

Epikurs Tetrpharmakon

Diese Arbeit ist aus meinem Interesse am griechischen Philosophen Epikur entstanden. Sein Leben soll im Folgenden vorgestellt und seine wesentlichen Ansichten näher erklärt werden. Dabei stütze ich mich vor allem auf sein bekanntes *Tetrpharmakon*.

Epikur (341-271 v. u. Z.) war ein Philosoph des hellenistischen Griechenlands. Er wuchs auf der Insel Samos, welche in der Ägäis unweit vor der Küste Kleinasiens liegt, auf. Der junge Epikur studierte Philosophie bei Anhängern von Platon und Demokrit und wurde stark durch die Lehren des letzteren geprägt. Berühmtheit erlangte die von ihm gegründete Schule in einem Garten vor den Stadttoren Athens. Neben denen der Stoiker waren Epikurs Lehren nach seinem Tod weit in der hellenistischen Welt verbreitet. Mit dem Aufkommen des Christentums nahm ihre Beliebtheit ab, jedoch wurden sie in der Renaissance und der frühen Moderne teilweise wieder aufgegriffen.

Obwohl Epikur umfangreiche Schriften verfasst haben soll, ist fast nichts erhalten geblieben. Viele Autoren beziehen sich auf Sekundärquellen (z.B. Plutarch, Cicero oder Lucretius) oder auf die vom Philosophiehistoriker Diogenes Laertios verfasste Reihe über die Philosophen des antiken Griechenland. Diese enthält unter anderem die *Kyriai doxai*, eine Ansammlung Epikurs sogenannter Hauptlehrsätze. Die Originaltexte sind leicht verständlich geschrieben. Der Philosoph will mit seiner Lehre Menschen helfen und schreibt daher bewusst für ein breites Publikum. Seine einfachen und zugleich prägnanten Texte machen ihn zu einem großen Philosophen .

Das Tetrpharmakon („Vierfachmedizin“) ist sozusagen eine Quintessenz Epikurs Lehren. Sie kann in seinem *Brief an Menoikeus* (133) nachgelesen werden:

„Denn schließlich, wen könntest du höher stellen als jenen, der über die **Götter fromme Gedanken hat** und der hinsichtlich des **Todes vollkommen ohne Furcht** ist, der das Endziel der Natur begriffen hat und der verstanden hat, dass die oberste Grenze des **Guten leicht zu erfüllen** und leicht zu beschaffen ist, dass aber die oberste Grenze des **Übels** entweder der Zeit oder dem Schmerze nach **nur schmal ist?**“ (s. [1] S. 104)

Im Folgenden sollen die Wundermittel dieser Medizin näher erläutert werden.

Die Götter

Um die Gottesfurcht richtig einordnen zu können, muss man sich in Epikurs Zeit versetzen. Damals stand außer Frage, dass es Götter gibt und diese die Geschicke der Menschen leiten. Götter waren allgegenwärtig und die hellenistische Gesellschaft war diesbezüglich nicht zu vergleichen mit den heutigen Zeiten, welche insbesondere in den Industrieländern durch eine zunehmende Abkehr von Religion geprägt sind. Epikur selbst leugnet nicht die Existenz der Götter („Götter nämlich existieren; denn die Gotteserkenntnis hat sichtbare Gewissheit“ s. [1] S. 100) will aber ein radikal anderes Bild der Allmächtigen vermitteln.

Die Götter sind seiner Meinung nach überhaupt nicht so, wie sie sich das Volk vorstellt. Für Epikur gibt es das Konzept einer Gottheit schon seit den Urahnen. Erscheinungen von Wesen die im Traum oder in Trance wahrgenommen werden, beflügeln die Fantasie und lassen die Idee von „übermenschlichen“ Geschöpfen entstehen. Deren scheinbare Bewegungen und die Tatsache, dass sie sprechen, führen jedoch dazu, dass den Göttern menschliche Eigenschaften angedichtet werden. Die Erscheinungen kehren immer wieder, was den Unsterblichkeitsgedanken untermauert (vgl [2] S. 91ff.). Hinzu kommen unerklärlichen Naturphänomene (Blitze, Erdbeben, Jahreszeiten, usw.) welchen offensichtlich durch die Götter verursacht werden müssen. Mit diesen vermeintlichen Irrglauben will Epikur aufräumen. Er glaubt, die Götter sind Wesen, die überhaupt nicht vergleichbar sind mit uns Menschen. Sie leben in ihrer eigenen Welt („zwischen den Welten“, vgl. auch [5]) und sind über alle Maßen glücklich und rein. Genau deswegen aber werden sie sich niemals in das Schicksal der Menschen bzw. der Welt an sich einmischen. Einschreiten hieße, sich unnötig mit dem geschäftigen und profanem Treiben auseinander zu setzen. Dies widerspricht klar ihrem ruhigen und seligen Zustand. Es kommt den Göttern gar nicht in den Sinn, sich auch nur ansatzweise mit dem Rest der Welt zu befassen. Er meint, „da die Götter durch und durch mit ihren eigenen Tugenden vertraut sind, akzeptieren sie nur Wesen, die ihnen ähnlich sind; doch alles, was nicht derart ist, schließen sie aus als fremd“ (s. [1] S. 101). Ihr Zorn ist also nicht zu fürchten. Auf ihre Unterstützung ist andererseits aber auch nicht zu hoffen. Epikur bezweifelt, dass fürsorgliche Götter die Menschen leiten, denn es gibt viel Elend auf der Welt. Was die Christen einmal das „Geschenk des freien Willens“ nennen werden, ist für Epikur ganz klar ein Zeichen für das Nichteinwirken der Götter.

Epikur kommt der Angst vor den Göttern auch noch durch die Erklärung der Naturphänomene bei (s. [1] S. 82). Da die Götter sich also nicht um die Geschicke des Kosmos kümmern, ist davon

Rolf Schröder (342126), Meister Informatik (M.Sc.), Einf. in die Philosophie, WS 11/12, Epikurs Tetracharmakon auszugehen, dass die Gesetze der Natur bei der Erschaffung der Welt entstanden sind. Kann man diese finden und so die Natur erklären, so gibt es auch keinen Grund mehr, an göttliches Eingreifen zu glauben oder sich gar davor zu fürchten. Es ist die Aufgabe der Naturwissenschaften, den Aberglauben zu besiegen und die Welt, wo es möglich ist, zu erklären. Epikur ist dabei durch und durch Wissenschaftler nach moderner Lesart: Für ein Phänomen kann es mehrere Theorien geben; er geht jedoch davon aus, dass es nur eine richtige Erklärung gibt (s. [1] S. 83f). Man darf sich nur nicht auf eine einzige Ursache versteifen, falls beispielsweise neue Erkenntnisse vorliegen. Er befasst sich unter anderem mit dem Abnehmen und Zunehmen des Mondes (oder anderer Gestirne) und vermutet, dass dies einfach daher rührt, dass sich andere Himmelskörper zwischen Betrachter und den Mond schieben, dieser sich dreht oder die Luft sich verändert hat (s. [1] S. 90). Wie man sieht, gibt es verschieden einfache Erläuterungen die gar kein Eingreifen der Götter benötigen. Ist dies erstmals verinnerlicht, so kann sich der Mensch vom Übel des Aberglauben und der Gottesfurcht befreien.

Die junge Gemeinschaft der Christen wird den Epikureern später vorwerfen, die göttliche Vorsehung zu leugnen. Dies ist wie oben beschrieben durch und durch richtig. Für Epikur dienen die Götter „nur“ als Vorbild für ein glückseliges Leben. Ihr vollkommener Seelenfrieden kann zwar nicht erreicht werden, aber man kann doch nach ihm Streben. Der Weise ist laut Epikur den Göttern einen Schritt entgegen gekommen. Er führt ein glückliches Leben, denn er hat seine Angst vor den Göttern überwunden (vgl. [3] S. 126).

Der Tod

Die Furcht vor dem Tod ist häufig in Zusammenhang mit der Götterfurcht erwähnt. Dies erklärt sich ganz einfach dadurch, dass manch einer glaubt(e), nach dem Ableben einem Gott gegenüber zu stehen. Womöglich muss man sogar „göttliche“ Bestrafung im Jenseits erwarten. Hinzu kommt die Angst vor der Sterblichkeit der Seele, vor einem frühzeitigen Ableben (von einem eventuell unerfüllten Leben) oder das Verlangen nach Unsterblichkeit. Nach Epikur ist es wichtig, diese Ängste zu bezwingen. Hat man dies geschafft, können die richtigen Entscheidungen für das Leben im Diesseits getroffen werden (vgl. [3] S. 93ff). Der Mensch muss sich nämlich seiner begrenzten Daseinsfrist bewusst sein, ohne sich von dieser Kenntnis lähmen zu lassen. In diesem Sinne ist es auch völlig irrelevant, ob die Seele nun unsterblich ist oder nicht. Es hilft nicht vor der Welt zu fliehen und sich auf ein vermeintliches Leben nach dem Tod vorzubereiten. Vielmehr ist

Rolf Schröder (342126), Meister Informatik (M.Sc.), Einf. in die Philosophie, WS 11/12, Epikurs Tetracharmakon unverzichtbar sich auf die Lebensfreude(n) zu konzentrieren und sich zum diesseitigen Leben bekennen. Es kommt darauf an, das Hier und Jetzt zu ergreifen. Epikurisches Denken tadelt denjenigen, der sich zu weit in die Zukunft projiziert, sei dies nun bis hin zum Tod oder „nur“ bis zur Rente, zum nächsten Karrieresprung, zum Studienabschluss und so weiter. In den *Sententiae Vaticanae* ist zu lesen: „Einige rüsten sich ihr ganzes Leben hindurch zum Leben und bemerken nicht, dass uns allen das tödliche Gift der Geburt beigeschüttet worden ist“ (zitiert in [1] S. 108). Der Philosoph unterstellt manchen Mensch ihr Leben „aufzuschieben“ und dabei zu vergessen, wie die Zeit vergeht und ehe sie sich versehen, sei das Leben schon vorbei.

Epikur macht folgende Feststellung: Entweder man lebt oder man ist tot („[...]“, denn solange wir existieren, ist der Tod nicht da, und wenn der Tod da ist, existieren wir nicht mehr“, s. [1] S. 101). Solange wir leben, brauchen wir uns nicht vor dem Tod zu fürchten, denn wir leben ja. Sind wir gestorben, wird unser Erleben von der Welt sich radikal ändern (in jedem Fall, egal ob es nun eine Existenz nach dem Tod, ein ewige Seele, überhaupt kein „Weiterleben“ oder Ähnliches gibt). Insofern ficht uns der Tod nichts an, da wir ihn ja nicht „erleben“. Zumindest können wir ihn mit unseren Empfindungen nicht greifen. Der Tod ist so grundlegend anders, das man ihn sich einfach nicht vorstellen kann. Da er außerhalb unserer Fantasie liegt, können wir uns auch nicht vor ihm fürchten.

Wenn man sich das Ich als Summe aller Erfahrungen und gemachten Gedanken vorstellt, so ist das morgige Ich ein anderes als das heutige. Diese Vorstellung von Bewusstsein klingt recht einleuchtend, denn der Mensch entwickelt sich im Laufe seines Lebens weiter und Ansichten, Vorlieben usw. ändern sich mehr oder weniger schnell. Führt man diesen Gedanken weiter, wird klar, dass man jemand „anderes“ ist nach dem Tod (sofern man überhaupt noch ist). Aber: Genau so wie sich das heutige Ich nicht vor dem Leben fürchtet, so empfindet auch das morgige („tote“) Ich für den Tod selbst. Auch das lehrt uns den Tod nicht zu fürchten, denn wenn er einmal da ist, haben wir keine Angst mehr vor ihm.

Die meisten Mensch wünschen sich heutzutage einen schnellen und schmerzlosen Tod. Im Gegensatz dazu kennt die moderne Medizin heute Mittel und Wege, den physischen Tod lange hinaus zu zögern. Zudem wissen wir von viel mehr Krankheiten und deren tödliche Folgen. Epikurs Argumentation befasst sich allerdings mit dem Tod an sich und nicht mit dem Sterbeprozess, welcher wahrscheinlich zu seiner Zeit auch nicht so langwierig war, wie er heute sein kann. Er bezeichnet denjenigen als „einfältig, der da sagt, er fürchte den Tod nicht, weil er Schmerzen wird, sondern weil er jetzt schmerzt, wenn man ihn erwartet“ (s. [1] S. 101). Der hier angesprochen

Rolf Schröder (342126), Meister Informatik (M.Sc.), Einf. in die Philosophie, WS 11/12, Epikurs Tetracharmakon
Schmerz ist rein seelische Natur, im Sinne einer Furcht vor dem Ende. Diese ist, wie oben bereits erwähnt, töricht. Die Angst vor einem „Dahinvegetieren“ vor dem Tod spricht Epikur nicht an. Darum geht es ihm zwar in seiner Lehre nicht, aber sicherlich würde er diesbezüglich auch argumentieren, dass es auch hier müßig ist, sich durch etwaige zukünftige (und zufällige) Ereignisse das Leben jetzt und heute verfinstern zu lassen.

Ein guter Tod ist für Epikur ein Tod nach einem sinnvollen Leben (vgl. [3] S. 94f.). Dabei ist es völlig gleich wann ein Mensch stirbt, denn „[wie der Weise] bei einer Speise nicht einfach die größte Menge vorzieht, sondern das Wohlschmeckendste, so wird er auch nicht eine möglichst lange, sondern eine möglichst angenehme Zeit zu genießen trachten“ (s. [1] S. 102). Wieder ist es wichtig, sich bewusst zu machen, dass man die (ferne) Zukunft nicht in der Hand hält. Das Leben angenehm zu gestalten, ist dabei ganz einfach zu beschaffen: ein gesunder Körper und ein ruhender Geist. Das Tetracharmakon lehrt uns im Weiteren, wie wir die Seele beruhigen können.

Die Lust und der Schmerz

Die beiden letzten Begriffe, Lust und Schmerz, sollen nun gemeinsam behandelt werden, da sie in Epikurs Lehre auch in Zusammenhang stehen. Dabei ist der Begriff der Lust ähnlich wie „Freude“ zu verstehen und nicht unbedingt mit Begierde gleichzusetzen („Wenn wir also sagen, dass die Lust das Lebensziel sei, so meinen wir nicht die Lüste der Wüstlinge und das bloße Genießen, [...] sondern wir verstehen darunter, weder Schmerz im Körper noch Beunruhigung in der Seele zu empfinden.“ s. [1] S. 104). Für Epikur ist das Erstrebenswerteste im Leben die höchste Lust. Das Tetracharmakon gibt uns zu verstehen, dass diese einfach zu erreichen ist. In seinen Texten ist von einer inneren Ruhe, die der Mensch erreichen soll, um wahrhaftig glücklich zu werden, die Rede. Nur absolute Klarheit um den Kosmos und die Wahrheit an sich kann letztendlich zu dieser Ruhe führen. Wenn man weiß, was die Welt im innersten zusammenhält, kommt man mit ihr ins Reine und hat keinen Grund sich vor irgendetwas zu fürchten. Die Naturwissenschaften sind daher ein angebrachtes Mittel, um Seelenfrieden zu finden. Epikur betrachtet die Philosophie selbst auch als eine Medizin für den Geist: „Wer jung ist, soll nicht zögern zu philosophieren, und wer alt ist, soll nicht müde werden im philosophieren. Denn für keinen ist es zu früh und für keinen zu spät, sich um die Gesundheit der Seele zu kümmern. Wer behauptet, es sei noch nicht Zeit zu philosophieren oder die Zeit sei schon vorübergegangen, gleicht einem, der behauptet, die Zeit für die Glückseligkeit sei noch nicht oder nicht mehr da.“ (s. [1] S. 101). Die Philosophie hilft uns,

Rolf Schröder (342126), Meister Informatik (M.Sc.), Einf. in die Philosophie, WS 11/12, Epikurs Tetracharmakon
Erlebnisse richtig einzuordnen: „Durch wechselseitiges Abmessen und durch die Beachtung des Zutraglichen und Abtraglichen vermag man dies alles zu beurteilen“ (s [1] S. 103). Der Weise kann beispielsweise im erlebten Unglück noch Gutes finden („Mephistoprinzip“). Beim (richtigen) Philosophieren wägt man das Für und Wider ab, kritisiert Argumente und kommt so hoffentlich in den Genuss die verschiedenen Facetten einer Angelegenheit zu ergreifen. Dies hilft dann dabei, dass richtige Maß für das eigene Urteil zu finden.

Epikur schlägt noch weitere Methoden vor. Zunächst einmal stellt er die höchste Lust gleich mit der Abwesenheit vor Schmerz. Dies wiederum ist leicht zu haben. Der „Normalzustand“ ist also der freudige, aber durch Schmerzen wird man davon abgebracht. Es reicht aber aus, diese Mängel zu beheben und schon ist man im Glück angekommen. Schmerz meint in diesem Fall allerdings nicht nur körperliches Leid wie es von Krankheiten oder Unfällen rührt. Vielmehr handelt es sich um jegliche Einflüsse, die einem das Leben erschweren. Dazu gehören vor allem unbefriedigte Bedürfnisse, beispielsweise nach Luxusgütern, Reichtum oder Ähnlichem. Es gibt zwei Möglichkeiten, mit solcherlei Begierden umzugehen: Entweder man befriedigt die Begierden, in dem man die nötigen Ressourcen (Zeit, Geld, Mitmenschen, ...) aktiviert oder man entsagt ihnen einfach. Für Epikur ist letzteres der bessere Weg (vgl. [5]). Verzichtet man auf die höheren Ansprüche, so bleiben nur noch diejenigen Begehren, die leicht zu haben sind. Die abstrakteren wie Macht oder Reichtum sind sowieso schlecht geeignet, um Glück zu schmieden. Sie sind nicht nur schwer zu bekommen, sondern werden – im Gegensatz zu unverzichtbaren Bedürfnisse wie Hunger – auch nie befriedigt. Viel besser eignen sich selbst gesteckte, konkrete Ziele. Derartige Wünsche sollten eher bescheiden ausfallen. In diesem Sinne rät Epikur dem Weisen, nicht in die Politik zu gehen (s. [1] S. 167). Solcherlei Bestreben sind aufwendig und widerstreben dann auch dem Glück. Epikur unterstellt zudem, dass die Qualität der Befriedigung tendenziell unwichtig ist (vgl. [2] S. 84). So ist zwar Nahrung nicht jedoch ihr Geschmack unerlässlich für die Funktionstüchtigkeit des Körpers. In diesem Sinne erfährt ein Mensch, der es gewohnt ist, in schlichten Verhältnissen zu leben (Kleidung, Wohnung, Gehalt usw.) eher Freude. Seine Bedürfnisse sind hinreichend erfüllt, d.h. Lust im epikurischen Sinne ist schon erreicht. Er sehnt sich auch nicht nach mehr, weil die Veränderung (der Befriedigung) keinen Vorteil erbringt und vor allem weil er es gewohnt ist. Der Mensch ist unabhängiger von den Notwendigkeiten des Lebens, indem er sich mit den einfachen Erfüllungen genügt. Man sichert sich so mehr Freiheit über das eigene Leben.

Die Freiheit des Willens ist im Übrigen allerdings auch „gefährlich“ für des Seelenheil. So kann ein Tier nicht willentlich entscheiden, wider seine eigen Natur zu leben. Es lebt per se natürlich. Der

Rolf Schröder (342126), Meister Informatik (M.Sc.), Einf. in die Philosophie, WS 11/12, Epikurs Tetracharmakon
Mensch hingegen kann sich unnatürlichen Bedürfnissen widmen, welche ihm in letzter Konsequenz mehr schaden als nützen (vgl. [3] S. 98ff.).

Wie weiter oben bereits erwähnt, ist es nicht wichtig lange, sondern gut zu leben. Ist einem bereits Gutes widerfahren, so soll man „nicht das Vorhandene beschmutzen durch die Begierde nach dem Nichtvorhandenen, sondern bedenken, dass auch das Vorhandene zu dem Wünschenswerten gehörte“ (s. [1] S. 109). Epikur zeigt uns, dass es besser ist auf dem Haben zu verweilen als auf das Soll zu schießen. Der Geist kommt nicht zu Ruhe, wenn er sich ständig mit der zukünftigen Befriedigung befasst. Ähnlich steht es allerdings auch mit altem Leid: „Wir müssen unser Unglück teilen durch Erinnerung an das Vergangene und die Erkenntnis, dass am Geschehen nichts ungeschehen machen kann (zitiert in [1] S.96). Wieder geht es darum, den richtigen Standpunkt einzunehmen. Denn es ist einfacher diesen zu wechseln als den Lauf der Dinge zu ändern.

Des Weiteren sagt Epikur zum Leid: „Jeder Schmerz ist leicht zu verachten. Bringt er intensives Leiden, so ist die Zeit kurz bemessen, hält er sich lange im Fleische auf, dann ist er matt“ (s. [1] S. 106). Ob dies immer stimmt, bleibt zu bezweifeln. Allerdings konnten die hellenistischen Ärzte tödliche Krankheiten noch nicht jahrelang hinauszögern (vgl. auch [2] S. 95f.). Richtig ist auch, dass der Mensch ein Gewohnheitstier ist und sich auch an lang anhaltende Schmerzen gewöhnt. Wenn dem nicht so wäre, würde er vergehen. Ähnlich steht es mit schlimmen Schmerzen sowohl seelischer oder körperlicher Natur. Die Zeit heilt ziemlich schnell scheinbar unerträgliche Übel auch wenn man sich das im Moment des Leidens gar nicht vorstellen kann.

Ein weiterer, wichtiger Gesichtspunkt für das gute Leben sind die sozialen Kontakte, denn „die Freundschaft kann von der Lust nicht abgetrennt werden“ (s. [1] S. 166). Für Epikur sind Freunde derart wichtig, dass er sogar meint, die Götter erweisen sich regelmäßig Freundschaftsdienste (vgl. [3] S. 125ff.). Dies ist insofern bemerkenswert, weil seine Götter vollkommene Wesen sind, denen es an nichts fehlt (s.o.). Die Freundschaft selbst ist dabei schon das wichtige Gut, unabhängig ob man sie – im utilitaristischen Sinne – „braucht“.

Wie wir gesehen haben, gibt es also verschiedene, nach Epikur einfache, Verhaltensregeln um sich „Lust“ zu verschaffen und „Schmerz“ zu lindern. Es handelt sich bei diesen Konzepten um zwei Seiten der gleichen Medaille. Ist dies erst einmal begriffen, kommt es nur noch darauf an, sie von der richtigen Seite zu betrachten. Ähnlich steht es mit dem Tod. Denkt man über die Angelegenheit etwas näher nach, ist es nur vernünftig, sich in keiner Weise beunruhigen zu lassen. Auch wenn die

Rolf Schröder (342126), Meister Informatik (M.Sc.), Einf. in die Philosophie, WS 11/12, Epikurs Tetracharmakon
Gottesfurcht in unseren Breitengraden immer weniger verbreitet ist, bereitet Epikurs
Argumentation trotzdem Vergnügen und lädt ein, über die Götter nachzudenken.
In seinem *Brief an Menoikeus* ermuntert er ihn, seine Lehren „und was dazu gehört, in dir selber
und zusammen mit dem, der deinesgleichen ist [zu überdenken]. Dann wirst du niemals, weder im
Wachen noch im Schlafen, beunruhigt werden, und du wirst unter den Menschen leben wie ein
Gott. Denn keinem sterblichen Wesen gleicht der Mensch, der inmitten unsterblicher Güter lebt“ (s.
[1] S. 105). Besser lässt sich kaum schließen.

Quellen

- [1] Epikur/Gigon, Olof. 1968. Epikur/Von der Überwindung der Furcht. Zürich: Artemis Verlags-AG
- [2] Hossenfelder, Malte. 1991. Epikur. München: Beck
- [3] Müller, Reimar. 1991. Die Epikurische Ethik. Berlin: Akad. Verl.
- [4] Philippson, Robert. 1983. Studien zu Epikur und den Epikreern. Hildesheim: Georg Olms AG
- [5] Internet Encyclopedia of Philosophy. 21.02.2012. <http://www.iep.utm.edu/epicur/>