziel nun zu erreichen?

Die Abwesenheit körperlichen Leides ist für Epikur kein besonderes Problem: die Intensität von Schmerz ist immer antiproportional zu dessen Dauer; das macht ihn nicht nur erträglich, dieses Bewußtsein sorgt auch dafür, daß Schmerz für die Glückseligkeit bedeutungslos wird.

„Den glückseligen Tag feiernd und zugleich als letzten meines Lebens vollendend schreibe ich euch dies: ihn begleiten Blasen- und Darmkoliken, die keine Steigerung zulassen. Doch all dem widersetzt sich die Freude meines Herzens über die Erinnerung an die von uns abgeschlossenen Erörterungen...“ Epikur

Schwieriger wird es mit der Ausgeglichenheit der Seele. Sie ist zu erreichen durch die Befreiung von der Furcht vor dem Tod und den Göttern, was durch das Studium der Natur zu erreichen ist und die Befreiung von nichtigen Bedürfnissen; dies gelingt durch philosophische Einsicht.

Erstrebenswert sind für Epikur in erster Linie nur die Dinge, die zur Erfüllung unserer grundlegenden Bedürfnisse dienen. Diese sind aber leicht zu erreichen, so daß sie uns keine Schwierigkeiten machen. Alles was darüber hinausgeht, ist für unser Glück nicht von Bedeutung:

„Den Menschen nutzt der naturwidrige Reichtum ebensowenig wie das Nachfüllen von Wasser in ein schon gefülltes Gefäß, denn offenbar fließt beides wieder nach außen ab.“ Epikur

Epikur empfiehlt also ein genügsames Leben, der Mensch soll unabhängig von äußeren Einflüssen werden. So ist auch sein Ausspruch:

„Lebe im Verborgenen!“

zu deuten.

Ist die Glückseligkeit einmal erreicht, lebt der Mensch wie Zeus selbst; ihre Qualität wird von ihrer Dauer nicht beeinflußt. Sie ist der Höhepunkt des Lebens, der Mensch ist vollkommen von ihr erfüllt und hat keine Wünsche mehr; er kann dann ruhig sterben

Quellen:

Epikur	Briefe Sprüche Werkfragmente	Reclam	1997
Lutz, Bernd (hrsg.)	Metzler Philosophen Lexikon	Metzler	1995

Hauptlehrsätze und Sprüche von Epikur über das Glück

Epikur empfiehlt „vier Heilmittel“ zur Erlangung von Glück.

Die vier Heilmittel

Immer sollten dir die vier Heilmittel zur Hand sein:
Vor der Gottheit brauchen wir keine Angst zu haben.
Der Tod bedeutet Empfindungslosigkeit.
Das Gute ist leicht zu beschaffen.
Das Schlimme ist leicht zu ertragen.

1.) Zitate zur „Freude und absoluten Lust“

Wir sind ein einziges Mal geboren, zweimal geboren zu werden, ist nicht möglich, eine ganze Ewigkeit hindurch werden wir nicht mehr sein dürfen. Und da schiebst du das, was Freude macht, auf, obwohl du nicht einmal Herr bist über das Morgen? Über dem Aufschieben schwindet das Leben dahin, und so mancher von uns stirbt, ohne sich jemals Muße gegönnt zu haben,

Hauptlehrsatz 5

Man kann nicht in Freuden leben, ohne mit Vernunft, anständig und gerecht zu leben; aber man kann auch nicht vernunftvoll, anständig und gerecht leben, ohne in Freuden zu leben. Wenn aber die Voraussetzung zu einem vernunftvollen, anständigen, gerechten Leben fehlt, der kann auch nicht in Freuden leben.

Hauptlehrsatz 8

Keine Freude ist an sich Übel, doch das, was gewisse Freuden erzeugt, bringt vielerlei Beschwerden mit sich, die die Freuden um ein Vielfaches übersteigt.

Hauptlehrsatz 17

Der gerechte Mensch erfreut sich des größten Seelenfriedens, während der ungerechte übervoll ist von Unfrieden.

Hauptlehrsatz 27

Von allen Gütern, die die Weisheit sich zur Glückseligkeit des ganzen Lebens zu verschaffen weiß, ist bei weitem das größte die Fähigkeit, sich Freunde zu erwerben.

Wir dürfen die Natur nicht vergewaltigen, sondern müssen ihr gehorchen, gehorchen werden wir ihr, wenn wir die notwendigen Begierden befriedigen, die natürlichen nur, wenn sie nicht Schaden bringen; die schädigenden aber müssen wir rücksichtslos unterdrücken.

Wer des Guten, das er erfahren, nicht mehr gedenkt, ist am gleichen Tag ein Greis geworden.



Die Naturwissenschaft macht die Menschen nicht zu geschäftigen Prahlern und Schwätzern, noch zu solchen, die ihre bei der großen Menge hochgeschätzten Bildung zur Schau stellen, sondern sie macht sie selbstbewußt, selbstgenügsam und stolz, stolz nicht auf äußere Güter, sondern auf ihren

eigenen inneren Besitz.



Wir müssen versuchen, den nächsten Tag immer besser zu gestalten als den vorhergehenden, solange wir auf dem Wege sind; sind wir dann ans Ziel angelangt, sollen wir glücklich und zufrieden sein.



Ich dagegen rufe die Menschen zu dauernden Freuden auf und nicht zu nutzlosen und sinnlosen Tugenden, deren Früchte man nur voller Unruhe erhoffen kann.

2.) Zitate zur „Abwesenheit von körperlichem Leid“

Hauptlehrsatz 3

Die Höchstgrenze der Freude liegt da, wo alles Schmerzende besiegt ist. Denn wo die Freude ist, da gibt es , solange sie dauert, weder Schmerz noch Trübsal, noch beides zusammen.

Hauptlehrsatz 4

Der Schmerz dauert nicht ununterbrochen im Fleische, sondern der heftigste Schmerz währt nur sehr kurze Zeit; wenn er nur die Freude im Fleisch übersteigt, bleibt er nicht viele Tage. Auch langwährende Schwächezustände bergen immer noch ein Mehr von Freude als von Schmerz im Fleische.

Hauptlehrsatz 21

Wer die Grenzen des Lebens kennt, weiß, daß leicht zu beschaffen ist, was den Schmerz des Entbehrens beseitigt und was das ganze Leben vollkommen macht. Daher hegt er durchaus kein Verlangen nach Dingen, die mit Kämpfen verbunden sind.

3.) Zitate zur „Freiheit von Furcht“

Hauptlehrsatz 2

Der Tod ist für uns ein Nichts, denn was der Auflösung anheim gefallen ist, besitzt keine Empfindung mehr, was aber keine Empfindung mehr hat, bedeutet für uns nichts mehr.

Hauptlehrsatz 12

Es wäre für uns nicht möglich, uns von den angstvollen Gedanken an die höchst entscheidenden Dinge zu befreien, wenn wir von der Natur des Alls keine Kenntnis hätten, sondern argwöhnen müßten, es könne doch etwas an den Mythen sein. Daher können wir ohne Naturkenntnis keine ungemischte Freude genießen.



Tue nichts im Leben, was dir Angst einflößen muß, wenn es deinem Nachbarn bekannt wird.

Quelle:

Epikur - Philosophie der Freude

Briefe, Hauptlehrsätze, Spruchsammlung, Fragmente herausgegeben v. Paul M. Laskowsky,
Insel-Taschenbuch ISBN 3-458-32757-6