

15. April 2020

THEMEN CORONAVIRUS CORONA-DATEN THEMENWELTEN DOSSIERS

Lampertheim

Philosophie Anton Schmitt sieht in der Geisteshaltung des Stoizismus eine Möglichkeit, mit den Zumutungen durch die Verbreitung des Coronavirus umzugehen

Glückserfahrungen in Zeiten der Krise

15. April 2020 Autor: Anton Schmitt



Auch in Deutschland musizieren die Menschen auf den Balkonen und schöpfen aus der Situation neue Kraft und entdecken neue Perspektiven. Hier sind Mitglieder des Freiburger Barockorchesters zu sehen. - © picture alliance/Patrick Seeger/dpa

Lampertheim. Auf allen Kanälen permanent nur eines: Corona. Und allenthalben Beispiele für Panik: Hamsterkäufe, Streit an Supermarkt-Kassen, wer was wieviel kaufen darf, Rauswurf von Mitbürgern aus öffentlichen Bussen wegen ihres Hustens ...

Hat uns vor diesem Hintergrund die abendländische Weisheitstradition auch heute noch etwas zu bieten?

Antworten liefert etwa der Stoizismus. Ein Konzept neben anderen, das vor fast 2000 Jahren entwickelt wurde. So lautet der Hauptsatz des Epiktet: „Nicht die Dinge selbst beunruhigen die Menschen, sondern deren Meinungen und die Urteile (Vorstellungen) über die Dinge.“ Beunruhigendes ist also nicht in den Dingen selbst enthalten, sondern kommen in uns selbst auf. Trete ich zum Beispiel barfuß auf eine Reißzwecke und empfinde Schmerz, so steckt dieser Schmerz ja nicht selbst in der Reißzwecke. Schmerz entsteht nur in uns.

Was immer das Coronavirus überträgt, so bleibt doch davon zu unterscheiden, was wir in unserem Bewusstsein damit anstellen. Das kann weit über das rein physikalisch-biologische Geschehen hinausreichen und sich in panischer Angst äußern, auch wenn wir gar nicht von dem Virus infiziert sind. Das sollten wir aber – stoisch betrachtet – klar auseinanderhalten. Und wir sollten unsere über die tatsächlichen Sachverhalte überschießenden Phantasien im Zaum halten. Denn nicht zuletzt bietet die damit erreichbare Seelenruhe beziehungsweise Gelassenheit mehr Glück als das Abdriften in panische Sorgen und Verzweiflung.

Nehmen wir eine nächste Grundregel des Stoizismus: „abstine et sustine!“. Was heißt: „Halte dich (so weit als möglich) fern („Abstinenz“) und zwar von den „realen“ Bedrohungen, also hier: den Gefahrenherden. Und zweitens bedenke: Man kann nicht alle Gefahren vermeiden. Es gibt Unvermeidliches, Widerfahrnisse, Schicksalsschläge, die einen einfach treffen können, auch wenn mal alles versucht hat, sie zu vermeiden. So sind eben die Bedingungen unseres Lebendigseins. Wir können nicht alles nach unserer Lust und Laune kontrollieren und einrichten. Es bleibt immer ein Rest an „Widersetzung der Natur“ – dessen sollten wir stets eingedenk bleiben. Spätestens, wenn wir einmal sterben müssen, zeigt sich unsere ganze Ohnmacht gegenüber der Natur. Aber bis es soweit ist, können wir und sollten noch die Glücksmomente genießen, die in der Gegenwart möglich sind, weil wir alleine in ihr wirklich leben. Für den Rest des Unabwendbaren bleibt eben nur: „Ertrage es!“ (sustine), jedoch ohne zu vergessen: Erst, wenn es eingetreten ist.

Dazu noch ein letzter stoischer Grundsatz: „nolentem trahunt, volentem ducunt fata“ (Den Unwilligen zerrt das Schicksal, den Einwilligenden führt es). Das könnte man so verstehen: Nichts verdrängen, nicht sinnlos dagegen protestieren, sondern annehmen, was einem unvermeidlich geschieht. Und zwar konkreter noch so: Auf der einen Seite, sich die schlimmstmöglichen Konsequenzen des Geschehens vorstellen (genannt „praemeditatio malorum“ (etwa: „Ausmalen der größten Übel“)). Auf der anderen Seite aber sich dadurch auch nicht gänzlich vom „Carpe diem“ (ergreife die Stunde, den Tag) abhalten zu lassen.

Einem Schauen also, was einem gerade die widrigen Umständen noch an sinnvollen, erfüllten Lebensmöglichkeiten bieten können. Man denke zum Beispiel an das Phänomen in manchen italienischen Städten, wo die Bewohner die dort verhängte Ausgangssperre dazu nutzen, sich auf den Balkonen ihrer Häuser einzufinden und gemeinsam Musik zu machen. Auf diese Weise eröffnen die unser gewohntes Miteinander nun so massiv einschneidenden Maßnahmen die Gelegenheit, unser Leben auch einmal aus etwas ungewohnteren Perspektiven zu betrachten. Vor Allem hinsichtlich der Fragen: Waren wir denn zuvor wirklich glücklich? Oder haben wir uns dieser Frage gar nicht gestellt im Hamsterrad des Alltags? Stehen vielleicht sogar Glückserfahrungen bereit, die wir in diesen Zeiten machen dürfen? Das sind Grundfragen der stoischen Philosophie.

Diese lässt sich mit dem „Gelassenheitsgebet“ ganz gut auf den Punkt bringen: „Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“

Anton Schmitt ist Philosoph. Er lebt in Lampertheim und schreibt philosophische Kolumnen für den „Südhessen Morgen“.

© Südhessen Morgen, Mittwoch, 15.04.2020