

Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit
- eine programmatische Anwendung der Philosophischen Lebenskunst -

Inaugural-Dissertation
zur Erlangung der Doktorwürde der
Philosophischen Fakultät II
der
Julius-Maximilians-Universität zu Würzburg

Vorgelegt von

Michael Leupold

aus Würzburg

2008

Erstgutachter: Prof. Dr. Franz-Peter Burkard

Zweitgutachter: Prof. Dr. Wilhelm Baumgartner

Tag des Kolloquiums: 9.Dezember 2008

**„Es gibt im Leben Augenblicke, da die Frage,
ob man anders denken kann, als man denkt,
und anders wahrnehmen kann, als man sieht,
zum Weiterschauen oder Weiterdenken unentbehrlich ist.“
(Michel Foucault)**

Inhaltsübersicht

Vorwort	7
I. Einleitung	9
II. Integratives Ethikmodell	12
1. Gegenstandsbereich der Ethik	12
2. Ethik, Moral und Strebensethik - Einführung in das Programm und in die Systematik der Integrativen Ethik	14
2.1 Philosophische Ethik	14
2.1.1 Strebens- und Sollensethik	15
2.1.2 Vertikale Dreigliederung	23
2.1.2.1 Metatheorie der Ethik	23
2.1.2.2 Präskriptive Ethik	28
2.1.2.3 Methodologie der Anwendung	32
2.2 Empirische Ethik	34
3. Resümee	36
III. Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit	37
1. Begründung und Rechtfertigung der Strebensethik	37
1.1 Personenzentrierte Hilfeplanung	37
1.2 Recovery	40
2. Philosophische Beratung	42
2.1 Allgemeine Systematik der Beratung	42
2.1.1 Beratungsgeschehen	43
2.1.2 Relevante Objektbereiche der Beratung	50
2.2 Philosophisch-ethische Beratung	51
2.3 Interdisziplinäre Beratung	55
3. Darlegung und Bestimmung von zentralen Grundbegriffen	56
3.1 Wollen und Wünschen	56
3.2 Bestimmung des Wollens	59
3.2.1 Willensfreiheit oder Determinismus?	59
3.2.2 Motive und Beweggründe	63
3.3 Ziele und Zwecke	68
3.3.1 Können – Tun – Gefühle	68
3.3.2 Formale Klassifikationen	69
3.4 Werte und Güter	74
3.4.1 Dienstwerte, Selbstwerte und das höchste Gut	74

3.4.2	Grundwerte in der Klinischen Sozialarbeit	76
3.4.2.1	Autonomie	79
3.4.2.2	Wohlergehen	86
3.4.3	Tugend	101
3.4.4	Zentrale und periphere Güter	102
3.5	Regeln, Maximen und Normen	104
3.6	Prinzipien	107
3.7	Resümee	109
4.	Typologie der epikureischen Strebensethik	109
4.1	Allgemeine Glückstheorie	111
4.1.1	Formale Aspekte	113
4.1.2	Auffindungsprinzipien	118
4.1.3	Grundlegende Güter- und Übellehre	120
4.1.4	Kritik der epikureischen Lebensform	127
4.2	Spezielle Glückstheorie - aphoristisch-essayistische Empfehlungen und Warnungen	130
4.2.1	Allgemeine präventive Empfehlungen und Warnungen	133
4.2.2	Empfehlungen und Warnungen zur Linderung von Schmerzen	149
4.2.3	Empfehlungen und Warnungen bei der Aufnahme und Gestaltung zwischenmenschlicher Beziehungen	158
4.2.4	Empfehlungen und Warnungen zu den Lebensfeldern Reichtum, Haushaltsführung, Wohnen und gesunde Lebensweise	173
4.2.5	Empfehlungen und Warnungen im Umgang mit Arbeit und Beschäftigung; Freizeitgestaltung und Teilhabe am kulturellen Leben	178
5.	Philosophisch-strebensethische Beratung bei einer personenzentrierten Hilfeplanung und Begleitung	187
5.1	Falldarstellung	187
5.2	Philosophisch-strebensethische Beratung	190
5.2.1	Aporetik	190
5.2.2	Heuristik	192
IV.	Ethik in der Sozialen Arbeit	204
1.	Systematik einer Ethik in der Sozialen Arbeit	204
2.	Forschungsaufgaben	206
2.1	Aporetische Forschung	206
2.2	Heuristische Forschung	206
2.3	Stochastische Forschung	208
3.	Ausbildung und Fortbildung	209
	Literaturverzeichnis	211

Vorwort

Mein Interesse an einer Anwendung der Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit entstand durch bildungs- und berufsbiographische Hintergründe. Im Studium der Philosophie wurde ich Anfang der 90er Jahre auf die Strebensethik durch die intensive Beschäftigung mit der Integrativen Ethik von Hans Krämer aufmerksam. In den Jahren von 1999 bis 2007 sammelte ich erste Erfahrungen bei der Anwendung der Strebensethik durch meine Tätigkeit als Privatlehrer für Philosophie der Lebenskunst an diversen Erwachsenenbildungsstätten. Parallel hierzu festigte sich durch meine Tätigkeit als Diplom-Sozialpädagoge (FH) in der Klinischen Sozialarbeit in der Sozialpsychiatrie seit dem Jahre 1996 der Eindruck, dass Einsichten aus der Strebensethik meinen sozialpädagogischen Berufsalltag immer stärker beeinflussten. So kam es fast zwangsläufig dazu, eine angewandte Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit mit Beispielen aus der Sozialpsychiatrie im Rahmen einer Dissertation systematisch zu bearbeiten.

Im Hinblick auf die Frage nach der Verwendung der weiblichen oder der männlichen Form wollte ich mich auf keine einheitliche Vorgehensweise festlegen, d.h. immer wenn eine geschlechtsspezifische Form verwendet wird, kann im Stillen auch die andere mitgedacht werden. Sofern möglich, wurde vereinzelt auf neutrale Ausdrucksformen wie sozialpädagogische Fachkraft zurückgegriffen. Allein zur besseren Lesbarkeit wurde auf die doppelte Schreibweise SozialpädagogInnen oder Sozialpädagoge/in verzichtet.

Zum Schluss möchte ich noch allen, die mich bei der Arbeit an diesem Buch unterstützt haben, herzlich danken. Namentlich danke ich Herrn Prof. Dr. Burkard, der die nötige Ruhe und Geduld für die langjährige berufsbegleitende Dissertation aufbrachte, Herrn Prof. Dr. Schlittmaier, der mir ermöglichte, meine Ideen aus der Dissertation durch Erfahrungen in der Lehrtätigkeit an der Staatlichen Studienakademie Sachsen in Breitenbrunn zu erweitern, sowie Frau Dr. Begemann, durch die ich die Anwendung von strebensethischen Aspekten in der Hospizarbeit kennen lernen durfte. Zuletzt sei noch den lehrreichen Gesprächen und kritischen Einwänden meiner Positionen durch die Teilnehmer in der Fachgruppe „Ethik und Soziale Arbeit“ der Deutschen Gesellschaft für Soziale Arbeit herzlich gedankt. Von allen habe ich wertvolle Anregungen erhalten, die sich an einzelnen Stellen der Dissertation wieder finden. Ein besonderer Dank gilt meiner Frau Christine Leupold, die die Arbeit in redaktionellen Angelegenheiten kritisch begleitet hat und zusammen mit meiner Tochter Tamina mir im täglichen Familienleben immer wieder die nötige Muße für diese Arbeit schenkten – ihnen widme ich dieses Buch.

I. Einleitung

„Die angewandte Ethik tritt heute noch fast ausschließlich als angewandte Moralphilosophie auf, ...“

(Thurnherr 2000: 8)

Eine angewandte Strebensethik, die sich mit der Spezifizierung der Fragen eines richtigen und gut geführten Lebens mit dem Zentralbegriff des Glücks befasst, ist bis heute eine Rarität. Ein Blick in die Ethikgeschichte lehrt, dass dies keineswegs immer so der Fall war. In der Antike haben sich fast alle wichtigen Philosophen (von Demokrit über Aristoteles und von Epikur über Seneca bis hin zu Marc Aurel) auch mit einer angewandten Strebensethik bzw. Lebenskunst beschäftigt. In der Neuzeit wäre an die französische und britische Moralistik, an Arthur Schopenhauers Schrift „Aphorismen zur Lebensweisheit“, an die „Ästhetik der Existenz“ des späten Michel Foucault und die „Philosophie der Lebenskunst“ von Wilhelm Schmid zu denken. V.a. Wilhelm Schmid widmet sich heute wieder verstärkt diesem Thema, aber auch ein Günter Ropohl hat mit seinen „Sinnbausteinen für ein gelingendes Leben“ dieses ethische Feld wieder betreten. In Berlin macht Lutz von Werder mit seinen Philosophischen Cafés und Salons auf sich aufmerksam. Im außeruniversitären Bereich gilt Gerd Achenbach als Pionier auf dem Feld der speziellen Strebensethik. Er eröffnete die erste Philosophische Praxis der Neuzeit am 01. Mai 1981 in Bergisch Gladbach. Mittlerweile gibt es weltweit derartige Praxen, in denen eine professionell betriebene Lebensberatung praktiziert wird. Als Geburtsjahr der angewandten bzw. speziellen Strebensethik im universitären Bereich kann das Jahr 1992 gelten, in dem der Klassiker „Integrative Ethik“ von Hans Krämer erschien. Er entwirft dort einerseits die Programmatik einer Strebensethik im Kontext der Postmoderne, andererseits legt er deren Eigenständigkeit gegenüber der Moralphilosophie überzeugend dar. Analog zur Spezifizierung der allgemeinen Moralphilosophie ergibt sich bis heute die Notwendigkeit, die Konkretisierung der allgemeinen Strebensethik in allen relevanten Handlungsfeldern zu leisten. Daher die berechtigte Frage der vorliegenden Arbeit: *Wie sieht eine Anwendung der Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit¹ aus?* Nachdem die Strebensethik bzw. Lebenskunst immer mehr Aufmerksamkeit im öffentlichen Raum gewinnt, soll in diesem Buch der Versuch unternommen werden, die *Anwendung der Strebensethik in programmatischer Absicht*

¹ Die Klinische Sozialarbeit ist eine Teildisziplin der Sozialen Arbeit. Im Wesentlichen ist sie eine psycho-sozial beratende und sozio-therapeutisch behandelnde Tätigkeit in Beratungsstellen aller Art, in der Kinder-, Jugend- und Familienhilfe, in Kernfeldern der Psychiatrie (psychiatrische Kliniken, Tageskliniken, Wohnheimen) und Sozialpsychiatrie, in Krankenhäusern und Fachkliniken, in der Suchtberatung und den verschiedensten Bereichen der Rehabilitation (vgl. Pauls 2004).

innerhalb einer Einzelwissenschaft am Beispiel der Klinischen Sozialarbeit vorzulegen. Deutlich werden soll hierbei zum einen, welche weitestgehend ungenutzten Kooperationspotenziale zwischen Lebenskunst und Klinischer Sozialarbeit existieren, und zum anderen auf welche systematische Art und Weise die beiden Perspektiven miteinander verbunden werden können. Implizit wird hierbei auch die umfassendere Frage nach dem Stellenwert der Strebensethik in der Sozialen Arbeit überhaupt berührt. Wir können bis heute bilanzieren, dass es zur Frage der Ethik innerhalb der Sozialpädagogik mindestens seit den 80er Jahren des vergangenen Jahrhunderts eine kontinuierliche Debatte gibt (vgl. Strang 1980, Schlüter 1983, Brumlik 1992, Volz 1993, Thiersch 1995, Baum 1996, Schneider 1999, Martin 2001, Schlittmaier 2006a und 2006b). Ausgehend von unterschiedlichen Standorten konnten die ethischen Reflexionen bis heute plausibel darlegen, dass es zahlreiche ethische Schichten innerhalb der Sozialen Arbeit gibt, die nicht einfach zu ignorieren sind (vgl. Schlüter 1983: 42-47, Brumlik 1992: 27-46, Thiersch 1995: 11-24, Schlittmaier 2006a). Strebensethische Perspektiven findet man nur äußerst selten und wenn, dann nicht mit Blick auf einen übergreifenden systematischen ethischen Kontext. Moralphilosophische und strebensethische Überlegungen in der Sozialen Arbeit stehen meist ohne gegenseitige Bezüge, bisweilen recht isoliert, nebeneinander. Die vorliegende Arbeit soll auch ein konkreter Beitrag sein, wie dieser Sachverhalt in Zukunft verändert werden kann.

Methodisch werden hierbei zwei Vorgehensweisen im Mittelpunkt stehen. Zum einen werden in *hermeneutischer* Absicht von einem philosophischen Standpunkt aus sowohl ein Ethikmodell als auch ausgewählte ethische Wissensformen für die Klinische Sozialarbeit herangezogen. Das Deutungsraaster der Integrativen Ethik von Hans Krämer stellt neben ausgewählten Klassikern der Philosophie des Glücks eine Zentralperspektive für die systematischen Überlegungen dar. Aufgrund der berufsspezifischen Aufgabenstellung beziehe ich mich nicht in umfassender Weise auf das Wissensspektrum der Integrativen Ethik und der Strebensethik, sondern verwende ausgewählte Einsichten, Begriffe und Theorien. Im Mittelpunkt stehen die moderne Idee der Freiheit zur individuellen Lebensführung und der Verzicht auf normative Aussagen zugunsten von optativen. Da sich die vorliegende Arbeit im Kern als ein Angebot an angehende oder bereits im Beruf stehende Sozialarbeiterinnen versteht – also auch für die Ausbildung tauglich sein sollte – , ergab sich die Notwendigkeit, die Auswahl der strebensethischen Positionen am Leitfaden der Praktikabilität für die Anforderungen aus der Praxis der Sozialen Arbeit zu treffen. Die Sozialpädagogen erhalten systematische Einsichten, um sich mit den Grundsätzen und Themen moralischen und strebensethischen Denkens vertraut zu machen, sie praxisbezogen aufzugreifen und für sich

fruchtbar zu machen. Aus diesem Grunde dominiert stets eine *pragmatische* Absicht, die entsprechende Vereinfachungen für die Praxis der Klinischen Sozialarbeit erforderte. Exemplarisch werden deshalb immer wieder Situationen aus der Klinischen Sozialarbeit in der Sozialpsychiatrie, v.a. für die Erörterungen zur Strebensethik, herangezogen. Somit erklärt sich auch der Aufbau der kommenden Kapitel: Nach der ausführlichen Darstellung der Programmatik des Integrativen Ethikmodells von Hans Krämer im zweiten Kapitel folgt im dritten eine gründliche Beschäftigung mit der Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit am Beispiel der Sozialpsychiatrie auf verschiedenen Theorieniveaus. In systematischer Absicht wird dort das Kooperationspotenzial Schritt für Schritt entwickelt und endet schließlich mit einer exemplarischen Darstellung an einem Fallbeispiel aus dem sozialpsychiatrischen Berufsalltag. Im vierten Kapitel werden die programmatischen Überlegungen auf die gesamte Ethik in der Sozialen Arbeit skizzierend übertragen.

II. Integratives Ethikmodell

Um den Zusammenhang zur Ethik bei der Anwendung der Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit nicht zu verlieren, ist ein geeignetes allgemeines Ethikverständnis erforderlich. Mit dem Integrativen Ethikmodell von Hans Krämer erhalten wir eine Systematik, anhand der sowohl die verschiedenen internen Ebenen der Strebensethik als auch deren Stellung zur Moralphilosophie in Form einer Landkarte zur Verfügung stehen. Bevor die Systematik der Integrativen Ethik in seinen wesentlichen Zügen vorgestellt wird, steht jedoch die Aufgabe, den Gegenstandsbereich der Ethik in einer griffigen Formulierung zu bestimmen. Dieser fungiert im Verlauf der Erörterungen als zentraler Bezugspunkt sowohl für die Ethik im Allgemeinen als auch für die Klinische Sozialarbeit.

1. Gegenstandsbereich der Ethik

Die Biologie ist die Lehre, die die Erscheinungsformen lebender Systeme beschreibt und untersucht, die Physik hingegen ist die Wissenschaft von den Naturvorgängen im Bereich der unbelebten Materie. Die Medizin gilt als Heilkunde und ist eine Lehre vom gesunden und kranken Funktionszustand des menschlichen oder tierischen Organismus sowie von der Vorbeugung und Heilung von Krankheiten. Womit beschäftigt sich eigentlich die Ethik? Was ist ihr Gegenstandsbereich? Von welcher Thematik aus sind die unterschiedlichen Konzeptionen einer Ethik entstanden? Lassen wir zur Erörterung dieser komplexen Frage zunächst einige zeitgenössische Philosophen zu Wort kommen:

„Die Ethik hat es mit menschlichen Handlungen zu tun. Dennoch ist sie keine Handlungstheorie schlechthin, denn ihr geht es vorrangig um solche Handlungen, die Anspruch auf Moralität erheben, um moralische Handlungen also. Sie fragt nach diesem qualitativen Moment, das eine Handlung zu einer moralisch guten Handlung macht, und befasst sich in diesem Zusammenhang mit Begriffen wie Moral, das Gute, Pflicht, Sollen, Erlaubnis, Glück u.a.“

(Pieper 2000: 11)

„Jeder Mensch hat eine Ethik. Denn sonst ist er nicht fähig zu handeln und nicht handeln kann er nicht. Unter Ethik verstehe ich allgemein ein System von Normen. Dabei gebrauche ich Norm als Oberbegriff zu allen praktischen Grundsätzen, Verhaltensregeln, praktischen Leitsätzen oder wie immer. Ich subsumiere darunter sowohl Wollensgrundsätze (zum Beispiel „Ich will immer früh aufstehen“) als auch Sollensgrundsätze, die in der Form von Imperativen („Steh immer früh auf“) oder in Ausdrücken wie „Du sollst/musst immer früh aufstehen“ auftreten.“

(Hossenfelder 2000:17)

„Eine andere terminologische Festlegung des Wortes >Ethik< ist, dass damit im Unterschied zu >Moral< die philosophische Reflexion auf die Moral verstanden wird.“

(Tugendhat 1994: 39)

„'Ethik' liegt dem Wortsinn nach primär immer dann vor, wenn in der Lebensführung sich feste Formen des ‚Ethos‘, also Grundhaltungen und Verhaltens- oder Handlungsdispositionen abzeichnen, aus denen heraus die einzelnen Handlungen oder Verhaltensweisen vollzogen werden. ... Jedes zielorientierte Handeln oder Sichverhalten, das reguliert verläuft und darin auf konstante Haltungen und Orientierungen verweist, erfüllt schon den Minimalbegriff eines Gegenstandes von Ethik, ja jede einzelne geregelte Handlungsfolge ist potentiell schon ethisch relevant.“

(Krämer 1992: 76 f)

„Ethik ist die Frage der Form, die man sich und seinem Leben gibt, und die Art der Reflektion, die man darüber anstellt.“

(Schmid 1992: 225)

Die philosophische Ethik beschäftigt sich demnach gewiss mit Handlungen, die zum einen mittels praktischer Grundsätze reguliert werden und bestimmte Geltungsansprüche erheben; zum anderen geht es um Handlungsweisen, die dem gesamten Leben eine eigene Form verleihen. Beziehen wir noch eine Auffassung aus der philosophischen Anthropologie mit ein, bei der der Mensch als ein instinktreduziertes Wesen aufgefasst wird, und folglich seine wesentliche Aufgabe darin besteht, sich sein Leben zu einem bestimmten Teil selbst erarbeiten zu müssen (vgl. Burkard 1999: 86-90), dann knüpft die philosophische Ethik im Grunde genommen genau an dieser zentralen Bestimmung des Menschen an: *Sein Leben führen zu müssen*. Dass wir einmal entstanden sind, ist ein Faktum, auf das wir wohl keinen Einfluss haben, aber was dann aus uns wird, das ist nach heutigem Kenntnisstand auch ein Resultat der Art und Weise, wie wir unser Leben gestalten bzw. wie es von den jeweiligen kulturellen Einflüssen geformt wird. Es gibt jedenfalls zu recht im Deutschen einen begrifflichen Unterschied zwischen dem, was wir meinen, wenn wir vom Dasein sprechen, und dem, was wir zum Ausdruck bringen wollen, wenn wir vom Sosein sprechen. Da es keineswegs immer klar ist, wie und v.a. woraufhin diese Gestaltungsaufgabe zu lösen ist, haben sich die Menschen seit je her den Kopf darüber zerbrochen, welche Formation des Daseins als richtig und welche als falsch gelten kann. *Meines Erachtens spricht nun einiges dafür zu behaupten, dass es der philosophischen Ethik im Wesentlichen darum geht, darüber nachzudenken, was ein gut geführtes oder gut gestaltetes Leben begründetermaßen auszeichnet*. Ihre Grundfragen könnten demnach lauten: *Wie ist zu leben? Was will oder was*

sollte der Mensch bei der Führung seines Lebens alles beachten? Was sollte bei der Gestaltung seines Lebens gelten (vgl. Volz 2003: 51)? Darauf Bezug nehmend finden wir in der Ethikgeschichte zahlreiche Ansichten und Anregungen, die ihrerseits wiederum einer kritischen Reflexion unterworfen wurden. Einerseits ist die philosophische Ethik somit eine Instanz, von der zu lernen ist, wie bestehende Ansichten über die Lebensführung kritisch reflektiert werden können, andererseits aber dienen ihre Vorschläge und Einsichten auch als Orientierungs- und Entscheidungshilfen bei der stets zu leistenden eigenen Lebensführung.

2. Ethik, Moral und Strebensethik – Einführung in das Programm und in die Systematik der Integrativen Ethik

Ausgehend von der ethischen Grundfrage, wie zu leben ist, wollte Hans Krämer mit seiner Programmatik einer Integrativen Ethik aus dem Jahre 1992 v.a. zweierlei erreichen. Zum einen „das bei uns, aber auch im Ausland weitgehend herrschende neukantianische Schema der Ethik mit seinen Engführungen zu sprengen“ (Krämer 1995: 205) und zum anderen die Ethik von ihrer Systematik wieder näher an die Lebenswirklichkeit heranzuführen. Hieraus erklären sich auch die Ähnlichkeiten zu antiken Ethiken, deren Fragestellungen er zwar aufgreift, allerdings unter den Vorzeichen der Moderne zu beantworten versucht. Eine bloße Wiederholung der Tradition ist für ihn weder vorstellbar noch akzeptabel (vgl. Krämer 1995: 206). Ausgehend von der antiken Frage, wie zu leben ist, kann man nun sowohl die Programmatik der Integrativen Ethik (vgl. Krämer 1992: 366-388) als auch den Zusammenhang zur Klinischen Sozialarbeit sehr gut darlegen. Den stärksten Anhaltspunkt für diese These liefert Fritz-Rüdiger Volz, der als die Hauptaufgabe von Sozialer Arbeit bestimmt, Bedingungen und Möglichkeiten eines *doch noch gut geführten Lebens* für die Adressaten zu stiften (vgl. Volz 1996: 34). Zur Aufgliederung der Integrativen Ethik benutze ich etwas abweichend zu Krämer die begriffliche Unterscheidung von philosophischer und empirischer Ethik.

2.1 Philosophische Ethik

Die philosophische Ethik (vgl. Krämer 1992: 370 f) verstehe ich als eine Wissensformation, welche zum einen die grundlegenden ethischen Strukturen ausfindig macht und begrifflich bestimmt und zum anderen inhaltlich erörtert, was als gut geführtes Leben gelten kann. Für die Reflexion dieser Fragestellung schlägt Krämer eine *Zweigliederung* (Strebens- und

Sollensethik) *auf der horizontalen Ebene* und eine *Dreigliederung auf der Vertikalen* (Metatheorie der Ethik, präskriptive Ethik, Methodologie der Anwendung) vor, die dazu quer steht. Während die Zweigliederung als die zwei Familien der Ethik gedeutet werden kann, repräsentiert die vertikale Dreigliederung verschiedene Theorie- und Reflexionsniveaus innerhalb der beiden Ethiktypen. Am deutlichsten voneinander abgehoben sind die beiden Ethiktypen auf der Theoriestufe der präskriptiven Ethik. Doch nun im Einzelnen zu den vorgestellten Gliedern seines integrativen Ethikmodells, das er selbst einmal neben antiken und neukantianischen Wegen als dritten Weg ethischer Theorienbildung bezeichnete (vgl. Krämer 1995: 206).

2.1.1 Strebens- und Sollensethik

Konstitutiv für den Aufbau jeglicher Ethik ist, dass die Beschäftigung mit der Frage nach der wahren Auffassung vom gut geführten Leben eine ethische Typenzweiheit (vgl. Krämer 1992: 75-126) hervorgebracht hat: Die *Sollens-* kann von einer *Strebens-* (*Glücks-, Daseins-, Lebens-*)*Ethik bzw. Lebenskunst* sachlich unterschieden werden. Welche plausible Bedeutung liegt dieser begrifflichen Differenzierung zugrunde? Betrachten wir hierzu nochmals die eingangs angeführte ethische Leitfrage: Wie ist zu leben? Eine Verständnis suchende Rückfrage drängt sich den aufmerksamen Leserinnen auf. Bezieht sich die Frage nach den zu wählenden Handlungs- und Lebensweisen auf das persönliche Wohlergehen der Person, oder möchte sie wissen, welche Wahl sie angesichts der angemessenen Forderungen der Anderen – dem Wollen der Anderen - an sie treffen sollte?

„Es ist zwar denkbar (...), daß die beiden Fragen, diejenige, die als Bezugspunkt das Moralische hat, und diejenige, die als Bezugspunkt das eigene Wohlergehen hat, in einem Zusammenhang stehen, aber der unmittelbare Sinn der Fragen ist erst einmal verschieden.“

(Tugendhat 1994: 39)

Bei der Suche nach und der Ausgestaltung eines gut geführten Lebens müssen wir folglich genau unterscheiden, ob wir damit entweder strebensethisch die Suche nach dem *für uns Zuträglichen* meinen, oder ob wir wissen wollen, wozu wir gegenüber den Mitmenschen oder der Mitwelt *verpflichtet* sind (vgl. Volz 2003: 54).

„Obwohl der Mensch in Gesellschaft mit anderen lebt, muss er sich daher nicht nur fragen: „Wie soll ich anderen gegenüber handeln?“, sondern auch „Wie will ich selbst sein?“, „Was will ich in meinem Handeln für mich

erreichen?“ Der Teil der Ethik, der sich damit beschäftigt, wie ich mich zu mir selbst verhalten soll, heißt **Strebensethik**.“

(Burkard 1999: 127)

Bei dieser Differenzierung zwischen Strebens- und Sollensethik muss jedoch sogleich darauf hingewiesen werden, dass „Sollens- und Strebensethik nicht mechanisch, sondern nur idealtypisch getrennt werden können“ (Krämer 1992: 72). Sobald wir in Gemeinschaft leben, sind beide Ethikbereiche untergründig in mannigfacher Art miteinander verwoben.

Strebensethik

Nach Krämer bildet die Strebensethik dasjenige Modell einer Ethik, das während des Zeitraumes von der Antike bis zur Neuzeit das Vorherrschende war. Hier wird Bezug genommen auf das natürliche Streben des Menschen nach der Ausformung seiner Individualität und der gleichzeitigen Freude daran. Ausgangspunkt bei der Lebensführung ist das Wollen („Ich will“), weshalb man auch von einer Ethik der ersten Person sprechen kann. *Das zentrale Thema bildet das Verhältnis zu sich selbst, d.h. das Verhältnis des Einzelnen zu seinem Wollen.* Als fundamentales Interesse des Individuums bei dieser Selbstzuwendung gilt das Glück. Paradigmatisch wird hierbei zum einen unterstellt, dass wir beim Wollen letztlich immer auf unser Glück abzielen, und zum anderen, dass sich weder der Zustand des Glücklichseins automatisch einstellt, noch dass er für uns ein für allemal unerreichbar ist. Die Glückseligkeit meint also nicht etwas, das meiner Verfügung vollkommen entzogen und durch mich nicht erreichbar oder beeinflussbar ist, sondern zu dessen Verwirklichung ich aktiv etwas beitragen kann, indem ich bewusst all meine Kräfte zur Realisierung dieses Ziels einsetze. Aber bereits die antiken Meisterdenker wussten, dass das Glück selbst mit den größten Anstrengungen nicht ohne weiteres erreichbar ist. Zwar kann und muss ich einerseits persönlich einiges dafür tun, um mein Wohlergehen zu erlangen, aber um es tatsächlich zu erreichen, gehört auch ein wenig „Glück haben“ aufgrund günstiger Umstände mit dazu. Die antiken Griechen machten hierfür die Göttin Tyche verantwortlich, die Römer nannten sie Fortuna. In beiden Fällen ging es darum, den Schicksalsgedanken in der Glücksthematik zu erfassen und die Grenzen der eigenen Einflussmöglichkeiten beim Wollen mit zu bedenken. Dennoch, strebensethisch geht es mir als Person in einer praktischen Wahlsituation („Was will ich?“) immer auch darum, das eigene Lebensglück bestmöglichst zu verwirklichen. Als aufgeklärte und kritische Person werde ich allerdings stets das natürliche *Streben nach Glück*

problematisieren, um herauszufinden, ob der Mensch wirklich nach diesem Glück streben soll, und wenn ja, was genau darunter zu verstehen und wie es rational zu rechtfertigen ist.

„Was aber die Glückseligkeit sei, darüber streiten sie, und die Leute sind nicht derselben Meinung wie die Weisen. Jene nämlich verstehen darunter etwas Selbstverständliches und Sichtbares, wie Lust, Reichtum oder Ehre, der eine dies, der andere jenes, oftmals auch einer und derselbe Verschiedenes: wenn er krank ist, meint er die Gesundheit, wenn er arm ist, den Reichtum. Da sie sich aber ihrer eigenen Unwissenheit bewußt sind, bewundern sie jene, die etwas Großes und ihr Verständnis Übersteigendes sagen. Einige meinten, es gebe neben diesen vielen Gütern ein anderes Gutes an und für sich, das auch die Ursache des Gutseins all der andern Güter wäre. Alle Ansichten zu prüfen ist wohl eher sinnlos; wir dürfen uns also auf jene beschränken, die am verbreitetsten sind oder einigermaßen begründet zu sein scheinen.“

(Aristoteles, Nikomachische Ethik I, 1095 a 20-30, bei Gigon 1995: 108)

Ein Blick in die strebensethische Philosophiegeschichte wird uns insofern bereichern, als wir v.a. ein Panorama von argumentativen Ansichten über das glückliche und erfüllte Leben antreffen.²

Sollensethik

Nach Krämer bildet der Anfang des 18. Jahrhunderts den Beginn jener Epoche, in der allmählich die Sollensethik in reiner Form aufkommt und die Strebensethik damit beinahe restlos verdrängt. Ausgangspunkt ist das „Du sollst!“, das sich aufgrund des Bedürfnisses des Menschen, sich mit anderen zu einer Gemeinschaft zusammenzuschließen, um sich in ihr aufgehoben und geschützt zu fühlen, ergibt. Bezugspunkt ist das faktische Sollen, das innerhalb einer Gemeinschaft in der Form von Pflichten und Verbindlichkeiten („Was bin ich anderen schuldig?“) vorgegeben ist. Die sozialrechtlichen Prinzipien sind bspw. in diesem Sinne Pflichten für die Sozialarbeiterinnen und bringen zum Ausdruck, was eine Fachkraft der Öffentlichkeit und Solidargemeinschaft schuldig ist. Die Sollensethik beschäftigt sich zum einen damit, die logisch-genetische Entstehung von Sollensansprüchen nachzuvollziehen. Zum anderen und im Schwerpunkt geht es ihr jedoch darum, die Legitimation dieser Sollensansprüche zu untermauern oder zu hinterfragen. Im Grunde genommen wird in der Sollensethik unterstellt, dass jeder von uns über ein Umgangswissen mit moralischen Verpflichtungen verfügt, aber Unklarheiten und diverse Ansichten darüber bestehen, was die eigene Pflicht wirklich ist.

² Einen Überblick zu aktuellen deutschsprachigen Ansätzen zur Philosophie der Lebenskunst findet man bei Caysa 2000.

„Der eigentliche Grundkonflikt, in dem wir heute stehen, ist derjenige, der zwischen den verschiedenen Moralkonzepten selbst besteht. Ein Moralkonzept zu begründen, heißt also nicht nur, es gegenüber dem Egoisten zu begründen, sondern vor allem: es gegenüber den anderen Moralkonzepten zu begründen. Das ist das moralische Grundproblem unserer Zeit, ...“

(Tugendhat 1994: 26)

Die Person in Gemeinschaft mit anderen, die ihr Leben pflichtgemäß führen und handeln will, wird zum einen den Pflichtbegriff problematisieren müssen, um herauszufinden, ob sie wirklich pflichtgemäß leben will und wird zum anderen der Frage nachgehen, was begründetermaßen ihre Pflicht gegenüber Anderen ausmacht. Von der Perspektive des Wollens aus betrachtet stellen sich mindestens drei bedeutende weitere Fragen (vgl. Tugendhat 1994: 90 f), mit denen sich eine Person beschäftigt, die über Moral und Sollen im Hinblick auf die Gestaltung des eigenen Lebens nachdenkt:

- 1) Will ich mich überhaupt moralisch verstehen, will ich, dass die Perspektive des sollensethisch Guten ein Teil meines Selbstverständnisses und meiner Lebensführung wird? Welche Motive habe ich, mich als einer von allen zu verstehen, die auf das bzw. ein Moralkonzept hin wechselseitige Forderungen aneinander stellen?
- 2) Will ich mich auf dieses - gegebenenfalls das kantische oder das utilitaristische - Konzept von Gutsein hin verstehen?
- 3) Will ich in einer bestimmten Situation moralisch handeln?

Es wird deutlich, dass es hierbei vorrangig um Motivationsfragen geht, die als Beweggründe für die Übernahme und Orientierung an eine moralische Lebensweise heranzuführen. Diese Fragen wiederholen sich in leicht abgeänderter Form für die Fachkräfte bspw. im Umgang mit den Adressaten der Sozialen Arbeit.

- 1) Will ich mich überhaupt als professionell Handelnde moralisch verstehen, will ich, dass die Perspektive des Gesollten ein Teil meines professionellen Selbstverständnisses und meiner Arbeitsweise wird? Welche Motive habe ich, mich als einer von allen zu verstehen, die auf die bzw. eine Berufsethik hin wechselseitige Forderungen aneinander stellen?

- 2) Will ich mich auf ein bestimmtes Konzept von ethischen Prinzipien (vgl. Brumlik 1992: 34-44)³ hin verstehen?
- 3) Will ich in einer bestimmten professionellen Situation gemäß berufsethischer Prinzipien handeln?

Da es mir an dieser Stelle nur um die Darstellung der sollensethischen Perspektive geht, empfehle ich für eine weitere Beschäftigung mit den drei aufgeworfenen Fragen, die angegebene Textstelle bei Ernst Tugendhat zu studieren. Festzuhalten ist, dass das Studium sollensethischer Konzeptionen uns einerseits ein Problembewusstsein für moralische Themen- und Problemfelder ermöglicht und uns andererseits Ansätze für eine Auseinandersetzung darüber gibt, warum wir uns moralisch verstehen wollen und was begründetermaßen als moralisch gut gelten kann. Eine Hauptaufgabe wird immer darin bestehen, zu klären, woran eine Person sich orientieren soll, wenn sie in einer Entscheidungssituation angemessen die Interessen der Anderen berücksichtigen will - das ist die Kernbedeutung von Verpflichtet- und Gutsein im intersubjektiven Horizont. Zu ergänzen wäre, dass sich ihre Erwägungen und Bewertungen vorwiegend auf Handlungen und Seinsweisen von Menschen gegenüber Menschen⁴ beziehen. Die Sollensethik repräsentiert am Ende denjenigen Teil der Ethik, an den während der letzten Jahrzehnte beinahe ausschließlich gedacht wurde, wenn von „Ethik“ die Rede war. Ein Blick auf die bisherigen Ansätze einer Ethik in der Sozialen Arbeit (vgl. Schlittmaier 2006a und 2006b) bestätigt diese Entwicklung bis heute.

Verhältnis Strebens- zu Sollensethik

Abschließend sei nochmals betont, dass die aufgezeigte Mehrdimensionalität (Strebens- und Sollensperspektive) der Ethik konstitutiv und unauflösbar ist. Beide Ethiktypen können niemals restlos aufeinander zurückgeführt werden; ihr Verhältnis zueinander kann wie folgt beschrieben werden:

„Kooperationsmöglichkeiten zwischen den beiden Teilethiken bestehen nur in der allgemeinen Bedeutung, daß die Moralphilosophie die Strebensethik beschränkt und limitiert, während die Strebensethik der Moralphilosophie die Inhalte und gleichsam das Material in Gestalt der Güterwelt vorgibt.“

(Krämer 1995: 243 f)

³ Anhand von drei typischen Konfliktfällen verdeutlicht Brumlik mittels vier verschiedener ethischer Theorien die Auswirkungen von unterschiedlichen moralischen Standpunkten.

⁴ Bei einer Tiermoral oder Pflicht gegenüber der Natur wäre vorab zu klären, welcher Seinsstatus der Tierwelt oder der Natur zugeschrieben wird. Besteht wirklich ein analoges Subjektverhältnis wie in personalen Relationen?

Als Personen können wir eigentlich gar nicht anders als immer etwas zu wollen. Wir wollen eine schöne Wohnung, genügend Geld, Gesundheit und wir wollen wahrscheinlich auch von einem Menschen geliebt und von unseren Mitmenschen geachtet werden. Zudem wollen wir möglichst viel Spaß und vielleicht auch ein möglichst bequemes Leben führen. Immer wenn wir in Gemeinschaft mit anderen leben, oder im professionellen Kontext unsere Handlungen andere betreffen, begegnen sich die diversen Wollensformen und geraten bisweilen in heftige Konflikte miteinander. Wir empören uns, dass ein Handwerker seine Arbeiten mangelhaft ausgeführt hat. Wir ärgern uns, dass ein Mitbewohner seinen Mülldienst versäumt hat. Wir sind fassungslos, wenn eine Kollegin über einen Klienten herablassend spricht. Wir kritisieren einen Kollegen, der gleichgültig dem Leiden seiner Adressaten begegnet. Indem das Sollen bestimmte Wollensgehalte beschränkt, können derartige Konflikte mehr oder weniger gut gemeistert werden. Anzumerken ist, dass die Moralphilosophie nicht nur beschränkt und limitiert, sondern auch in der Lage ist, besondere Werte für die Strebensethik zu schützen – so schützt bspw. die Toleranz die Möglichkeiten des Gebrauchs der Freiheit zur individuellen Lebensführung. Hervorzuheben ist, dass v.a. in speziellen Themenfeldern und Konfliktfällen es zu Streitgesprächen zwischen den Advokaten der beiden Ethiktypen bzgl. der anzulegenden Regulierungsart kommen kann (vgl. Krämer 1992: 75-127).⁵

Verdeutlichen wir uns die Relevanz der beiden Ethiktypen anhand von zwei Beispielen aus der Klinischen Sozialarbeit: In den meisten ambulanten und stationären Diensten wird im sog. Bezugspersonensystem gearbeitet, d.h. dass eine Fachkraft im Rahmen einer besonderen Beziehung zu bestimmten Klientinnen die sozialrechtlich genehmigte Unterstützungsleistung begleitet und zur Verfügung stellt. Hierbei ergeben sich vielfältige Aufgaben, von denen ich nun zwei als Fallbeispiele näher erläutere.

Fallbeispiel 1: Jährliche Feststellung der individuellen Hilfsbedürftigkeit gemäß SGB XII §§ 53 und 9 i.V. m. SGB XII § 58

Einmal im Jahr wird im Rahmen des Gesamtplans gemäß SGB XII § 58 in Bayern ein Sozialbericht von der zuständigen Sozialhilfebehörde angefordert, der u.a. dazu dient, den aktuellen Hilfebedarf festzustellen. Eine Aufgabe der sozialpädagogischen Fachkraft mit dem

⁵ Die beiden Dimensionen können in historischen Ethikansätzen auf vielerlei Art gedeutet angetroffen werden: Entweder wird Identität, Hierarchie, Harmonie oder irreduzierbare Symmetrie postuliert. Ich werde mit Krämer in meinen Überlegungen paradigmatisch eine moderate und gleichberechtigte Symmetrie der beiden Perspektiven vertreten. In speziellen Entscheidungssituationen gilt es kritisch zu prüfen, ob die Perspektive des Geforderten wirklich vorrangig ist, ansonsten ist im Sinne des moralischen Gebotes zur Toleranz stets der Sichtweise des wohlverstandenen persönlichen Wohlergehens mehr Gewicht zu geben (vgl. Angehrn 1985: 35, Krämer 1985: 87 oder Spaemann 1989: 30 f).

Klienten besteht also darin, mit diagnostischen Mitteln sichtbar zu machen, welchen individuellen Hilfebedarf der zu Betreuende gegenwärtig hat. Zur Durchführung dieser gemeinsamen Aufgabe stehen verschiedene Vorgehensweisen zur Verfügung, entweder defizit- oder ressourcenorientierte Ansätze (vgl. Schlittmaier 2006a: 46). Ethisch geschult wissen wir, dass beide Ansätze insofern ethisch relevant sind, als sie sich auf einen oder mehrere Werte beziehen müssen, um von dort aus einen Zustand oder eine Eigenschaft als defizitär bzw. als Ressource einschätzen zu können – ein Defizit oder eine Ressource ergibt nur dann einen Sinn, wenn sie in einen Zusammenhang zu etwas gestellt wird. Der plausibelste Zusammenhang ist allerdings ein ethischer, d.h. in Bezug auf die Frage, wie zu leben ist. Im Hinblick auf die duale Auslegung der Ethik können Defizite und Ressourcen entweder im Hinblick auf allgemein akzeptierte moralische Gebote und Verbote oder im Hinblick auf das persönliche Wohlergehen ausgelegt und diagnostiziert werden. Verdeutlichen wir uns diesen Sachverhalt anhand von ein paar Beispielen im sozialpsychiatrischen Alltag. Jedes Mal, wenn von einem fremdgefährdenden Verhalten die Rede ist, wird implizit Bezug genommen auf das moralische Gebot, anderen keinen Schaden zuzufügen. Ist hingegen von Selbstgefährdung die Rede, ist das persönliche Wohl die Perspektive, von der Umstände oder Eigenschaften als Ressource oder Defizite eingestuft werden. Um eine derartige Einschätzung leisten zu können, muss hierbei allerdings implizit auf eine zumindest rudimentäre Theorie oder Vorstellung von persönlichem Wohlergehen zurückgegriffen werden. Bedenkt man, dass erst aufgrund einer gemeinsam dargelegten Diagnostik ein spezifischer Bedarf festgestellt werden kann, der bspw. die Genehmigung oder Ablehnung einer Maßnahme, etwa das Betreute Wohnen mit einer speziellen Betreuungsintensität, zur Folge hat, dann wird deutlich, welche erhebliche Bedeutung ein ethisches Wissen hierbei hat. Da keine allgemein anerkannte strebensethische Theorie in Sicht ist, kommt vieles auf ein entsprechendes Reflexionsvermögen an, wenn man der Willkür nicht alle Türen und Tore öffnen will. Ohne ein reflexives strebensethisches Wissen ist jedenfalls keine begründbare und rechtfertigbare Bedarfsanalyse möglich, die wiederum als Grundlage für eine moralische Argumentation in Bezug auf die Frage, welche Unterstützungen in einem Sozialstaat recht und billig sein können, herangezogen werden können. Letztlich schützt die Sozialgemeinschaft mit ihren Institutionen immer auch die berechtigten strebensethischen Interessen ihrer Mitglieder – welche diese sind, kann immer nur in Diskussionen am Maßstab der Plausibilität ausgetragen werden, eine mathematische Formel steht definitiv hierfür nicht zur Verfügung. Mit Hilfe von speziellen diagnostischen Methoden wird der strebensethische

Diskussionsstoff in Form von Hilfebedarfslagen sichtbar und im Sinne von rechtlichen Normen auch als moralischer Anspruch geltend gemacht.

Fallbeispiel 2: Kriterien einer subjektbezogenen Fürsorge

Das zweite Beispiel zielt auf den übergreifenden Sinn professioneller Interventionen in der Arbeit mit sozialpsychiatrischen Adressaten. Da sich das sozialpädagogische Mandat aufgrund rechtlicher Bestimmungen im Sozialgesetzbuch ergibt, betrachten wir hierzu einen Abschnitt aus dem Sozialgesetzbuch, der Aussagen zur Teilhabe behinderter Menschen beinhaltet:

„Menschen, die körperlich, geistig oder seelisch behindert sind oder denen eine solche Behinderung droht, haben unabhängig von der Ursache der Behinderung zur Förderung ihrer Selbstbestimmung und gleichberechtigten Teilhabe ein Recht auf Hilfe, die notwendig ist, ...“

(SGB I § 10)

Die Fürsorge und Hilfe soll sich um die Qualität der jeweiligen Selbstbestimmung einer behinderten Person kümmern. Strebensethisch relevant ist an dieser Stelle der *Befähigungsauftrag*. Da sich die freie Entfaltung der Person nicht von alleine ergibt, gilt als eine besondere Notlage die erhebliche Beeinträchtigung dieser. Psychische Erkrankungen und ihre Auswirkungen haben bisweilen schwerwiegende Folgen auf die Fähigkeiten, ein selbst bestimmtes Leben führen zu können. Sozialarbeiterinnen in der Klinischen Sozialarbeit sollten folglich wissen, wie ein selbst bestimmtes Leben wieder ermöglicht werden kann. *Was benötigt ein Mensch, um möglichst frei und selbst bestimmt leben zu können?* Folgende wichtige ethische Unterscheidung ist hierbei zu beachten: Das eine ist es, jeden Menschen als ein freies Wesen *zu achten*, etwas anderes ist es aber, Menschen *zu befähigen*, ihre Freiheit und Selbstbestimmung auch unter widrigen Bedingungen möglichst optimal zu entfalten. Befähigen heißt im strebensethischen Sinne, den anderen insofern als Subjekt zu begleiten, als alle eingesetzten Unterstützungsmaßnahmen zum Ziele haben, ein bewusstes, selbst bestimmtes und bejahenswertes Verhältnis zum eigenen Willen auszubilden.

„Versteht man unter Intention bzw. gewünschtem Verhalten eine Antwort auf eine Frage des Typs: Warum hast du das getan oder warum willst du das tun (also eine Antwort auf Fragen nach Ursachen und Gründen), so ergibt sich, *dass ein Individuum sich selbst bestimmt verhält, wenn es durch Gründe und Ursachen veranlasst, ein Handeln vollzieht und die Gründe bzw. Ursachen dieses Verhaltens auch bejaht.*“

(Brumlik 1992: 24)

Das Gegenüber soll befähigt werden, Antworten auf die Fragen, wer will und wer kann ich sein, sowohl im Hinblick auf das persönliche Glück als auch im Hinblick auf die Ansprüche der anderen an sich, zu finden und zu formen. Strebensethisch zu klären ist gegebenenfalls auch die Frage, ob ein Klient sich überhaupt moralisch verstehen will, da eine Verneinung weit reichende Folgen für den Klienten und sein Lebensumfeld haben würde. Immer wenn die Fürsorge das Verhältnis zum Wollen angemessen beachtet, kann von einer Befähigung zur Formation des eigenen Lebens gesprochen werden, die eine Objektivierung des anderen weitestgehend vermeidet. Das Gegenüber wird dann darin strebensethisch unterstützt, einen möglichst optimalen Gebrauch der Freiheit im Rahmen der eigenen Möglichkeiten zu verwirklichen – im Mittelpunkt steht die hilfsbedürftige Lebensführungskompetenz. Um diesen Befähigungsauftrag zu verstehen und ihm gerecht zu werden, ist also eine strebensethische Kompetenz unumgänglich – denn was unter einem selbst bestimmten Leben verstanden wird, das ist ebenso diskussions- und interpretationsbedürftig wie die Frage nach der optimalen Förderung dieser. Die moralische Pflicht zur Achtung der Würde (vgl. Grundgesetz Art. 1) verbietet lediglich die Objektivierung des anderen oder anders ausgedrückt, sie schützt das Subjektsein und die Freiheit zur individuellen Lebensführung.

Dies soll genügen, um die dualen Themen der Ethik in der Klinischen Sozialarbeit zu verdeutlichen. Wenn in allen Dimensionen der Klinischen Sozialarbeit die Frage, wie zu leben ist, eine Rolle spielt, dann muss diese immer in beiderlei Hinsicht reflektierbar sein. Geht es um die Kultivierung und Enthemmung eines Wollens und Könnens oder um die nötige Begrenzung und Hemmung aufgrund eines Sollens?

2.1.2 Vertikale Dreigliederung

Nachdem wir Einblicke in die ethische Typenzweiheit in Gestalt von Strebens- und Sollensethik gewonnen haben, steht nun an, die drei Theorieebenen innerhalb der Ethiktypen sowohl allgemein als auch exemplarisch darzustellen.

2.1.2.1 Metatheorie der Ethik

Was zeichnet im Wesentlichen ethische Reflexionen auf der metatheoretischen Ebene aus? Sie sind v.a. frei von handlungsvorschreibenden Ansprüchen und somit im Kern deskriptiv

(vgl. Pieper 2000: 86-91) mit aufklärendem Charakter. Von der sprachanalytischen Metaethik (Frankena, Hare u.a.) wesentlich eröffnet und entwickelt, möchte ich sie aber nicht auf linguistische und logische Analysen beschränkt konstituiert betrachten und favorisiere daher Krämers neutralen Ausdruck einer Metatheorie der Ethik. Auf dieser Reflexionsebene soll metatheoretische Grundlagenforschung ihren Ort haben, die sich einerseits zwar ausschließlich um deskriptives Wissen bemüht, andererseits aber durch die Abklärung von Voraussetzungen sogar in der Lage ist, eine indirekte Regulationsleistung für die Praxis zu erbringen. Folgende Themenkreise wären besonders zu erwähnen:

1) Der erste Themenkreis befasst sich mit der *Begründung und Rechtfertigung* der Ethik von ihrer Praxis leitenden Zielsetzung und Funktion her. Hierbei gilt es v.a. Antworten auf die Frage: „Wozu sich eigentlich mit Ethik beschäftigen?“ zu finden. An dieser Stelle werden vornehmlich Reflexionen zur Anthropologie und Kultur ihre Bedeutung erhalten. Wir gewinnen dadurch mehr Klarheit, wer wir sind, welche grundlegende Aufgabe die Ethik hat, und warum sie diese für uns hat. Ein Beispiel hierfür wäre Gehlens Erklärungsmodell von der Instinktreduziertheit des Menschen und der kompensierenden sowie entlastenden Funktion von Ethik (vgl. Gehlen 2004). Anton Schlittmaier beginnt bspw. seine Ausführungen zur Ethik in der Sozialen Arbeit mit der Beschäftigung derartiger Fragen, etwa ob die Ethik irrelevant für die Soziale Arbeit oder gar schädlich sei (vgl. Schlittmaier 2006a: 43-45). Schließlich gehört zur Bestimmung der Funktion der Ethik auch die Klärung der Bedeutung von Strebens- und Sollensethik sowie deren Relation zueinander – auch dies kann innerhalb der Sozialen Arbeit geschehen. Ist ihr Sinn plausibel dargelegt, stellt sich die Frage nach ihrer Reichweite und ihrer Grenze, die soweit reicht, dass die Stellung der Ethik sowohl im Verhältnis zur Praktischen Philosophie als auch in Relation zu den Einzelwissenschaften (insbesondere zu den normativen wie Jurisprudenz und Theologie, und präskriptiven wie Medizin, Psychologie, Pädagogik und Soziale Arbeit) aufgeklärt wird. Reflektiert man über Ethik und Soziale Arbeit, geschieht genau dies, wovon eben die Rede war. Richtet sich schließlich der Blick auf die Stellung der Ethik im Hinblick auf die Kultur im Ganzen, gehört hierzu bspw. die Fragestellung einer Evolutionären Ethik, die die Entwicklung der Moral aus der Vor- und Frühgeschichte der Menschheit erläutert und damit einen Beitrag zu den anthropologischen Grundlagen der Ethik leistet.

2) Im Zentrum einer Metatheorie der Ethik steht allerdings die Diskussion und Bestimmung der ethischen *Grundbegriffe* und ihrer Zusammenhänge. Ausgangspunkt von Debatten wäre

bspw., welcher Schlüsselbegriff als Bezugsbegriff in der Lage ist, das gesamte terminologische Netzwerk zu strukturieren. Ich habe mich bei der Definition von Ethik dafür entschieden, die Frage der Form, die man sich und seinem Leben gibt (*Ethos*), hierfür zu reservieren. Von dieser Perspektive aus kann man *Freiheit* als Vermögen, eine Lebenswahl zu treffen, sowie als Können, sein Leben zu führen, einführen. Den Begriff des *Guten* wiederum bezog ich auf diese Wahlsituation, indem ich ihn formal als ein Vorziewertes in zweierlei Bedeutung - strebens- oder sollensethisch - vorstellte. *Güter oder Werte* sind folglich vom Gesichtspunkt des Guten qualifizierte *Ziele*, die in einer praktischen Wahlsituation angestrebt und gewollt werden. Die ethische Auslegung von *Geltung und Gültigkeit* ist demzufolge für die Strebensethik, dass Entscheidungen und Bewertungen in den Augen dessen, der sie fällt, entweder *subjektive* - glücksförderlich für mich als konkretes Individuum - oder *objektive* - glücksförderlich für mich als Mensch - Gültigkeit beanspruchen. Vormoderne (bspw. Aristoteles, Epikur, Seneca) und moderne Ethiker (bspw. Fromm, Krämer, Schmid) der strebensethischen Familie bemühen sich stets um Einsichten mit objektiver (nicht kategorischer) Gültigkeit. Moralische Urteile beanspruchen hingegen in den Augen dessen, der sie fällt, stets bedingungslose (kategorische) Gültigkeit; eine streng subjektive Auffassung widerspricht dem Verständnis von Verpflichtetsein. Eine moralische Person fühlt sich daher stets in einer intersubjektiven Entscheidungssituation in einem Verhältnis des *unbedingten* Gefordert- und Verpflichtetseins zu einer gewissen Handlungsweise. *Wollen* kann als innerer Entscheidungsakt für Ziele bestimmt werden, die bei geeigneter Gelegenheit auch wirklich *handelnd* angestrebt werden. *Motive* sind Beweggründe und die innere Kraft, die uns überhaupt Wollen lässt. *Maximen* kann man als Handlungsgrundsätze begreifen, die unmittelbar regulierend auf den Akt der Wahl einwirken. Sie differenzieren sich in solche, die sich durch wiederholte Realisierung von singulären Vorsätzen („Ich werde mich so verhalten“) einstellen, in solche, die für eingerastete Gewohnheiten nachträglich formuliert werden („Ich werde täglich grünen Tee trinken“) und endlich und hauptsächlich in solche, die an Einschnitten und Bruchstellen des normalen Lebensablaufs, insbesondere bei der Korrektur eigener Fehler und Versäumnisse, angenommen werden („Nie wieder“, „nur noch“, „immer und jedenfalls“). Dieser bislang skizzierte Aufriss soll genügen, um diesen Themenkreis der Metatheorie exemplarisch darzustellen. Bei den Erörterungen zu einer Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit wird dieser Aspekt ausführlich behandelt werden (vgl. Kap. III, Abschnitt 3).

3) Ein weiterer Themenkreis widmet sich den *Methoden der Ethik*, verstanden als Selbstaufklärung der Ethik über ihr eigenes Verfahren auf dem Weg zu ethischem Wissen, Präskripten und Können.

„Eine umfassende argumentative Reflexion des Sittlichen läßt sich nur durch eine Vielfalt von einander ergänzenden Methoden bewältigen, wofür die Ethik des Aristoteles beispielhaft ist. Eine einzige Methode zu totalisieren, wird der komplexen Sache nicht gerecht.“

(Höffe 1992: 181)

Allgemein ist zu erwähnen, dass man in der Ethik grob zwei Kategorien von ethischen Methoden unterscheiden kann: eine deskriptive und eine normative. Die deskriptive Methode ist ein beschreibendes Vorgehen. Die normative Methode hingegen ist ein präskriptives, ein vorschreibendes Vorgehen. Erstere klärt, was faktisch gilt, indessen will die zweite begründen und rechtfertigen, was gelten sollte.

4) Eigens anzuführen wäre die unvoreingenommene *hermeneutisch-geschichtliche Darstellung* von philosophiegeschichtlichen strebens- und sollensethischen Konzeptionen und Grundpositionen als Aufklärung über den Raum des Möglichen ethischer Theorienbildung, der bislang beschränkt worden ist. Eine zentrale Einsicht der Ethikbetrachtung aus hermeneutischer Sicht wäre der v.a. von Nietzsche vertretene Wahrheitsperspektivismus. Der zeit- und situationsabhängige Kontext ist stets beteiligt an der angelegten Deutungstradition, die unterschiedliche Ethiken jeweils gebärt und wieder untergehen lässt oder diese zumindest beständig transformiert.⁶ Ein kreativ-konstruktivistisches Moment offenbart die Unbestimmtheitsspielräume einer jeglichen Ethikkonzeption und hinterlässt seine Spuren. Für die Strebensethik ist dieser Zugang unproblematisch, da diese tendenziell beliebiges Verstehen zulässt, wenn nur überhaupt effektive Orientierung gewährleistet wird. Die Moral droht jedoch durch die hermeneutische Relativierung paralysiert zu werden und duldet in ihrer Anwendung nur ein minimales hermeneutisches Moment. Anton Schlittmaier leistet mit seiner Skizze bisheriger Ethikentwürfe für die Soziale Arbeit ein Beispiel (Schlittmaier 2006a und 2006b), das im Sinne einer integrativen Reflexion erweiterbar ist. Die entsprechende heuristische Anfrage an die Soziale Arbeit lautet dann wie folgt: *Welche strebens- und sollensethischen Ansätze existieren bislang in der Sozialen Arbeit?*

⁶ Das Leben in der so genannten Moderne ist bspw. stark geprägt von Freiheitserfahrungen (religiöse, politische, wirtschaftliche usw.) Dementsprechend ist es wenig verwunderlich, dass wir das Freiheitsthema als ein zentrales in den meisten Ethiken dieser Epoche wieder finden.

5) Zuletzt möchte ich noch Denkversuche innerhalb der Ethik anführen, die bestrebt sind, ethische Grundbegriffe und Einsichten in einer allgemeinen Philosophischen Anthropologie oder Metaphysik und Ontologie zu fundieren. Hans Krämer entwirft bspw. im vierten Kapitel seiner Integrativen Ethik eine ethische Anthropologie mit der zentralen Kategorie der Hemmbarkeit.

„Wir legen allerdings Wert darauf, dass die Kategorie der Hemmbarkeit transzendentalanthropologisch den gesamten praktischen Bereich vollständig abdeckt und keine Ausnahmen zulässt, einerlei, welche inhaltliche Typologie man damit verbindet.“

(Krämer 1995: 215)

Ich habe derartige Überlegungen bei der Bestimmung des Gegenstands der Ethik exemplarisch und skizzenhaft angedeutet, indem ich darauf hingewiesen habe, dass der Begriff der Lebensführung gewisse Anschauungen über das Leben und den Menschen (Unterscheidung von Dasein und Sosein) implizieren. Empirisch ausgerichtete Forscherinnen hingegen wie bspw. Silvia Staub-Bernasconi favorisieren Bedürfnistheorien (basic-needs-Theorien), theologisch orientierte Denker werden i.d.R. auf metaphysische Überlegungen zurückgreifen.

Soweit die Bestimmung dessen, was ich mit Hans Krämer als Metatheorie der Ethik begreife. Allen fünf Themenkreisen gemeinsam ist das vorwiegend theoretische Erkenntnisinteresse an den Themen der Ethik. Die gewonnenen Aussagen beanspruchen keine praktische Geltung nach dem Schema gut - böse, sondern müssen nach dem Muster wahr - falsch und im Hinblick auf ihre Funktion für die präskriptive Ethik nach dem Schema relevant - irrelevant begutachtet werden. Alle fünf Elemente dieser Theorieebene eröffnen Perspektiven, auf die Klinische Sozialarbeit zu blicken und diese zu reflektieren. Fünf Anfragen an die Ethik in der Klinischen Sozialarbeit mögen dies exemplarisch veranschaulichen:

- 1) Wie kann eine Ethik in der Klinischen Sozialarbeit gerechtfertigt und begründet werden?
Wozu sollte sich eigentlich eine sozialpädagogische Fachkraft mit Ethik beschäftigen?
- 2) Welche Begriffe innerhalb einer Ethik in der Klinischen Sozialarbeit bedürfen einer berufsspezifischen begrifflichen Klärung?
- 3) Mit welchen Methoden wurden Werte und Normen in der Klinischen Sozialarbeit aufgestellt?
- 4) Welche Ethikansätze liegen derzeit in der Klinischen Sozialarbeit vor?

- 5) Auf welchen Menschenbildern ruhen die bisherigen ethischen Theorien inklusive derer Grundwerte und Normen in der Klinischen Sozialarbeit?

2.1.2.2 Präskriptive Ethik

Beginnen wir nun mit der uns bekanntesten Theorieebene. Was zeichnet sie aus? Im Gegensatz zur Metatheorie der Ethik ist hier ein Wissen aufgehoben, das unmittelbar auf die Praxisregulierung abzielt. Es geht darum, der menschlichen Lebensführung eine bestimmte Richtung zu geben. Hauptmedium und Bezugspunkt der Regulierung sind einerseits Haltungen und Einstellungen gegenüber sich und der Welt, die letztlich den eigenen Lebensstil ausmachen, und andererseits konkrete Handlungen und Handlungsfolgen. Da dies auf verschiedene Art und Weise geschehen kann, ist es ratsam, folgende Unterteilung für diese Ebene einzuführen: Betrachten wir die Reichweite und die Artikulationsebene, so können wir eine *allgemeine*⁷ von einer *speziellen und angewandten*⁸ präskriptiven Ethik unterscheiden. Achten wir hingegen auf die Regulierungsart, so können wir *Regel- und Maximenethiken*⁹ von *Güter- und Tugendethiken*¹⁰ unterscheiden.

Strebensethik

Die allgemeine Strebensethik befasst sich in der Hauptsache mit dem Wollen und hierbei v.a. mit der menschlichen Sinn- und Glückssuche. Sie entwirft und begründet entweder normative oder optative Sinn- und Glücksmodelle. Versteht man die Glückssuche als den eigentlichen Sinn des Lebens, hat man ein zentrales präskriptives Thema in der allgemeinen Strebensethik. Im Mittelpunkt steht dann die Bestimmung und Rechtfertigung eines oder mehrerer Glücksprinzipien. Mit diesen kann das unmittelbare Glücksstreben kritisch hinterfragt und gegebenenfalls korrigiert werden. Die normative Strebensethik kennt ein allgemeines Glücksprinzip, das als Generalregel maßgebend für alle weiteren Glücksregeln ist. Diese wiederum dienen als Auffindungsprinzipien zur Bestimmung von Zwecken als Gütern. Bspw. galt in der Stoa als generelle Glücksregel das „einstimmige Leben“. Darunter verstand man die Übereinstimmung von Wollen und Können (vgl. Hossenfelder 1996: 96-162). Erlangen

⁷ Exemplarisch zu erwähnen wären: Der transzendentalphilosophische Ansatz Kants, der eudaimonistische Ansatz des Hedonismus oder des Utilitarismus oder der vertragstheoretische Ansatz Rawls. Wer sich einen Überblick verschaffen will, dem seien für die Konzeptionen der Neuzeit und der Gegenwart die beiden Bände von Pieper 1992 empfohlen. Für das Studium vormoderner Ethiken rate ich zu Horn 1998 und Hadot 1999.

⁸ Bspw. die Medizinethik, Bioethik, Wissenschaftsethik oder themenspezifische wie Freundschaftsethik, Gesundheitsethik, Erotik usw.

⁹ Vor allem die Kantische und die Utilitaristische Ethik, aber auch die Diskursethik wären zu erwähnen.

¹⁰ Beispielfhaft können alle antiken Ethiken angeführt werden.

konnte man dies aber eigentlich nur dann, wenn man stets das wollte, was man auch gewiss konnte. Die Weisheit, die darin bestand, zu wissen, was man kann, war demzufolge ein zentrales Glücksgut. In der optativen Strebensethik der Postmoderne wird die Existenz von objektiven und für alle Menschen zeitlos gültigen Glücksregeln bezweifelt und verworfen. Stattdessen wird von einer Mehrzahl von Glücksmodellen inklusive Generalregeln ausgegangen, die dazu in der Lage sind, Menschen ein sinnerfülltes und glückliches Leben zu ermöglichen. Dennoch kann die optative Strebensethik ebenso wie die normative Strebensethik ein einzelnes Glücksmodell entwickeln, versteht dieses dann aber nicht mehr als einzig mögliches, sondern nur als *ein* mögliches. Wilhelm Schmid hat bspw. ein Strebensmodell am Imperativ der Lebensbejahung und mit Hilfe des Balanceprinzips ausgearbeitet und an zahlreichen speziellen Themen entfaltet (vgl. Schmid 1998 oder 2004). Daran wird bereits deutlich, dass eine reine allgemeine Ethik letztlich sinnwidrig ist, denn sie bedarf für ihre regulative Aufgabe stets einer Konkretisierung, und diese leistet die spezielle Strebensethik. Sie thematisiert die bewusste Sinn- und Glückssuche des Individuums im Fokus auf diverse Aspekte des Lebens. Hans Krämer nennt drei Themenkreise, die von besonderer Bedeutung sind: Erstens das Verhalten zu Gesundheit und Krankheit, zweitens das Verhältnis zu den so genannten Außengütern und drittens die nichtmoralischen, strategischen oder sympathischen Aspekte des Umgangs mit anderen Menschen. Im Fokus von allgemeinen Glücksprinzipien werden bereichsspezifische Regeln und Gütervorstellungen erörtert und der Lebensführung zur Verfügung gestellt. Auf der präskriptiven Ebene tritt die Ethik v.a. als kritische Instanz im Hinblick auf bestehende Werte und Normen auf.

Verdeutlichen wir uns diese Funktion noch einmal an dem sozialpsychiatrischen Fallbeispiel 2 (Kriterien einer subjektbezogenen Fürsorge). Eine subjektorientierte Fürsorge fördert den Prozess eines selbst bestimmten Verhältnisses zum eigenen Wollen im Hinblick auf die Verwirklichung des eigenen Glücks. Die präskriptive Strebensethik kann diesen Prozess insofern unterstützen, als sie Kriterien zur Beurteilung von aktuell bestehenden Glücksvorstellungen an die Hand gibt und somit Modifikationen auf der Ebene der verwendeten Glücksvorstellungen ermöglicht. So kann mit einer stoischen Ansicht vom Glück darauf hingewiesen werden, dass zum Glücklichsein ein realisierbarer Bezug zwischen Wollen und Können hergestellt werden muss. Dies wird nach stoischer Vorstellung dann verwirklicht, wenn das Wollen stets nur auf ein realisierbares Können gerichtet wird. Mit Hilfe eines derartigen Hinweises ist es möglich, die Inhalte des aktuellen Wollens daraufhin zu prüfen, ob sie wirklich für den Klienten erreichbar sind. Verdeutlichen wir uns das an einem Beispiel. Ein chronisch psychisch kranker Mensch ist davon überzeugt, dass zu seinem

Lebensglück ein Arbeitsplatz auf dem ersten Arbeitsmarkt gehört. Mehrere Ausbildungsversuche mussten allerdings bislang aufgrund psychotischer Krisen abgebrochen werden. Im Sinne eines stoischen Glücks stellt sich die Frage, ob dieses Arbeitsziel nicht besser durch ein realisierbareres – zumindest vorläufig – ersetzt werden sollte, etwa durch die Aufnahme in einer beruflichen Rehabilitationsmaßnahme für psychisch kranke Menschen. Hieran soll deutlich werden, dass nur derjenige, der eine Idee vom guten Leben hat, auch in der Lage ist, sich um deren Bedingungen und Möglichkeiten zu kümmern. Bedenkt man, dass es bislang kein definitives Glücksrezept gibt, dann sollten Sozialpädagoginnen über ein breites Glückswissen verfügen, das im jeweiligen Fall auf den Versuch hin erprobt und in einer Erfahrungstypologie aufgehoben und weitergegeben werden kann (vgl. Kap. III, Abschnitt 4).

Sollensethik

Die allgemeine Sollensethik tritt in Erscheinung als normative Ethik und versteht sich als Begründerin und Kontrolleurin der Moral. Sie unternimmt den Versuch, grundlegende moralische Prinzipien und Kriterien zu bestimmen, damit die faktisch verwendeten und gültigen moralischen Normen in Bezug auf deren Geltungsansprüche überprüft und, falls notwendig, außer Kraft gesetzt oder korrigiert werden können. Im Gefolge einer moralischen Prinzipienlehre können wir normalerweise drei Arten des Beachtens auffinden: *Verbote, Gebote und Erlaubtes*. Die ersten beiden Regeltypen erschließen dabei den Sinn von Pflichten. Im engeren Verständnis strebt die normative Sollensethik an, das formale Moralprinzip zu eruieren oder das höchste Gut zu bestimmen und rational zu begründen. Diese sollen in der Lebensführung eine Art Kompassfunktion übernehmen. Wie bereits angedeutet werden heute unterschiedliche Ansichten in Bezug auf das Moralprinzip oder das höchste moralische Gut vertreten. Im so genannten Utilitarismus lautet das Moralprinzip wie folgt: „Handle so, dass die Folgen deiner Handlung bzw. Handlungsregel für das Wohlergehen aller Betroffenen optimal sind“ (Höffe 2003: 11). Anders formuliert geht es darum, dass durch das eigene Handeln für die größtmögliche Anzahl das größtmögliche Glück erreicht werden soll. Unter Glück verstand John Stuart Mill, der geistige Vater dieses Ansatzes, die Abwesenheit von Leiden und die Anwesenheit von Vergnügen. Ein guter Mensch ist demzufolge derjenige, der seine Lebensführung mittels dieser Generalregel leitet. Erinnern wir uns noch einmal an die sollensethische Auslegung von Gutsein, dann wird hier regelethisch bestimmt, was unter einem guten Kooperationspartner zu verstehen ist. Im Kantianismus stellt hingegen der kategorische Imperativ das leitende Beurteilungskriterium

dar. Es basiert auf der Vorstellung des Menschen als Subjekt im Gegensatz zum Status eines Objektes und lautet verkürzt: Instrumentalisierere niemanden (vgl. Tugendhat 1994: 144)! Es fordert dazu auf, beim eigenen Willen die anderen Menschen niemals nur als Mittel, sondern auch als Selbstzweck anzuerkennen. Hierin besteht im Übrigen deren spezifische Würde. Mit Hilfe dieses Prinzips konstituiert sich ein spezifisches Reich von Zwecken, das im Lebensvollzug moralisch zu beachten ist. Mit dem utilitaristischen Folgenkalkül müsste demnach verboten sein, unverhältnismäßig viel und großes Unglück bei seinen Mitmenschen zu erzeugen und auf der anderen Seite geboten sein, das Glück aller in der Gesellschaft größtmöglich zu mehren. Eine Meisterin auf dem Gebiet der Wohltätigkeit zu sein, wäre somit eine moralisch qualifizierte Tugend. Hingegen ist kantisch eindeutig verboten, seine Mitmenschen nur noch als zu gestaltende und zu verbessernde Objekte anzusehen. Utilitaristisch geboten sind Lebensweisen und Handlungen, die idealerweise niemanden, oder doch zumindest nur einer geringen Anzahl von Menschen in geringem Maße Leiden zufügen. Erlaubt ist daher alles dasjenige, was den Mitmenschen kein oder nur sehr wenig Leid zufügt. Kantisch geboten ist hingegen, die Mitmenschen stets auch in ihrem Subjektsein anzusprechen. Erlaubt ist alles dasjenige, welches das Subjektsein angemessen berücksichtigt. Im Allgemeinen gelten die Wohltätigkeit und die Achtung der Würde (des Subjektseins) in allen Moralkonzeptionen als sehr hohe Tugenden; zudem finden wir immer die Pflicht zur Schadensvermeidung. Diese exemplarischen und skizzenhaften Ausführungen sollen genügen, um die Theorieebene der allgemeinen normativen Sollensethik einerseits zu verdeutlichen und andererseits deren grundlegende Unterscheidung innerhalb der beiden Ethiktypen zu erläutern. Strukturell ist auf der speziellen und bereichsspezifischen Ebene kein gravierender Unterschied zu erwarten. Wir finden entweder ein spezialisiertes Regelpanorama und -system für exemplarische Themengebiete oder spezifische Tugenden für besondere Lebensfelder. So wird es in der Sollensethik spezielle Maximen oder Güterauffassungen in Aktionsfeldern wie etwa Konflikten, Freundschaft, Beruf und anderen geben, die allerdings in einem plausiblen und evidenten Zusammenhang mit dem akzeptierten Moralprinzip stehen.

Folgt man den Einschätzungen Anton Schlittmaiers zu den bisherigen Ethikentwürfen in der Sozialen Arbeit, dominiert bislang die allgemeine Theoriestufe, die sich vornehmlich mit Begründungsfragen beschäftigt.

„Es liegen derzeit zahlreiche Ethikentwürfe für die Soziale Arbeit vor, die in unterschiedlicher Ausprägung zu den eben genannten Dimensionen unterschiedliche Positionen beziehen. Dabei geht es primär um Fragen der

Begründung zentraler Normen oder Werte für die Soziale Arbeit. Relevant ist aber auch die Frage ihrer Anwendung.“

(Schlittmaier 2006a: 46)

Werte und Normen inklusive deren Begründung spielen gewiss in allen Ebenen der Sozialen Arbeit eine wichtige Rolle. Mit der Betrachtungsweise der Integrativen Ethik ist jedoch darauf hinzuweisen, dass sie einen wichtigen Aspekt ausmachen, aber nicht den gesamten Bereich der Ethik abdecken. Zuletzt darf eine weitere Theoriestufe nicht vernachlässigt werden, auf die ich nun zu sprechen komme.

2.1.2.3 Methodologie der Anwendung

Die philosophische Ethik zielt von ihren Ursprüngen auf eine Formation und Transformation des Selbst in seiner jeweiligen Umwelt (vgl. Martin, Gutman und Hutton 1993, Hadot 1999: 209-246 und Hadot 2002, Schmid 1998). Ohne Methodenlehre bleibt allerdings jegliches ethisches Wissen in der täglichen Lebensführung wirkungslos. Die Theoriestufe der Anwendung oder der *Praktik* findet man in allen antiken Weisheitslehren, v.a. und im Besonderen bei der Stoa.

„Bei unserer gesamten Untersuchung sind wir in allen Schulen, sogar bei den Skeptikern, auf >Übungen< (askesis, melete) gestoßen, d.h. auf freiwillige und persönliche Praktiken, die eine Transformation des Ich bewirken sollen. Sie sind der philosophischen Lebensweise inhärent.“

(Hadot 1999: 209)

Aufgrund der Verkürzungen der ethischen Reflexion nach Kant wurde diese Dimension neben der Strebsethik immer mehr vernachlässigt – ein Sachverhalt, der ebenfalls mit der Integrativen Ethik korrigiert worden ist.

So unterscheidet bspw. Hans Krämer innerhalb der Methodik der Anwendung typologisch drei Bereiche (vgl. Krämer 1992: 330): Erstens Leistungen der Aufklärung und Orientierung. Hierbei geht es v.a. um die Aufklärung von ethischen Sachverhalten sowie um die Vermittlung von Werten und Regeln aus der Ethiktheorie in einer angemessenen, allgemein verständlichen Form. Davon zu unterscheiden ist zweitens die Art und Weise der Anleitung und Einweisung in die gewählte Transformation. Hans Krämer favorisiert hier eindeutig das Beratungsgespräch (vgl. Kap. III, Abschnitt 2). Mit speziellen Leistungen der Einübung und Haltungsbildung, die den dritten Bereich bilden, schließt sich der Kreis der Methodenlehre, mit der die moralische oder strebsethische Selbstaneignung verwirklicht

werden soll. In der antiken Philosophie finden wir zahlreiche geistige und körperliche Praktiken, besonders bekannt ist bspw. die „Vor-Übung der Übel“ (praemeditatio malorum) bei den Stoikern, bei der es darum ging, sich die Schwierigkeiten, die Schicksalsschläge, die Leiden und den Tod im vorhinein vorzustellen, um auf diese besser vorbereitet zu sein (vgl. Hadot 1999: 163 f). Körperliche Enthaltensamkeitspraktiken zur Erlangung der Unabhängigkeit entdecken wir v.a. bei den Kynikern (vgl. Hadot 1999: 132 ff). Mit den diversen Praktiken kommt man jedenfalls endgültig bei einer praktizierten Ethik an.

Zwei Grundbegriffe bzw. -tätigkeiten markieren meiner Ansicht nach die Theoriestufe der Anwendung: *Beratung* (Konsultation) und *Praktiken*. In Bezug auf die Beratungstätigkeit finden wir bei Hans Krämer eine ausführliche Formaltheorie, auf die interdisziplinär zurückgegriffen werden kann (vgl. Krämer 1992: 323-363; vgl. Kap. III, Abschnitt 2.1). Zu den Praktiken ist anzuführen, dass man in der Strebsethik allein individuelle vorfinden wird, wohingegen in der Sollensethik sowohl individuelle als auch soziale eine Rolle spielen (vgl. Foucault 1993). Die zentrale Bedeutung der Methodologie der Anwendung bringt Hans Krämer treffend wie folgt zum Ausdruck:

„Moralische Einstellungen und andererseits Lebenstechniken sind ohne Wiederholungs- und Übungsmomente und entsprechenden Aufwand weder zu erwerben noch zu konservieren, eine Einsicht der älteren Ethik (vgl. Rabbow, Hadot, danach Foucault), die in der Neuzeit die Emanzipation der Profanethik von der Moralthologie noch weniger als die Beratungsdimension überstanden hat. Die damit zunehmend verbundene Theoretisierung der neuzeitlichen Ethik ist aber systematisch als Verkürzung und Denaturierung des Begriffs einer *Praktischen* Philosophie aufzufassen und muß rückgängig gemacht werden. Eine praktizierbare und praktizierte Ethik der Zukunft wird für diesen Zweig der Methodologie vermutlich von der älteren >Asketik< noch manches lernen können, sich aber heute primär an den modernen Techniken des autogenen Trainings, der Verhaltenstherapie und dergleichen orientieren.“

(Krämer 1992: 330 f)

Betrachten wir mit diesen Überlegungen das Themenfeld der Ethik in der Klinischen Sozialarbeit, so ist zu fragen, ob es zum einen Autoren gibt, die derartige Reflexionen bislang aufgegriffen haben, und zum anderen ist zu fragen, wo sich eigentlich das „berufsethische Fitnessstudio“ befindet, in dem sowohl Beratung als auch Training mittels spezieller „Übungsprogramme“ angeboten werden? Wer deckt den Bedarf an ethischer Aufklärung, Anleitung und Einübung für die Praxis der Klinischen Sozialarbeit? Zudem sei erwähnt, dass sich auch ein Blick in die Asketik der modernen philosophischen Lebenskunst (vgl. Schmid 1998: 325-393) durchaus lohnt. Hier finden sich zahlreiche Techniken und Praktiken, die im

strebensethischen Berufsalltag nutzbar gemacht werden können. Ein Beispiel hierfür ist die Arbeit daran, ein Netz von Gewohnheiten zu knüpfen (vgl. Schmid 1998: 325-332).

„Eine Technik der nachhaltigen Einübung und bewussten Ausübung von Lebenskunst ist die Gewohnheit.“
(Schmid 1998: 325)

Betrachten wir hierzu ein Hilfeplangespräch in der Klinischen Sozialarbeit. Diese Praktik kann thematisiert werden, wenn es um den Aufbau von zuträglichen Gewohnheiten, etwa bei der Bewältigung der Haushaltsführung, geht. Eine gesundheitsförderliche Selbstversorgung kann mit Hilfe von regelmäßig vollzogenen Handlungsmustern - jeden Montag putzen, jeden Samstag Wäsche waschen, jeden ersten Montag im Monat das Flusensieb der Waschmaschine reinigen etc. - nachhaltig aufgebaut werden für Menschen, deren Entscheidungsfähigkeiten beeinträchtigt sind, und die von den Anforderungen der Wahl entlastet werden müssen. Gemeinsam in einem Hilfeplangespräch thematisiert und als Ziel vereinbart, geht es dann im Betreuungsalltag um die Realisierung dieser selbst bestimmten Gewohnheiten. Diese sind im Gegensatz zu heteronomen Gewohnheiten solche, die aus vernünftigen Gründen gewählt und bejaht worden sind. Betrachtet man den gesamten Prozess vom Hilfeplangespräch bis zur Durchführung, so finden wir die drei von Hans Krämer angeführten Bereiche der Methodik wieder: Das Hilfeplangespräch kann als aufklärende und orientierende Beratungstätigkeit bestimmt werden, die Begleitung im Alltag hingegen als Einweisung in die Übung, sich eine wünschenswerte Gewohnheit anzueignen.

Zum Abschluss sei erwähnt, dass man die Stufenfolge von Metaethik, präskriptiver Ethik und Methodologie der Anwendung insgesamt als eine Abfolge von drei Stadien ethischer Theorie verstehen kann, die sich zunehmend der Praxis annähern. Die Differenz im Theoriestatus ist in dieser Betrachtungsweise nur eine graduelle.

2.2 Empirische Ethik

Die empirische Ethik kann von der philosophischen insofern unterschieden werden, als diese eine Wissensformation darstellt, welche von einem ausdrücklich empirischen Standpunkt aus die Themen der Ethik betrachtet. Da ich deren Aufgabe aber nicht auf die Moral beschränkt sehen will, gehören zu deren Themenfeldern mindestens folgende drei Bereiche (vgl. Pieper/Thurnherr 1998: 10):

- 1) Beschreibung der empirisch auffindbaren strebens- und sollensethischen Normen- und Wertesysteme bestimmter historisch-faktischer Gemeinschaften (z.B. die Glückslehre der Tibeter oder die Morallehre der katholischen Christen)
- 2) Beschreibung des Einflusses klimatischer, geographischer, kultureller, religiöser, ökonomischer und anderer Faktoren auf die Strebens- und Sollensethik einer Gemeinschaft
- 3) Beschreibung der Strebens- und Sollensethiken hinsichtlich ihrer Geltungsansprüche

„Als deskriptiv bezeichnet man die Ethik, sofern sie frühere oder heutige Moralen aus einem explizit historischen, psychologischen, soziologischen, ethnologischen oder anderen einzelwissenschaftlichen Erkenntnisinteresse und von einem Standpunkt außerhalb der Moral zu beschreiben versucht.“

(Thurnherr 2000: 8)

Analog zur Metatheorie der philosophischen Ethik ist sie frei von normativen Ansprüchen an die Praxis und im Grunde genommen systematisch und thematisch innerhalb dieser Theorieebene anzusiedeln.

Interessant ist ihr Standpunkt für die Ethik in der Klinischen Sozialarbeit, wenn ihre beschreibende Vorgehensweise sich auf typische Adressatengruppen (ambulantes Wohnen, Leben in einer Langzeiteinrichtung, langer Psychiatrieaufenthalt, Obdachlosigkeit usw.) richtet. Welche moralischen und strebensethischen Ansichten existieren bei den Mitarbeitern und bei den Klienten in den diversen sozialpsychiatrischen Einrichtungen? Welchen Einfluss hat die jeweilige Wohnform auf die moralischen und strebensethischen Wertvorstellungen? Wie begründen die betreffenden Personengruppen ihre Normen und Werte? Dieses Wissen fördert das Verständnis und gibt möglicherweise den einen oder anderen Ansatzpunkt für die präskriptive Ethik. Für die Strebensethik interessant ist zudem die Frage, welche strebensethischen Grundthemen in der Klinischen Sozialarbeit vorliegen¹¹, und welchen Einfluss eine Tätigkeit in einem solchen Praxisfeld auf die Art der Lebensführung der Mitarbeiterinnen hat.¹² Diese Erkenntnisse können für die Gewinnung von Ehrenamtlichen in der Klinischen Sozialarbeit von Interesse sein, da hier ein besonderes Lernangebot für diese Zielgruppe organisiert werden kann. Ehrenamtliches Engagement könnte bei einer entsprechenden sozialpädagogischen Anleitung zu einem strebensethischen Bildungsraum für die Ehrenamtlichen werden – ein Aspekt, der sowohl für die Fachkräfte als auch für die Ehrenamtlichen eine neue faszinierende Ausstrahlung für das Engagement darstellen könnte.

¹¹ In Frage kommen gewiss der Umgang mit Krankheit und deren Einschränkungen, der Umgang mit Unfreiheit durch Zwangsbehandlung sowie der Umgang mit einem lebensverändernden Schicksalsschlag.

¹² Verena Begemann hat dies eindrucksvoll in der Hospizarbeit dargelegt (vgl. Begemann 2006).

3. Resümee

Mit der Integrativen Ethik erhält man ein Programm, mit deren Systematik eine Anwendung der Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit differenziert und übersichtlich durchgeführt werden kann.

Strebensethik		Sollensethik
<ul style="list-style-type: none"> - Begründung und Rechtfertigung - Grundbegriffe - Methoden der Ethik - geschichtliche Darstellung - metaphysische und anthropologische Zusammenhänge 	<i>Metatheorie</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Begründung und Rechtfertigung - Grundbegriffe - Methoden der Ethik - geschichtliche Darstellung - metaphysische und anthropologische Zusammenhänge
Glücksprinzipien, -regeln, -werte und -tugenden	<i>allgemeine und spezielle Präskripte</i>	Moralprinzip, Normen, Werte und Tugenden
Beratung Individuelle Praktiken	<i>Methodologie der Anwendung</i>	Beratung Individuelle und soziale Praktiken

Am Leitfaden der Theorieebenen aus dem Integrativen Ethikmodell erfolgt deshalb im kommenden Kapitel die Darlegung der Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit am Beispiel der Sozialpsychiatrie.

III. Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit

1. Begründung und Rechtfertigung der Strebensethik

Die Darlegungen zur Strebensethik haben verdeutlicht, dass im Gegensatz zur Sollensethik die Wollensperspektive charakteristisch ist. Ausgehend vom Wollen des Einzelnen zielen im Kern alle strebensethischen Überlegungen auf das, was den Menschen glücklich oder unglücklich macht. Mit den Begriffen des Wollens und des Glücks stehen somit zwei grundlegende Aspekte zur Verfügung, anhand derer die Relevanz der Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit dargestellt werden kann. Überall dort, wo diese beiden Aspekte in den Vordergrund gestellt werden, spielt die Strebensethik eine bedeutende Rolle.

Anhand von zwei modernen sozialpsychiatrischen Handlungsansätzen wird im Folgenden in exemplarischer Absicht dargelegt, wo genau die Strebensethik Anknüpfungspunkte erhält. Bei der Darlegung wird es nicht darum gehen, den jeweiligen sozialpsychiatrischen Ansatz möglichst vollständig wiederzugeben, es gilt allein aufzuzeigen, dass in beiden strebensethische Themen im Mittelpunkt stehen und sich so Kooperationsmöglichkeiten ergeben.

1.1 Personenzentrierte Hilfeplanung

Nachdem die Sozialpsychiatrie in Deutschland ihre erste große Bedeutung in den 70er Jahren nach der Psychiatrie-Enquete unter dem Motto der Enthospitalisierung erhielt, begann in den 90er Jahren eine Neuausrichtung. Das bisherige sozialpsychiatrische Versorgungssystem, das den psychisch erkrankten Menschen jeweils „fertige Hilfspakete“ anbot, wurde einer fundamentalen Kritik unterzogen.

„Psychisch kranke Menschen sollen sich – so lautet eine zentrale Forderung der Kommission – nicht den Hilfeleistungen anpassen müssen, sondern die Hilfesysteme sollen ihre Leistungen den konkreten Hilfeeorderungen ihrer Klienten anpassen.“

(Rosemann 1999: 129)

Im Gegensatz zu einer institutionsorientierten Hilfeplanung sollte es in Zukunft zu einer personenzentrierten Rehabilitations- und Behandlungsplanung kommen. Im Mittelpunkt der reformierten Sozialpsychiatrie steht der einzelne psychisch erkrankte Mensch mit seinem individuellen Hilfebedarf.

„Der personenzentrierte Ansatz geht von dem Bedarf der Person aus und fragt erst in der zweiten und dritten Ebene nach der entsprechenden Organisation der Hilfen und ihrer Finanzierung.“

(Kunze 2004: 18)

Nicht mehr die psychiatrische Diagnose und die bestehenden Organisationsformen sollen festlegen, was der Einzelne benötigt, sondern die Fachkräfte in der Sozialpsychiatrie müssen herausfinden, was für diese Menschen wichtig ist (vgl. Gromann 2002: 163). Ausgangspunkt für die Feststellung des jeweiligen Hilfebedarfs sollte der geäußerte Wille des Betroffenen sein.

„Denn im Mittelpunkt steht der Wunsch und Wille des Klienten.“

(Gromann 2002: 167)

Im Geiste dieses Perspektivenwechsels entwickelte die „Aktion Psychisch Kranke“ ein umfangreiches Manual, den so genannten Integrierten Behandlungs- und Rehabilitations-Plan (IBRP), mit dem der individuelle Hilfebedarf eruiert werden sollte. Ein Kernstück des IBRP ist die ziel- und lebensfeldbezogene Anamnese des Wollens. Innerhalb von fünf Lebensfeldern – Umgang mit den Beeinträchtigungen der psychischen Erkrankung, Selbstversorgung (Wohnen, Wirtschaften, Inanspruchnahme medizinischer und sozialer Hilfen), Kontaktfindung und –gestaltung, Arbeit und Beschäftigung, Tagesgestaltung und Freizeit – soll das geäußerte Wollen im Hinblick auf die jeweils vorhandenen Beeinträchtigungen und Fähigkeiten anamnestisch erhoben werden (vgl. Rosemann 1999: 129 f, Gromann 2002: 171 oder Aktion Psychisch Kranke 2005). Nachdem die angestrebte Lebensform auf diese Weise konturiert worden ist, soll der jeweilige Hilfebedarf insofern festgestellt werden, als danach gefragt wird, was diese Person benötigt, um diese Lebensform zu verwirklichen oder zu erhalten. Im Mittelpunkt stehen somit die jeweiligen Lebensführungskompetenzen und –defizite einer Person im Hinblick auf die jeweils angestrebte Lebensform. Daraus ergibt sich auch eine Parallele zu noch grundsätzlicheren Reflexionen, wie sie bspw. Fritz-Rüdiger Volz in Bezug auf die Praxis von Sozialer Arbeit vorgetragen hat.

„Der Kern sehr vieler professioneller Vollzüge der Sozialen Arbeit insgesamt kann so aufgefasst werden, dass es darin geht um die Gewährleistung der *Lebensführungskompetenz* der Individuen, um ihre Gewinnung, Ausbildung, Erhaltung, Steigerung, Wiederherstellung (unter Umständen auch deren Kompensation oder gar Stellvertretung in Situationen extremer Gefährdung oder Behinderung der Lebensführungsfähigkeit).“

(Volz 2000: 216)

Die Orientierung der Hilfeplanung an der Lebensführung und am „Ich will“ gegenüber dem, was andere meinen, wie jemand sein Leben gestalten sollte, ist jedenfalls ein starkes Indiz dafür, dass eine strebensethische Komponente angesprochen ist, die auch von dort aus reflektiert werden kann.

„Die strebensethischen Überlegungen nehmen ihren Ausgang unmittelbar vom „Ich will“ des Individuums; aus diesem Grunde wird die Strebensethik von Krämer gelegentlich als „eine Ethik der ersten Person“ bezeichnet. Als Beratungsdisziplin kümmert sich die Strebensethik um die Zielsetzungen und das Wollen des Einzelnen.“

(Thurnherr 2000, 133)

Ebenso wie die Strebensethik soll sich die „neue Sozialpsychiatrie“ im Schwerpunkt um die Zielsetzungen und das Wollen des Einzelnen kümmern. Überdeutlich wird der Zusammenhang auch an folgender Passage, die als symptomatisch für die „belagernde Fürsorge der alten Sozialpsychiatrie“ vorgetragen wird.

„Man besitzt Konzepte darüber, was richtig gelebtes Leben, was gut gelebtes Leben ist, das man den Klienten bieten will, indem man ihnen Modelle für Betreutes Wohnen, für Wohngemeinschaften anbietet.“

(Gromann 2002: 164)

Hieraus wird ersichtlich, dass im Hintergrund der reformierten Sozialpsychiatrie auch die neue Auseinandersetzung mit der Frage steht, wer ein Wissen darüber besitzt, wie ein psychisch kranker Mensch am besten leben kann. Im Ansatz der personenzentrierten Hilfeplanung, die ihren Anfang vom Wollen her festlegt, steht demnach auch eine Diskussion darüber, welche Lebensform als gut gelten kann. Eine einseitige Festlegung durch Fachkräfte und ihre Institutionen wird vehement abgelehnt. Aber wissen die Betroffenen wirklich immer und v.a. gewiss, welche Lebensform für sie die beste ist? Woher sollen sie dieses Wissen nehmen? Woher nahmen es eigentlich die Fachkräfte? – Aus alledem wird ersichtlich, dass sich spätestens mit dem Reformkonzept der personenzentrierten Hilfeplanung die strebensethischen Fragen in einer Weise aufdrängen, dass eine Kooperation zwischen Strebensethik und der Klinischen Sozialarbeit durchaus sinnvoll erscheint. Zu denken wäre bspw. an ethische Grundbegriffe, mit denen über das jeweilige Wollen in den Lebensfeldern

gemeinsam zielorientiert reflektiert und diskutiert werden kann, oder an eine Auswahl von Theorien des guten Lebens, die als Modelle für die Hilfeplanung herangezogen werden könnten.

1.2 Recovery

Das zweite ausgewählte Reformkonzept in der Sozialpsychiatrie, der Recovery-Ansatz, ist kein einheitliches Handlungskonzept, sondern mehr eine Sammlung von Haltungen und fragmentarischen Handlungsempfehlungen mit einer sehr eindeutigen Zentralperspektive: *Gesundung als Verwirklichung von Lebenszufriedenheit.*

„Unter dem Begriff ‚Recovery‘ hat sich in den Ländern wie den USA und Neuseeland ein neues Behandlungskonzept durchgesetzt, das Gesundung für möglich hält und die Perspektive eines zufriedenen Lebens auch bei sogenannten ‚Chronischen Patienten‘ nicht aus den Augen verliert.“

(Knuf 2004: 1)

Im Mittelpunkt des Recovery steht die Frage: *Was braucht ein Mensch, damit es ihm gelingt, seine psychische Erkrankung zu überwinden oder trotz bestehender Erkrankung ein erfülltes und hoffnungsvolles Leben zu führen?* Hier wird die strebensethische Thematik ganz offen und frei artikuliert und als Gegenbegriff zum klassischen Gesundheitsdogma vorgetragen. Entstanden ist dieser Reformansatz von Seiten der Betroffenen, die sich gegen die pessimistischen Chronifizierungshypothesen und Unheilbarkeitsansichten der klassischen Psychiatrie zur Wehr setzten. Auf zwei Ebenen scheint dieser Widerstand bis heute stattzufinden. Zum einen auf einer *theoretischen Ebene*, wo v.a. der gängige Gesundheitsbegriff einer grundlegenden Kritik ausgesetzt wird. Die Unangemessenheit der dichotomisierenden Einteilung in „entweder krank oder gesund“ soll überwunden werden, indem der Gesundheitsbegriff neu justiert wird. Unter Bezugnahme auf eine Gesundheitsdefinition von Sesam wird er im Recovery wie folgt verwendet:

„Gesundheit ist nicht ein Leben ohne psychische Probleme und Krankheiten, sondern vielmehr, dass Menschen damit möglichst gut umgehen und leben können.“

(Knuf 2008: 9)

„Jemand ist also nicht krank, weil er bestimmte Symptome hat, sondern, wenn ihm aktuell die Fähigkeit fehlt, mit diesen so umzugehen, dass er sein Leben auf eine möglichst zufriedene Art weiterleben kann.“

(Knuf 2008: 8)

Der Gesundheitsbegriff wird auf einer theoretischen Ebene hermeneutisch so weit transformiert, dass er denkungsgleich wird mit dem, was man mit dem Begriff Lebenszufriedenheit zum Ausdruck bringt.

„Wie zufrieden jemand lebt, hängt nicht in erster Linie von den erlebten Symptomen ab, sondern von der Art und Weise, wie jemand mit ihnen umgeht und sie bewertet.“

(Knuf 2008: 8)

Die Kunst, mit den krankheitsbedingten Beeinträchtigungen möglichst gut zu leben, wird gleichgesetzt mit Gesundheit. Der reformierten Sozialpsychiatrie und somit auch der Klinischen Sozialarbeit wird damit auf einer theoretischen Ebene ein neuer Sinn, ein Dazugehöriges verliehen, das unmittelbar an den Wünschen der Betroffenen anknüpfen kann – wer will schon nicht gesund und zufrieden sein? Zum anderen setzt der Recovery-Ansatz aber v.a. auf einer *praktischen Ebene* an. Gestützt auf qualitative Interviews mit genesenen Betroffenen sollen die Bedingungen offen gelegt werden, die „darüber entscheiden, ob es einem langzeitkranken Menschen gelingt, wieder ein zufriedenes Leben zu führen“ (Knuf 2008: 8). An prototypischen Beispielen werden Lebenskunstgriffe im Umgang mit der psychischen Erkrankung dargestellt, die in erster Linie Hoffnung – ein zentrales Anliegen des Recovery – verbreiten sollen, in zweiter Linie aber auch konkrete Empfehlungen und Hinweise liefern, wie das Leben mit diesem Handicap zu meistern sein könnte. Obwohl der Recovery-Prozess als ein individueller Weg aufgefasst wird, werden als wichtige Elemente folgende erwähnt:

1. Hoffnung
2. Eine positive Identität gewinnen
3. Sich von den psychiatrischen Labels lösen
4. Symptome beeinflussen
5. Ein Unterstützungssystem aufbauen
6. Sinn und Bedeutung im Leben gewinnen (vgl. Knuf 2004)

Recovery wird hier unübersehbar zu einer bereichsspezifischen Strebensethik. Eine fruchtbare Kooperation mit den Erkenntnissen der allgemeinen wie auch mit der speziellen Strebensethik ist zu erwarten. Die philosophische Lebenskunst bietet einen Reichtum an Wissen, wie man aus seinem Dasein ein bejahenswertes Sosein schafft (bspw. Nietzsche), wie man eine Gegenmacht zu heteronomen Machtstrukturen entwickelt (bspw. Foucault) und wie man dem Leben Sinn geben kann (bspw. Epikur). Zudem ist der Recovery-Ansatz integrierbar in eine

personenzentrierte Hilfeplanung. Recovery stellt eine Zielperspektive zur Verfügung, an dem sich sowohl die Betroffenen als auch die Fachkräfte orientieren können. Das jeweils geäußerte Wollen kann an einem übergreifenden Gesichtspunkt diskutiert werden: Ein zufriedenes Leben führen. Zu achten ist allein darauf, dass hier nicht neue Normen aufgestellt werden – die Rede von Optionen sollte an dieser Stelle allen Beteiligten genügen. Ein Umstand, den die moderne Lebenskunst im Gegensatz zu den älteren Theorien des guten Lebens bereits verinnerlicht hat (vgl. exemplarisch Schmid 1998 oder Ropohl 2003). Einzelne strebensethische Theorien können als exemplarische Lebensoptionen helfen, eine eigene Vorstellung von dem zu gewinnen, was als angestrebte persönliche Lebenszufriedenheit gewollt wird.

2. Philosophische Beratung

Nachdem gezeigt werden konnte, dass im Beratungsgeschehen der personenzentrierten Hilfen die Strebensethik einen zentralen systematischen Anknüpfungspunkt findet, spricht nun einiges dafür, die Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit am Leitfaden der Beratung zu entwickeln¹³. Hierfür werde ich zunächst zentrale Aspekte von Beratung überhaupt skizzieren, um im Anschluss das Typische von philosophisch-ethischer Beratung anhand von vier Bereichen vorzustellen. Beide Erörterungen ergeben schließlich ein Programm, wie strebensethische und sozialpsychiatrische Beratung fruchtbar miteinander verknüpft werden kann.

2.1 Allgemeine Systematik der Beratung

Hans Krämer stellte in seiner Integrativen Ethik einen Definitionsvorschlag von Beratung vor, um Beratungsprozesse überdisziplinär zu beschreiben. Es handelte sich hierbei um metatheoretische Überlegungen mit dem Ziel, eine funktionelle, integrative, verschiedene Fächer verbindende formale Beratungstheorie vorzubereiten (vgl. Krämer 1992: 342). An diesen Reflexionen werde ich mich im Folgenden v.a. orientieren, da wir dadurch jenes Muster erhalten, mit dem die Kooperation von Strebensethik und Klinischer Sozialarbeit dargelegt werden kann.

Hans Krämer führt als Oberbegriff der Beratung die Hilfeleistung durch Kommunikation von Direktiven und Präskripten ein. Im Zentrum steht der Ratschlag. Diesen

¹³ Urs Thurnherr (Thurnherr 2000: 26-29) plädiert bzgl. der Vermittlungsform der angewandten Ethik ausdrücklich für die philosophisch-ethische Beratung.

bestimmt er als entscheidungsverbessernde, problemorientierte, kommunikative Vorgabe (vgl. Krämer 1992: 344). Im Sinne dieser Definition gliedert sich die Beratung allgemein in zwei Bereiche (vgl. Krämer 1992: 249): Zum einen in ein Beratungsgeschehen, bei dem der kommunikative Aspekt im Vordergrund steht, und zum anderen in das, worauf sich die Beratung im Wesentlichen bezieht - auf zwei relevante Objektbereiche. Diese werden in den Aspekten „entscheidungsverbessernd“ und „problemorientiert“ angesprochen.

2.1.1 Beratungsgeschehen

Im Beratungsgespräch dominiert das Medium der Sprache, d.h. ein zeichen- und sprachbestimmtes Symbolsystem, deren spezifische Gehalte sich meist erst aus dem Kontext der jeweiligen Situation ergeben. Von allgemeiner Bedeutung ist hierbei, dass über die Sprache in Form von Begriffen eine Handlungsorientierung möglich ist.

„Was in der Beratungssituation sprachlich aktualisiert wird, ist nur potentiell Maxime und Vorsatz, was hingegen aktuell Maxime (oder Vorsatz) wird, ist nur potentiell sprachlich ausformuliert.“

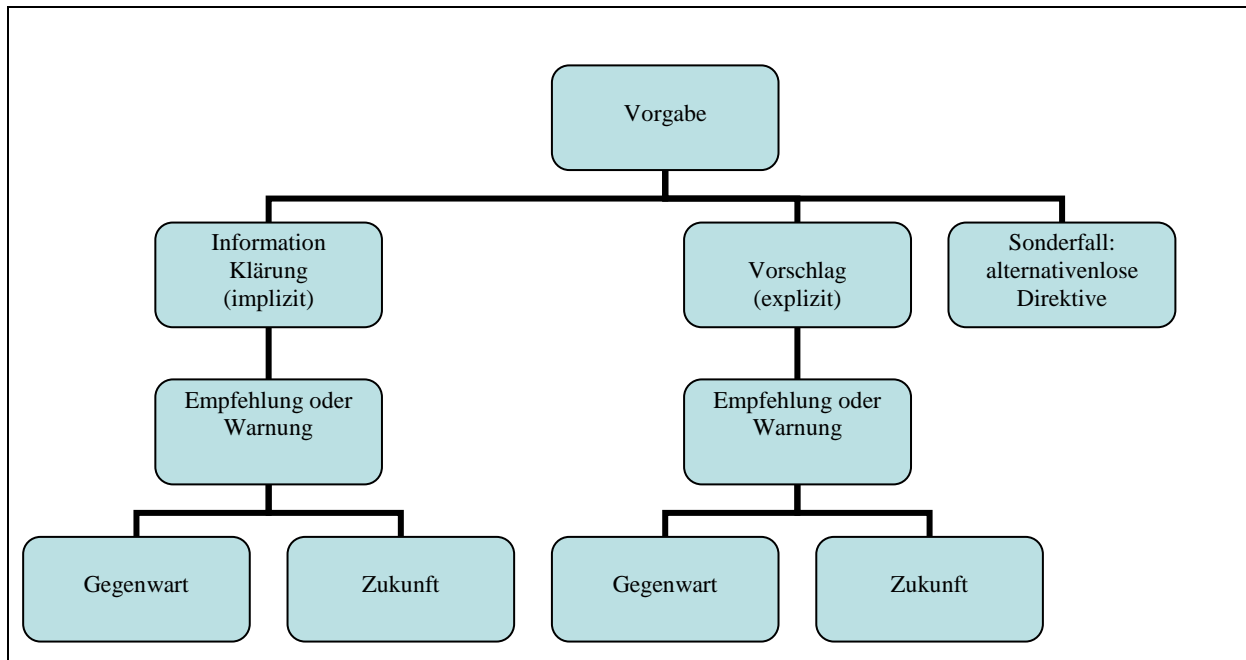
(Krämer 1992: 326)

Wir befinden uns in Verhältnissen, in denen Maximen und Vorsätze des Handelns oft nur implizit vorliegen, folglich formulierbar bleiben und erst im Sprechakt der Beratung explizit gemacht werden. Auf diese Weise erhalten wir im Medium der Sprache eine Zunahme an Klarheit über uns. Betrachtet man nun das verbale Beratungsgeschehen, sind mindestens drei Bereiche von Bedeutung: Erstens, die Art der verbalen Kommunikation. Welche typischen Aussageformen dominieren i.d.R. ein Beratungsgespräch? Zweitens, in welche allgemeinen Hauptphasen ist eine Beratung zu gliedern? Und drittens, welche typischen Probleme sind beim Transfer der Beratungsinhalte zu erwarten?

Typische Aussageformen im Beratungsgeschehen

Wie bereits erwähnt, steht im Zentrum der Beratung der Begriff des *Ratschlages*, den Hans Krämer mit Hilfe des Begriffs der Vorgabe in zwei Richtungen abgrenzen will. Zum einen zu allen nicht direktiven Verfahren, wie bspw. die Mäeutik oder Empathie, und zum anderen zu allen Vorgehensweisen in Form von Weisungen und Befehlen, die eine freie Entscheidung und Vorzugswahl verhindern. Neben diesen beiden Kommunikationstypen soll im Begriff der Vorgabe ein eigener Typus für das Beratungsgeschehen definiert werden. Der Vorgabebegriff

wird nun weiter konkretisiert in Form von drei möglichen Aspekten: Am häufigsten ist gewiss mit *Information und Aufklärung*, die implizit anrät, zu rechnen. Ob in einer Sucht-, Reise- oder Finanzberatung, ohne Weitergabe von Informationen finden voraussichtlich nur sehr wenige Beratungsgespräche statt. Meist bleibt es jedoch nicht bei der reinen Informierung, sondern es wird im Verlauf des Gespräches ein *Vorschlag* gemacht, der ein ausdrückliches Anraten für etwas Bestimmtes darstellt. Beide Vorgabetypen treten entweder in Form von einer *Empfehlung* oder einer *Warnung* in Erscheinung. Eine implizit empfehlende Information wäre die von der Glücksforschung gewonnene Erkenntnis, dass ab einem bestimmten Finanzvermögen keine Zunahme von Wohlbefinden mehr folgt – dies kann implizieren, dass es im Hinblick auf das Glück empfehlenswert ist, sich um andere Dinge zu kümmern. Hingegen ist eine Aufklärung über die Gefährlichkeit bestimmter Drogen eine implizite Warnung vor deren Gebrauch. Beispiele für explizite Empfehlungen und Warnungen sind etwa in einer Finanzberatung: „Diese Baufinanzierung kann ich Ihnen wärmstens empfehlen ...“; oder in einer Reiseberatung: „Zu dieser Jahreszeit kann ich vor diesem Reiseziel leider nur warnen ...“ Empfehlungen und Warnungen beziehen sich entweder in präventiver Absicht – meist als Chancen- und Risikoberatung, wobei i.d.R. ein Primat der Schadensvermeidung vor der Chancenerschließung vorliegt – auf Zukünftiges, oder sie sind auf einen Sachverhalt der Gegenwart gerichtet. Hierbei werden meist unterschiedliche Blickwinkel auf ein Objekt der Gegenwart formuliert, mit dem entweder eine Aufklärung oder ein Vorschlag vermittelt werden soll. Neben den beiden Formen der Information und des Vorschlages kommt, allerdings nur als Sonderfall, die alternativenlose Direktive im Beratungsgeschehen vor, die dann einer Weisung mangels geeigneter Alternativen gleicht.



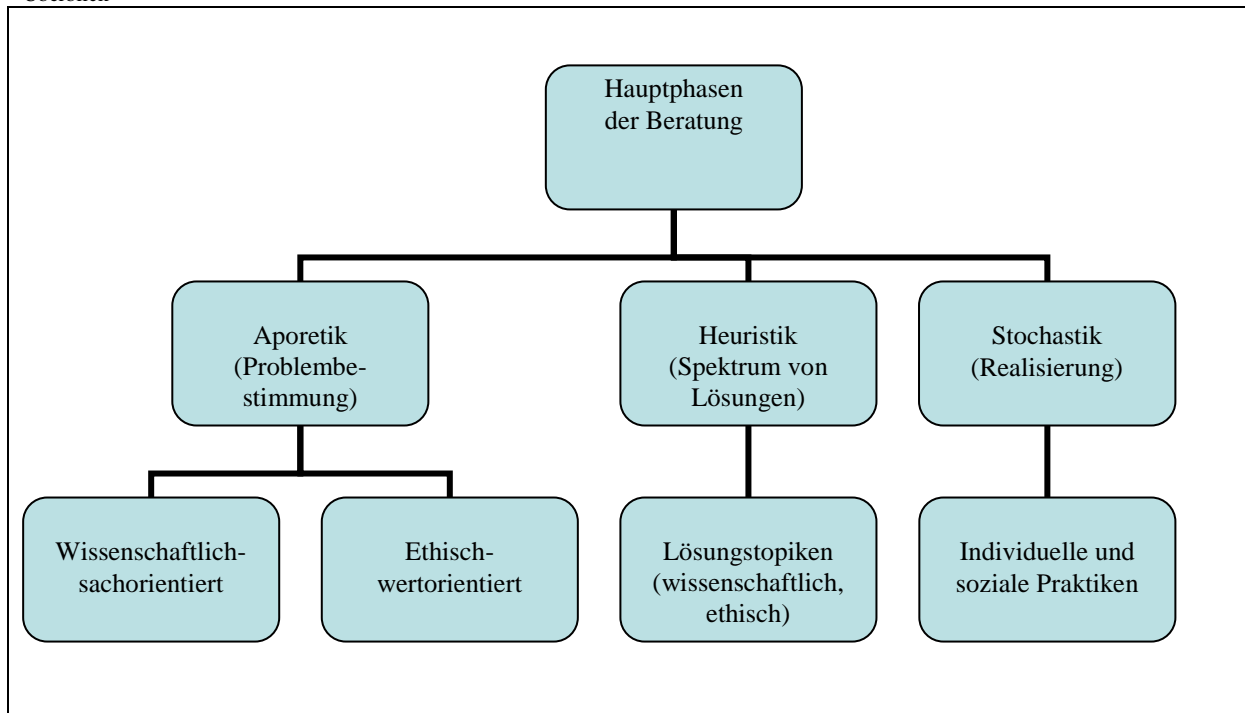
Diese Differenzierung soll genügen, um das Beratungsgeschehen im Hinblick auf seine Aussageformen zu skizzieren.

Drei typische Phasen

Betrachtet man den Ablauf des Beratungsgeschehens, dann bestimmt Hans Krämer drei Phasen, die als typische Reihenfolge anzusehen sind (vgl. Krämer 1992: 347 f). Nachdem der Berater möglichst transparent und verständlich vermittelt hat, was von ihm zu erwarten ist, beginnt die erste Phase, die Hans Krämer mit *Aporetik* betitelte. Hier soll eine möglichst präzise Bestimmung der aktuellen Problemlage des Ratsuchenden stattfinden. Besondere Beachtung verdient hierbei der Aspekt, dass eine Problemsituation neben ihrem Sachgehalt v.a. unter der Perspektive von relevanten Werten und Normen zu betrachten ist. Worin besteht das Problem genau? Wie zeigt sich das Problem? In welchem Kontext ist es entstanden? Welche Faktoren erhalten das Problem? Welche Werte und Normen sind darin angesprochen? Wie soll das Problem benannt werden? usw. Idealerweise verfügt der Berater über ein Wissen von typischen Problemlagen, mit denen er das aktuell vorgetragene Problem lokalisieren kann. Die zweite Phase wird von ihm mit dem Begriff *Heuristik* überschrieben. Dort erfolgt eine Erörterung und Darlegung möglicher Lösungswege für das geschilderte Problem. Neben formalen Überlegungen, etwa mit Hilfe von Grundbegriffen zur Lösung von falschen Zweck-Mittel-Zuordnungen spielen hier i.d.R. praktikable Topiken, meist in Form von allgemeinen oder speziellen Maximen, die sich entweder auf gemachte Eigenerfahrungen,

wissenschaftliche Erkenntnisse oder bestimmte Ethiktheorien beziehen, eine wichtige Rolle. In der dritten Phase, im Begriff *Stochastik* fixiert, wird die Entscheidung unmittelbar vorbereitet, und sobald geklärt ist, welche Ziele angestrebt werden sollen, die jeweiligen Realisierungsstrategien besprochen und gegebenenfalls auch angeleitet. Eine Besprechung über die Kontrolle des möglichen Erfolges rundet die letzte Phase und das Beratungsgeschehen insgesamt ab.

Überblick



Es ist noch zu erwähnen, dass sich bei Hans Krämer die drei Phasen einer Beratung auch bei seinen Erörterungen zur Praktischen Intelligenz (vgl. Krämer 1992: 168-176) wieder finden und somit die Beratungsphasen einen direkten Bezug hierzu aufweisen. Jede Phase repräsentiert eine Teilkompetenz der Praktischen Intelligenz (Fähigkeiten des Identifizierens von Problemen, das Verfügen über einen Erfahrungsbestand praktischer Lösungsmöglichkeiten sowie Kompetenzen eines produktiven Problemlösungsverhaltens). Im idealtypischen Beratungsgeschehen werden somit diese Kompetenzen des Ratsuchenden Schritt für Schritt durchlaufen. Es ist deshalb zu erwarten, dass im Beratungsprozess bislang verborgene Ressourcen der Praktischen Intelligenz des Ratsuchenden angetroffen und genutzt werden können.

Typische Probleme beim Transfer von Beratungsinhalten

Der Anspruch von Beratung zielt auf Weitergabe von Wissen, um Hilfe zu leisten. Wie wirksam kann dieser Wissenstransfer eigentlich sein? Darin ist der Sinn von Beratung überhaupt thematisiert. Das Problem des Transfers von Beratungsinhalten lässt sich in der Weitergabe von Erfahrungen konkretisieren. Empfehlungen und Warnungen basieren auf Maximen und Regeln, die letztlich auf Erfahrungen rekurrieren, deren Gehalt methodisch unterschiedlich erschlossen wurde. Im Idealfall der Übermittlung müsste die Erfahrung genau so intersubjektiv wiederholbar zu machen sein, wie ein vorhandenes Können bei einer Person deren zuverlässige Wiederholbarkeit impliziert – etwa wie das Fahrradfahrenkönnen dessen Vollzug zuverlässig garantiert. Die Schwierigkeit zeigt sich v.a. darin, dass bei der negativen Erfahrung umgekehrt auch deren Vermeidbarkeit und Nichtwiederholung gewährleistet sein müsste. Die Problematik knüpft, genau betrachtet, an die der Reichweite und Geltung von speziellen Topiken an. Eine grundsätzliche Obsoletheit sowie unterschiedliche Allgemeinheitsgrade müssen unbedingt berücksichtigt werden. Effizienz ist somit immer nur graduell gegeben, besonders wenn man noch die Einflüsse des Zufalls mit einbezieht.

Die eigentlichen Schwierigkeiten in einem Beratungsgeschehen kann man in zwei Worten fassen: *Zuwenig oder zuviel Wirkung*. Im ersten Fall findet keine Wissensvermittlung statt. Dies geschieht aufgrund von hermeneutischen Problemen des Nicht- oder Falschverstehens. Ein Andersverstehen kann die eigentliche Bedeutung einer allgemeinen Maxime für die jeweilige konkrete Situation soweit modifizieren, dass eine Wiederholbarkeit ganz unmöglich wird. Die Bedeutung der Vorgabe wird entweder durch das verfehlte Rezeptionsverhalten des Ratnehmenden oder aufgrund der mangelhaften Beratungsstrategie des Beraters so verfälscht, dass die Wissensvermittlung komplett verfehlt wird. Bestenfalls geschieht dann einfach nichts, d.h. eine signifikante Wirkung bliebe aus. Anhand der Zeitdimension des Lebens zeigt sich die grundsätzliche Problemlage von zuwenig Wirkung besonders deutlich. Der Zeitpunkt der Weitergabe und der Einübung in einzelne Beratungsinhalte und der Zeitpunkt, an dem sich die Bewährung zeigen kann, liegen manchmal sehr weit auseinander. Wenn in langfristige und komplexe Gewöhnungsprozesse eingeführt wird, die den Ratnehmenden befähigen, sich in zukünftigen Situationen angemessener zu verhalten, ist diese Problematik besonders signifikant. Die zeitliche Differenz des Aktes des Sicheinlebens in etwas Neues und die Erfahrung von deren Wirkungsweise ist unaufhebbar. Der Sinn eines Ratschlages wird deswegen oft nicht verstanden, weil der Gesamthorizont der Erfahrung von Aneignung und Wirkung zu Beginn

stets fehlt. Die Aneignung von Ratschlägen sowie die Einübung in neue Lebensmuster geschehen stets, ohne deren Gesamterfahrung präsent zu haben. Der Ratschlag an einen Menschen mit einer chronisch verlaufenden Psychose, seine bisherige Lebensweise durch eine sozialpsychiatrische Rehabilitation grundlegend zu modifizieren, beinhaltet die prinzipielle hermeneutische Schwierigkeit beim Ratsuchenden, dass er meist keine oder nur sehr vage Vorstellungen davon hat, welche Erfahrungen er nach der Rehabilitation wirklich machen wird. Es fehlt ihm zu Beginn die Erfahrung der Wirkung auf sein Leben – er muss sich damit begnügen, dass es allen so ergeht. Dieses Falschverstehen gilt in gleichem Maße für den Berater, der Ratschläge zu vermitteln versucht, die er noch nicht ganz verstanden hat. Missverständnisse sind demzufolge auch abhängig von der Zeitlichkeit, in der wir uns stets befinden.

„Man könnte zugespitzt das Paradox formulieren, dass der, der die Erfahrung schon hat, auch die entsprechende fremde Erfahrung verstehen, aber nicht mehr gebrauchen kann; dass aber der, der sie selbst nicht gemacht hat, sie gar nicht versteht.“

(Krämer 1992: 352)

Wie ist mit diesem grundlegenden Dilemma umzugehen? Hans Krämer macht einen Vorschlag, der einen praktikablen Umgang mit diesem Problem des Nichtverstehens möglich macht. Seine Grundthese lautet, dass beim Ratsuchenden immer eine praktische Interessensdisposition vorliegt, die zur Aufmerksamkeit auf das praktisch Bedeutsame anhält, und er über Kompetenzen verfügt, sich Erfahrungswissen anzueignen. Er bezieht sich hierbei in erster Linie auf unser Imaginationsvermögen. Wenn uns der Kontext eines Erfahrungswissens detailliert und anschaulich beschrieben wird, dann können wir uns dieses soweit vorstellen, dass ein Verstehen möglich wird.

„Die effizienteste Form der Übermittlung ist die narrative, die Handlungs- und Geschehensläufe in Gestalt von Geschichten wiedergibt, die sich durch Kontinuität, Prägnanz und Isomorphie zum eigenen Handeln und Erleiden des Adressaten auszeichnen.“

(Krämer 1992: 353)

Da wir stets Eigenerfahrungen in ein Beratungsgespräch mitbringen und diese – zumindest bei grundlegenden Themen, etwa im Umgang mit Krankheiten - Ähnlichkeiten zu anderen aufweisen, so ergibt sich im Zusammenspiel von eigener und fremder Erfahrung die Möglichkeit zu einem geeigneten Verstehen. Um dem Problem des Nichtverstehens zu entkommen, gilt es daher, dem Aufbau eines gemeinsamen Verstehenshorizontes in einem

Beratungsgespräch entsprechend viel Zeit und Aufmerksamkeit zu widmen. Der einfachste Typus von Wissensvermittlung wäre derjenige, in der eigene Erfahrung durch fremde bestätigt wird, und darauf aufbauend weitere Empfehlungen und Warnungen vermittelt werden. Am schwierigsten hingegen ist der Fall der mahnenden und präventiv warnenden Erfahrung. Mit Hilfe der Darstellung als Zeugenerfahrung kann jedoch auch hier ein Verstehenshorizont aufgebaut werden, so dass der Ratschlag erlebbar gemacht wird. Man bedenke hierbei v.a. die Funktion von Theater, Kino und Fernsehfilmen. Eine Orientierung der Vorgaben an dringlichen Not- und Bedarfslagen verbürgt darüberhinaus eine hohe Effizienz in der Vermittlung. Diesen entkommt auf Dauer wohl keiner – entweder macht man direkt mit ihnen Bekanntschaft oder ist Zeuge, wie sie bei anderen auftreten. Die Beachtung all dieser Aspekte bei der Wissensvermittlung im Beratungsgeschehen ist zwar keine Vermittlungsgarantie, mindert aber das Problem des Nichtverstehens. Zu guter Letzt sei noch angeführt, dass die eben beschriebenen hermeneutischen Schwierigkeiten nicht nur auf den Bereich der Rezeption von Fremderfahrungen begrenzt sind, sondern ebenso die intrasubjektive Vermittlung von Eigenerfahrungen und Überlegungen betreffen. Gemachte Erlebnisse und eigene Gedankengänge müssen nicht notwendig für den Betroffenen unmittelbar verstehbar sein, die Integration in das eigene Leben kann sogar bisweilen hochproblematisch sein. Beispiele hierfür liefern bestimmte Meditations- und Drogenerfahrungen, aber auch das psychotische Erleben von Menschen mit einer Schizophrenieerkrankung.

Wenn hingegen *zuviel Wirkung* bei der Wissensvermittlung stattfindet, dann droht das Problem der Indoktrination und Manipulation. Übt die Beratung zuviel Einfluss aus, kann es zu einer Unterdrückung von Erfahrungen und Überlegungen seitens des Beraters gegenüber dem Ratsuchenden kommen. Dies geschieht durch einen zu starken Akt des Deutens der geschilderten Erfahrungen, bei dem der Ratschlag mit einer solchen Wucht auf den Ratsuchenden einschlägt, dass quasi eine Enteignung des Eigenen stattfindet. Dieses Problem wird gerne von Skeptikern von Beratungsprozessen vorgetragen – jegliche Beratung gerät so in den Verdacht der Manipulation. Da dieses Problem nicht zu leugnen ist, sollten bestimmte Gegenmaßnahmen diese Fälle minimieren helfen. Zunächst wäre daran zu denken, dass der Berater zu Beginn eine Beratung über die Beratung anbietet, wo u.a. auch über diese Effekte gesprochen wird. Für die Übernahme fremder Empfehlungen und Warnungen könnte man sich bspw. auf folgendes Kriterium verständigen:

„Eigene Erfahrungen dürfen nur durch bessere eigene Erfahrungen ersetzt werden, d.h. fremde Erfahrungen sind nur insoweit zu übernehmen, als sie voll in eigene umgesetzt werden können oder dies doch erwarten lassen.“

(Krämer 1992: 354)

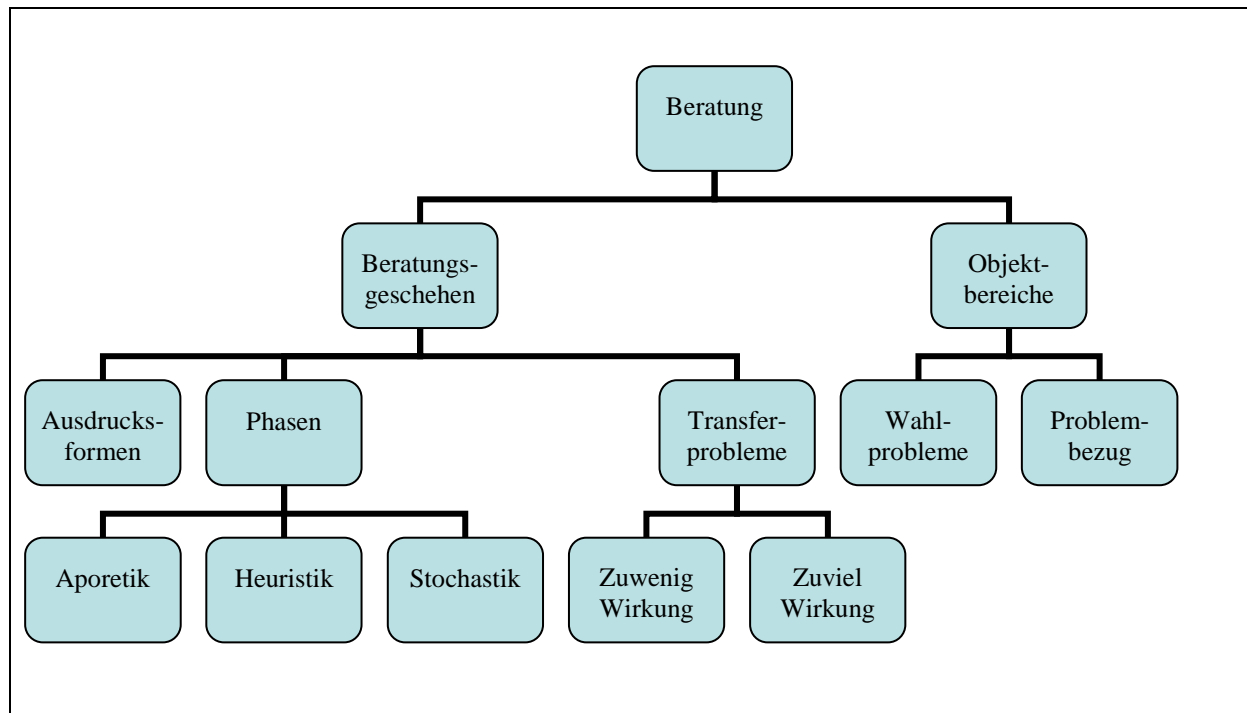
Fremde Erfahrungen sollten demzufolge stets mit Hilfe der Plausibilitäten des Ratsuchenden bewertet und sofern bei einer Erfahrung eine begründbare Bejahung vorliegt, generell erst einmal auf den Versuch hin übernommen werden. Alles in allem ist das Problem der Manipulation ein regulationsbedürftiges Feld in jeglicher Beratung und muss von der Moral aufgegriffen und thematisiert werden. Ein entsprechender Beraterethos mit Verboten und Geboten ist an dieser Stelle sicher von Nöten.

2.1.2 Relevante Objektbereiche der Beratung

Sinnvollerweise sollte das gesamte Beratungsgeschehen zwei zentrale Themenfelder des Ratsuchenden bedienen. Zum einen ist die Beratung auf das anthropologische *Problem des Wählens*¹⁴ in der Lebensführung auszurichten. Alle Empfehlungen und Warnungen sollen die bewusste Wahl des Ratsuchenden helfen zu verbessern – Beratung sollte in diesem Sinne entscheidungsverbessernd sein oder doch sein wollen. Die gesamte Aporetik ist deshalb vom Standpunkt des Wählens zu entwerfen; zudem müssen alle Lösungsvorschläge der Heuristik auf das Problem der Wahl in der jeweiligen Situation bezogen sein. Mehrere überschaubare Optionen inklusive nachvollziehbarer Gründe gilt es, in einer Heuristik bereit zu stellen.

Zum anderen müssen alle Beratungsinhalte einen *plausiblen Problembezug aufweisen* – jegliche Beratung sollte in diesem Sinne problemorientiert ausgerichtet sein. Dies beinhaltet nicht nur, Problemlösungen darzustellen, sondern auch im Kontext des vorgestellten Problems auf Probleme aufmerksam zu machen, die eng mit dem zu tun haben, was der Ratsuchende in die Beratung einbringt.

¹⁴ Das Problem der Wahl wurde bspw. auch von Wilhelm Schmid in seiner Philosophie der Lebenskunst ausführlich thematisiert und in den Mittelpunkt gestellt (vgl. Schmid 1998: 188-239).



Mit diesen metatheoretischen Überlegungen zur Beratung haben wir ein Schema von Beratungsverläufen, mit dem im Folgenden das Typische der philosophisch-ethischen Beratung vorgestellt werden kann, welches später in eine sozialpsychiatrische Beratung integriert werden soll.

2.2 Philosophisch-ethische Beratung

Das Typische einer philosophisch-ethischen Beratung kann man mit Hans Krämer (vgl. Krämer 1992: 356 ff) anhand von vier Merkmalen beschreiben, die im Folgenden kurz vorgestellt werden.

Optionalität

Charakteristisch für jegliche philosophisch-ethische Beratung ist, dass die Wahlmöglichkeit des Ratsuchenden stets im Vordergrund steht. So ist die Phase der Aporetik konsequent auf die Thematik des Wählens ausgerichtet. Im Mittelpunkt stehen mindestens folgende zwei grundlegende Problemerkahrungen: Zum einen eine elementare Hilflosigkeit im Wählen aufgrund eines Mangels an sinnvollen Unterscheidungen und Differenzierungen.

„Steht jedoch eine Wahl in Frage, hängt vieles von den Unterscheidungen ab, die den Bereich der Wahl näher eingrenzen, überschaubar strukturieren und die möglichen Alternativen konturieren.“

(Schmid 1998: 206)

Zum anderen die Unentschlossenheit im Hinblick auf vorhandene Alternativen aufgrund eines Mangels an praktikablen Kriterien für die Wahl.¹⁵ Dieser Mangel kann auf verschiedenen Ebenen bestehen. Exemplarisch soll an dieser Stelle der Mangel an einem leitenden Kriterium für das Wählen überhaupt und der Mangel aufgrund fehlender allgemeiner wie auch spezieller Werte und Regeln für die jeweiligen Lebensbereiche angeführt werden.

Optionalität in der heuristischen Phase ist in der philosophisch-ethischen Beratung insofern grundlegend, als alle Empfehlungen und Warnungen aus der Ethiktheorie immer an die Entscheidungsfähigkeit des Ratsuchenden anknüpfen oder diese eröffnen. Alle Beratungsinhalte haben somit einen eindeutig optativen Grundcharakter, der nicht zu hintergehen und auf den entsprechend hinzuweisen ist.

„So kommt es zu einer *postteleologischen Teleologie* für die Lebenskunst in einer anderen Moderne: Die Teleologie, die Bestimmung und Begründung von Zielen, die einst die vornehmste Aufgabe metaphysischer Instanzen war, deren Erbgut selbst die historische Aufklärung noch in sich trug, wird zu einer Aufgabe des Subjekts selbst; sie ergibt sich nicht mehr aus einem Sein oder einem Jenseits oder aus >der Geschichte<, die die Ziele aus sich heraus legitimieren würden. Im Zweifelsfall sind Ziele und Zwecke experimentell zu setzen, um sich im Verlauf der damit gemachten Erfahrungen über ihre definitive Bestimmung klarer zu werden. Nicht ein bestimmtes, sondern nur ein ungefähres Telos steht dabei am Anfang; Wahl des Zieles, das kann zunächst heißen, aus dem Raum des Imaginären etwas aufzugreifen, dem nachzustreben als lohnenswert erscheint: Einen Traum, eine Vision, eine Utopie, eine Vorstellung, die man sich vom Leben macht, eine Idee des Schönen und Bejahenswerten, die man zu realisieren hofft.“

(Schmid 1998: 217 f)

Es gilt für das zu beratende Subjekt, Möglichkeiten zu erschließen, die es dann erprobend erkunden kann (vgl. auch Thurnherr 1998: 361-367). Ein Paternalismus mit einer belagernden Fürsorge ist hiermit bspw. nicht vereinbar.

Normativität und Finalität

Die grundlegende Optionalität schließt jedoch nicht aus, dass in der philosophisch-ethischen Beratung v.a. dem Aspekt der Zielorientierung und -verfolgung eine weitere Zentralstellung

¹⁵ Wilhelm Schmid hat sich mit dieser Thematik ausführlich in seiner Habilitation befasst (vgl. Schmid 1998: 213 f sowie 215-221).

zukommt. Ausgehend von der Entscheidungsfreiheit wird der Ratsuchende dazu befähigt, seine Lebensführung auf gewählte Ziele auszurichten und diese handelnd zu verfolgen. Unter inhaltlichen Gesichtspunkten ergibt sich somit eine grobe Typologie der präskriptiven Leistungen im Beratungsgeschehen (vgl. Krämer 1992: 325 f). Im Wesentlichen wären hierbei zu erwähnen: Eine Hinführung zur Zielorientierung in der Lebensführung überhaupt; eine spezifische Normen- und Zielklärung und eine Empfehlung geeigneter Wege zur Verwirklichung der gewählten Normen und Lebensziele.

Mediation

Bei der Vermittlung dieser grundlegenden Leistungen orientiert sich die philosophisch-ethische Beratung primär am Medium der Sprache. Sie nimmt somit eine mittlere Position zwischen der Selbsthilfe der Betroffenen (Sichmiteinanderberaten) und der tätigen Hilfeleistung Anderer (helfende Berufe) ein, die sich allerdings im Bedarfsfall in tätige Hilfeleistungen hinein fortsetzen müsste (vgl. Krämer 1992: 327 sowie Thurnherr 1998: 375). Das situations- und adressatenbezogene Beratungsgespräch wird bei der zu wählenden Vermittlungsform gegenüber der literarischen Verbreitungsweise und dem Vortragswesen von Hans Krämer eindeutig favorisiert. Die methodischen Vorzüge der Direktheit, Individualisierung, Langfristigkeit sowie der Gegenkontrolle durch die Beratungssituation werden hierfür zur Begründung von ihm herangezogen (vgl. Krämer 1992: 333). Prototypen dieser Vermittlungsform sind die Philosophischen Praxen (vgl. Krämer 1992: 334-342). Die dort tätigen philosophischen Berater beziehen sich in erster Linie auf unterschiedliche Ethiktheorien, die sie anhand von speziellen Topiken den Ratsuchenden als Beratungsangebote weitergeben. Ein Pluralismus (vgl. Krämer 1992: 339 f) analog zum gegenwärtigen Psychotherapieangebot ist somit auch in der philosophisch-ethischen Vermittlung gegeben.

Reflexivität

Als viertes zentrales Merkmal einer philosophisch-ethischen Beratung ist das hohe Maß an Reflexivität anzuführen. Der philosophische Berater ist stets in der Lage, einzelne Ereignisse in einen übergreifenden Lebenskontext zu stellen. Wenn es etwa um die Sorge um eine krebserkrankte Schwester geht, dann kann er bei Bedarf Bezüge zur prinzipiellen Endlichkeit des Menschen knüpfen, um von dieser Perspektive das Problem zu betrachten sowie

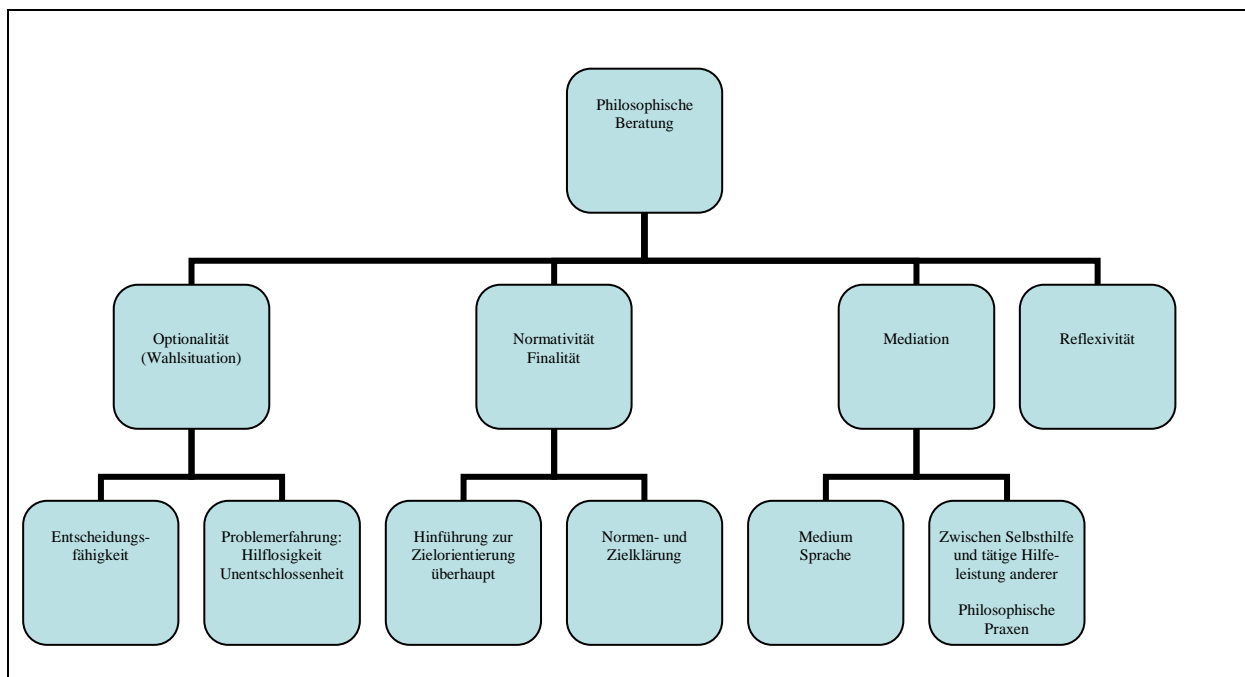
Lösungswege aufzuzeigen. Oder wenn ein an Schizophrenie erkrankter Ratsuchender daran leidet, dass sein Arzt ihm eine düstere Prognose aufgrund seiner Residualsymptomatik vorzeichnet und deshalb die Aufnahme eines Studiums nur negativ sehen kann, dann könnten erkenntnistheoretische Überlegungen im Hinblick auf das prinzipiell eingeschränkte Erkenntnisvermögen des Menschen eine Sichtweise eröffnen, von wo aus ein anderer Umgang mit den Äußerungen des Arztes für den Ratsuchenden erschlossen wird. Hierin zeigt sich insgesamt die Verwandtschaft zur theologischen Beratung.

„>Reflexion< erweist sich hier jedoch als mehrdeutig: Was zunächst die philosophische Reflexion im weiteren Sinne angeht, so muss der praktizierende Praktische Philosoph zwar theoretisch reflektieren können und vielfach bereits reflektiert haben, aber andererseits jederzeit in der Lage sein, auf Alltagsniveau zu beraten, d.h. die Reflexionsstufen abzublenden oder nur indirekt zur Geltung zu bringen, gegebenenfalls mit einer Rollenverteilung zwischen dem Praktischen Philosophen qua Theoretiker und dem Berater. Diese Spannweite ist hier ebenso durchzuhalten wie in der Theologie, wo die Fundamentelethik nicht notwendig in der pragmatischen Seelsorge ausgebreitet wird.“

(Krämer 1992: 357)

Die Fähigkeit, vom Singulären und Konkreten bis zum Allgemeinen und Abstrakten Zusammenhänge und somit Blickwinkel herzustellen, ist grundlegend für die philosophisch-ethische Beratung.

Überblick Philosophische Beratung



2.3 Interdisziplinäre Beratung

Eine optimale Beratung stellt den Ratsuchenden Beratungsinhalte mindestens auf drei Ebenen zur Verfügung: Alltägliche, philosophische und einzelwissenschaftliche Wissensformen werden entscheidungsverbessernd und problemorientiert im Beratungsgeschehen eingebracht. Hans Krämer stellt hierzu modellhaft Überlegungen an, wie man sich diesem Optimalzustand nähern kann. Zwei Modelle sollen kurz skizziert werden.

Doppelqualifikationsmodell

„Vorzugswürdig ist jedoch die kombinierte Kompetenz des philosophischen Beraters selber, die auf ein Mehrfachstudium der Philosophie und bspw. der Angewandten Psychologie und/oder der Sozialpädagogik beruht.“

(Krämer 1992: 360)

Die jeweilige psychologische und/oder sozialpädagogische Fachkraft erwirbt durch ein Studium der Philosophie die Kompetenzen, in einem Beratungsgespräch an ihrer Dienststelle neben dem einzelwissenschaftlichen Wissen stets auch die philosophischen Dimensionen bedarfsgerecht einbringen zu können. Bedenkt man, dass in beiden Einzelwissenschaften eine Beratungskompetenz als grundlegend anzusehen ist, dann ist diese Vorgehensweise durchaus erprobenswert.

Kooperationsmodell

Im Kooperationsmodell, das Hans Krämer als mittelfristiges Ziel ansieht, arbeiten die jeweiligen spezialisierten Berater in einem Netzwerk eng zusammen. Entweder beraten sie sich gegenseitig oder überweisen an den jeweils zuständigen Kollegen. Als Vorbild hierzu könnte der Krankenhausseelsorger angesehen werden. Dieser steht für die Patienten bei nicht medizinischen Problemlagen zur Verfügung und berät bei Bedarf auch das Krankenhauspersonal.¹⁶ So ist als Folge einer körperlichen Erkrankung wie z.B. Krebs ebenso mit Sinnfragen „Warum ich?“, „Was soll das alles nur bedeuten?“ zu rechnen wie mit der Herausforderung, wie mit diesem Unglück insgesamt umzugehen ist. Die Inanspruchnahme von medizinischen und sozialen Maßnahmen löst nicht die Frage, welche Haltung gegenüber

¹⁶ Wilhelm Schmid war als philosophischer Seelsorger in der Schweiz über mehrere Jahre in dieser Funktion tätig und vertritt in dieser Hinsicht diesen Typus.

dem Unglück der Erkrankung einzunehmen ist. Sollte die betroffene Person diese akzeptieren, und wenn ja, auf welche Art? Eine bewusste Ignoranz gewährt einem möglicherweise mehr erfreuliche Augenblicke als eine akzeptierende Beschäftigung.

Für beide Modelle ist eine angemessene philosophische Bildung erforderlich, die tauglich für die Anforderungen einer Beratungssituation ist. Dieser Herausforderung folgend wird nun in den kommenden Kapiteln ein Vorschlag vorgelegt, der philosophisches Wissen auf dem Gebiet der Strebensethik so vereinfachend darzustellen versucht, dass darauf in einem Beratungsgespräch in der Klinischen Sozialarbeit zurückgegriffen werden kann. Die Darlegung von Grundbegriffen dient dabei der präskriptiven Leistung zur Hinführung zur Zielorientierung überhaupt, die Typologie der Ethiktheorie der Epikureer soll hingegen ihre Funktion für die spezifische Normen- und Zielklärung haben. An einem sozialpsychiatrischen Fallbeispiel wird schließlich dargestellt, wie eine philosophische Beratung in der Klinischen Sozialarbeit aussehen könnte.

3. Darlegung und Bestimmung von zentralen Grundbegriffen

Für die präskriptive Leistung einer Hinführung zur Zielorientierung in der Lebensführung gilt es nun, zentrale Grundbegriffe vorzustellen, die einen orientierenden Beitrag für die Praxis leisten. Methodisch verwende ich für diese Aufgabe zum einen ausgewählte Deutungsraaster aus der philosophischen Ethiktradition. Zum anderen beziehe ich mich nicht in umfassender Weise auf das Wissensspektrum der Ethik, sondern beschränke die Auswahl der Positionen auf den Aspekt der Praktikabilität und Handhabbarkeit für die Anforderungen einer Beratung in der Klinischen Sozialarbeit. In Ergänzung zu einer inhaltlichen Lösungssuche für Lebensführungsprobleme haben die dargelegten Grundbegriffe die zentrale Aufgabe, die Willensäußerungen soweit sinnvoll zu differenzieren, dass von dort aus das Leben zielorientierter geführt werden kann.

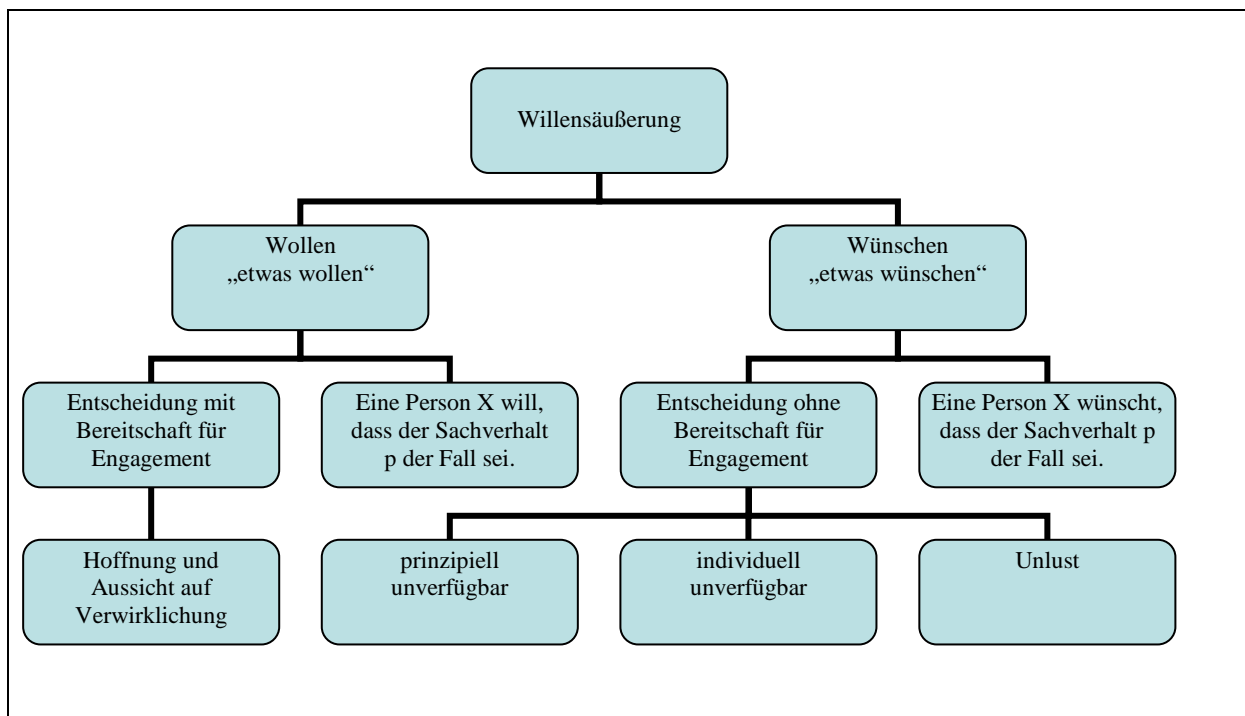
3.1 Wollen und Wünschen

Ausgehend von der Perspektive der Willensäußerungen werden im Folgenden alle begrifflichen Differenzierungen so weit entwickelt, dass sie in einem personenzentrierten Beratungsgespräch verwendet werden können. Zunächst ist dabei zu klären, was wir eigentlich meinen, wenn wir von einer Willensäußerung sprechen. Was versteht man unter einer Willensäußerung? Analog zu vormodernen Denkern bestimme und verwende ich die

Willensäußerung ausschließlich in seiner teleologischen Ausrichtung. Verallgemeinert verstehe ich darunter ein Verfolgen bestimmter materialer Zweckvorstellungen. *Eine Willensäußerung bringt in seiner allgemeinsten Bedeutung folgendes zum Ausdruck: Eine Person X will, dass der Sachverhalt p der Fall sei* (vgl. Forscher 1989: 64 f). Die Objekte des Strebens sind antizipierte Sachverhalte, die im Streben verwirklicht werden wollen. Aufgrund der Antizipation ist demzufolge beim Streben schon immer Rationalität beteiligt. Das Subjekt der Willensäußerung ist kognitiv mindestens in der Lage, Mögliches, Wirkliches und Notwendiges, Vergangenes, Gegenwärtiges und Künftiges, Nahes und Entferntes sowie Einzelnes und Allgemeines zu denken und zu unterscheiden. Wenn bspw. eine psychisch kranke Person X auf einer offenen Station in der Psychiatrie den Willen äußert, wieder unabhängiger von anderen leben zu wollen, dann denkt sie, je nach Ausgangslage, dass ihre Unabhängigkeit in naher oder entfernter Zukunft möglich ist. Sie kann ihre besondere aktuelle Existenz im Hinblick auf Unabhängigkeit überhaupt bedenken und zum Objekt des Strebens machen. An dieser Stelle ist es nun ratsam, zwei begriffliche Differenzierungen einzuführen: Im Gegensatz zum *Wünschen* soll unter einem *Wollen* ein innerer Akt der Entscheidung für einen Sachverhalt mit der Bereitschaft, diesen bei geeigneter Gelegenheit auch wirklich aktiv handelnd anzustreben, verstanden werden. Folglich gilt für das Wollen jener Gedanke: Wer ein Ziel (z.B. mehr Unabhängigkeit) wirklich will, der muss auch die konkreten Handlungen (entsprechendes Engagement zur Reduzierung der bestehenden Einschränkungen, etwa Einkaufstraining trotz bestehender Ängste) wollen, die Aussicht haben, zum Ziele zu führen. Engagieren wird man sich aber nur dann, wenn man eine Hoffnung und Aussicht auf eine Verwirklichung hat – allein die persönliche Überzeugung ist hierbei relevant. Dass das Wünschen sich nicht um die Verwirklichung kümmert, ist auch der Grund, weshalb es an keinerlei Gesetzlichkeit gebunden ist, sondern sich auf alles Mögliche und Unmögliches richten kann. Das Wollen richtet sich immer auf mögliches Zukünftiges. Das Wünschen dagegen kann sich auch auf Unmögliches, auf Gegenwärtiges und Vergangenes, auf Nichtwirkliches und Wirkliches richten. Einige Beispiele hierfür wären: 1) Unmögliches: Ich wünsche mir ein vollkommen lustvolles Leben ohne jegliche Schmerzen bis zum Tod. 2) Nichtwirkliches in den drei Zeitdimensionen: A) Ich wünsche mir schönes Wetter am Wochenende. B) Ich wünsche mir jetzt so viel Geld, um mir alle Wünsche in diesem Kaufhaus zu erfüllen. C) Ich wünsche, ich wäre nie geboren worden. 3) Wirkliches in der Zeit: A) Es ist so und ich wünsche mir auch, dass es so ist. B) Dass ich in Deutschland geboren wurde, entspricht genau meinem Wunsch. Ein Wunsch steht immer für eine Willensäußerung, die keine Bereitschaft für ein Engagement im Hinblick auf die

Zielerreichung zum Ausdruck bringt. Dies kann zum einen der Fall sein, wenn der erstrebte Sachverhalt entweder als prinzipiell unverfügbar (z.B. Wetterlage) oder individuell unverfügbar (z.B. „ich war schon immer dick“) einzuschätzen ist, oder wenn zum anderen die Person keine Lust hat, zur Verwirklichung einen eigenen Beitrag zu leisten. Klienten der Klinischen Sozialarbeit äußern bspw. manchmal Wünsche nach einem anderen (besseren) Leben, ohne dies aber vielleicht wirklich zu wollen - aus den unterschiedlichsten Gründen. Eine aufschlussreiche heuristische Frage wäre somit, ob Klientinnen das jeweils Geäußerte wünschen oder wollen. Hierdurch ist eine erste Dringlichkeitsrangordnung bei den Willensäußerungen möglich. Aufgrund der Bereitschaft zur Mitarbeit hat das Wollen eine gewisse Priorität, da Erfolge auf diesem Gebiet den Status von Gewünschtem durchaus modifizieren können – bspw. wenn der Grund hierfür in der Einschätzung individueller Unverfügbarkeit liegen sollte. Je weniger man sich selbst zutraut, desto mehr wünscht man sich etwas. Gelingt eine Steigerung des Zutrauens in eigene Fähigkeiten, können sich auch Wünsche in Gewolltes verwandeln.

Wollen und Wünschen



Um das Vermögen zur Willensäußerung, das auch als anthropologische Invariante bestimmt werden kann (vgl. Klein 2003: 102-122), tummeln sich zahlreiche Themen und Fragen, deren Klärung für die Hinführung zu einer verbesserten Zielorientierung im Leben von Bedeutung sind. *Wer bestimmt, was für Sachverhalte eine Person X will?* – Frage der Heteronomie oder Autonomie sowie der Motive. *Welche Sachverhalte kann eine Person X wollen?* – Frage der

Typologie von Zielen. *Warum will eine Person X, dass ein Sachverhalt p der Fall sei?* – Frage der Regeln, Werte und Güter. *Rechtfertigung der Gründe, warum eine Person X will, dass der Sachverhalt p der Fall sei* – Frage der Prinzipien und ihrer Geltung. Ausgehend vom Vermögen der Willensäußerung wird es im Folgenden um weitere begriffliche Differenzierungen gehen, die in einem Beratungsgespräch die Lösungssuche optimieren kann.

3.2 Bestimmung des Wollens

3.2.1 Willensfreiheit oder Determinismus?

Beginnen wir mit den Reflexionen, wer bestimmt, was eine Person X will. Die Position des Determinismus steht gegen den der Willensfreiheit. Absicht der kommenden Reflexionen ist zu zeigen, dass es sich bei diesen beiden Standpunkten um keine sich einander ausschließenden im Sinne von „entweder-oder“ handelt, sondern um zwei Arten der Willensbestimmung, die stets für den Menschen existieren, und die er deshalb bei der Führung seines Lebens beachten sollte.

Empirisch betrachtet erfährt der Mensch sich von Anfang an als ein Wesen, das immer etwas Bestimmtes will, um seine vielfältigen Bedürfnisse zu befriedigen (vgl. Pieper 2000: 167). Welche er hat, ist zum einen abhängig von seiner natürlichen Ausstattung (Triebe, Instinkte, Begierden, Leidenschaften) und zum anderen von äußeren Einflüssen – bspw. die Einflüsse von Werbung und Reklame oder von kulturspezifischen Sozialisierungsprozessen, die bestimmte Bedürfnisse wecken können. Sinnliche und kulturell-gesellschaftliche Faktoren bestimmen fraglos unseren Willen. Die Position des *Determinismus* knüpft an diese Erfahrung an und vertritt die These, dass es für jegliche Verhaltensweise (auch die willentliche) eine Beschreibung eines vorausliegenden Zustands von Mensch und Umwelt gibt, die alle für das Zustandekommen der Tätigkeit relevanten Faktoren erfasst und eine adäquate Theorie (mit bestimmten Gesetzen), so dass aus beiden zusammen die fragliche Verhaltensweise zwingend abgeleitet werden kann. Der entscheidende Punkt bei dieser Sichtweise ist, dass die Willensbestimmung allein mit dem Schema kausal-mechanisch einwirkender Faktoren begriffen wird. Freiheit bei der Willensäußerung anzunehmen, wäre demzufolge nichts anderes als eine Illusion, da allein sinnliche und kulturelle Faktoren den Willen determinieren. Wäre diese Position zutreffend, wäre nicht nur die gesamte abendländische Ethik ein einziger Irrtum, sondern auch die Menschen hätten sich seit mehr als zwei Jahrtausenden bzgl. des Sinns ihrer eigenen Praxis geirrt, Moral, Rechtsordnung und demokratische Verfassung

entbehrten jeder Grundlage. Doch es gibt gute Gründe, dass dem nicht so ist bzw. dass dies bis heute nicht als gewiss gelten kann.

Gegen den absoluten Determinismus können mindestens zwei Einwände angeführt werden. Zum einen eine epistemologische Kritik der Allwissenheitsperspektive des Determinismus, und zum anderen eine phänomenologische Darlegung einer menschlichen Grunderfahrung, an die die Position der *freien Willensbestimmung* anknüpfen kann. Beginnen wir mit der Darlegung der epistemologischen Kritik und lassen Maximilian Forschner zu Wort kommen.

„Nun ist die Kernthese des Determinismus ersichtlich der Fall einer Art von All-Sätzen über die Welt bzw. Bereiche der Welt, die auf empirischem Weg nicht zu verifizieren sind (und deshalb lediglich eine heuristische Funktion beanspruchen können). Es ist auch schwer zu sehen, wie ein empirisch gehaltvoller hypothetischer Satz aussehen würde, dessen Bestätigung den deterministischen All-Satz falsifizieren könnte. ... Die Kernthese ist in diesem Sinn metaphysisch. In der Wissenschaftstheorie gilt es heute denn auch weitgehend als ausgemacht, dass die Frage, ob eine kausale Determiniertheit aller Geschehnisse in dem Bereich der Welt, in dem auch menschliches Verhalten spielt, ein erkenntnistheoretisches und metaphysisches Problem darstellt, das mit theoretisch-erfahrungswissenschaftlichen (natürlich auch mit logischen) Mitteln nicht zu lösen ist.“

(Forschner 1989: 77 f)

Die Kritik setzt demzufolge an der vermeintlichen Allwissenheit des Deterministen an und macht darauf aufmerksam, dass niemand diese Position letztlich vernünftigerweise einnehmen kann. Die These des Determinismus ist im Grunde genommen nur eine Perspektive neben anderen, mit der wir forschen und neues Wissen entdecken können. „Gestern glaubten die Menschen an Gott und seine Vorsehung, heute glauben sie an die Neurobiologie und ihre Vorherbestimmungen“ (Schmid 2005: 159). In absoluter Verwendungsweise ähnelt die These letztlich der von der Allmacht eines Gottes, dessen Marionetten wir sind. Jedenfalls ist die Aussage, alles Wollen und Handeln in der Welt sei determiniert, sehr viel stärker und daher auch problematischer als die Behauptung, manches Wollen und Handeln sei nicht determiniert. Welche Erfahrung kann die Position der Willensfreiheit für sich geltend machen? Überlassen wir wieder Maximilian Forschner das Wort.

„Es ist ein Gemeinplatz, dass Personen den Einstellungen und Intentionen anderer Personen ihnen gegenüber eminente Bedeutung beilegen, und dass die eigenen Haltungen, Gefühle und Reaktionen jenen Personen gegenüber nachhaltig von den eigenen Meinungen über deren Einstellungen und Intentionen abhängen oder sie implizieren. Vertrauen, Dankbarkeit, Enttäuschung, Groll, Haß etc. sind Beispiele solcher reaktiver Einstellungen und Gefühle von Personen gegenüber Personen, die mit ihnen in alltäglicher Wechselbeziehung des Handelns stehen. Sie gründen in Forderungen und Erwartungen von Erweisen der Rücksicht und des

Wohlwollens an andere Personen gegenüber der eigenen Person. Ihnen entsprechen verallgemeinerte Analoga, die man moralisch im engeren Sinn nennt: Billigung, Missbilligung, Achtung, Verachtung, Bewunderung, Empörung etc. Sie gründen in Erwartungen und Forderungen, die ohne besondere Berücksichtigung der eigenen Person Rücksichtnahme und Hilfestellungen von jedermann für jedermann nach für alle gleich geltenden Kriterien verlangen. Sie gehören ebenso zum Alltag interpersonalen Beziehungen wie jene selbstreaktiven Einstellungen und Gefühle, in denen sich das Bewusstsein (der Erfüllung und Nichterfüllung) von Forderungen an einen selbst für andere spiegelt: Reue, Scham, Gefühle von Schuld, Verpflichtung, gutem und schlechtem Gewissen etc. All diesen Einstellungen und Gefühlen ist gemeinsam, dass sie direkt oder indirekt im intersubjektiven Bereich spielen sowie ein Selbstverständnis ebenso wie die Einschätzung des anderen als Person implizieren. Sie schließen die Überzeugung ein, eine Person sei in einem ganz spezifischen Sinn Autor ihrer Handlungen, in einem Sinn, der sich auf das Verhalten von Kindern, Tieren, Pflanzen, Unbelebtem nicht anwenden lässt. Ein wesentlicher Bestandteil dieser Überzeugung ist: Die Person, auf die sich etwa unser Groll, unsere Dankbarkeit, unsere Bewunderung ob ihres Verhaltens richtet, hätte auch anders handeln können, als sie tatsächlich gehandelt hat.“

(Forschner 1989: 79 f)

Es handelt sich hierbei zwar um keine strebensethische Erfahrung, entscheidend ist aber die selbstverständliche Zuschreibung von Willensfreiheit im täglichen Leben. Wie kann man sich diese freie Bestimmung des Willens denken? Ethisch betrachtet wird neben der ersten Art der Willensbestimmung, der heteronomen, eine zweite Art angenommen, der die Fähigkeit zugrunde liegt, einer unmittelbaren Willensäußerung zuzustimmen oder diese abzulehnen. Bereits die Stoa bestimmte in dieser Möglichkeit der Zustimmung zu Sachverhalten des Strebens den Kern der Willensfreiheit. Philosophiegeschichtlich haben sich zwei Positionen zur Willensfreiheit entwickelt (vgl. Forschner 1989: 72-75): Im so genannten *Voluntarismus* wird die Willensfreiheit als Vermögen des „Ja“ und „Nein“-Sagens zu Imperativen – zu eigenen wie zu fremden – bestimmt. Das Vermögen der Distanzierung zu einer unmittelbaren Willensäußerung oder zu einer fremden Weisung mit der Konsequenz, diese zu befolgen oder ihre Befolgung zu verweigern, macht den Kern der Willensfreiheit aus. Allein das „Ich will“ ist hierbei entscheidend, weitere Angaben von Gründen spielen in dieser Position keine gewichtige Rolle mehr. Hingegen ist im so genannten *Intellektualismus* die Erfahrung des Innehaltens und Nachdenkens über Alternativen, das Sichten, Ordnen und Gewichten von Gesichtspunkten, die für oder gegen die unmittelbare Willensäußerung sprechen, die probeweise Integration eines alternativen Wollens in eine Gegenwart, das entscheidende Kriterium für die Willensfreiheit. Der Kern der Willensfreiheit besteht in der rationalen Abwägung und Beurteilung der unmittelbaren Willensäußerung.

Fassen wir das Bisherige zusammen: Dass der Mensch faktisch in dem, was er will, immer schon heteronom bestimmt ist, ist eine unbestreitbare Tatsache. Aber es gibt Gründe anzunehmen, dass dies nicht die ganze Wahrheit über den Menschen ist. *Er besitzt die Fähigkeit freier Distanzierung zu seiner unmittelbaren Willensäußerung und ist in der Lage, Unbedenklichkeitstests durchzuführen, um dann als Ergebnis des Überlegens die aktuelle Willensäußerung weiter zu verfolgen oder sie zu verwerfen.* Ob dies besser voluntaristisch oder intellektualistisch zu beschreiben ist, das sei einmal dahingestellt. Die Alternative Willensfreiheit oder Determinismus in Bezug auf die Willensbestimmung ist nach diesen Überlegungen falsch. Korrekterweise müssen wir festhalten, dass der Wille:

- weder absolut frei ist in dem Sinn, dass es für die Willensäußerung keinerlei empirische Ursachen gibt,
- noch dass er absolut determiniert ist in dem Sinn, dass eine Willensäußerung ausschließlich durch empirische Ursachen festgelegt ist.

Vielmehr handelt es sich um die beiden Aspekte, unter denen die Frage, wer bestimmt, was eine Person X will, betrachtet und problematisiert werden kann bzw. muss. Im Themenfeld der Bestimmung des Willens können wir jedenfalls vernünftigerweise weder allein empirische Kausalerklärungen noch ausschließlich ethische Freiheitsargumente akzeptieren.

Diese Differenzierung kann in heuristischer Weise in einem Beratungsgespräch genutzt werden. Wird die Wahrnehmung auf die möglichen bestimmenden Faktoren einer Willensäußerung gelenkt, dann entsteht eine Form von Verstehen, die eine spezifische Richtung bei der Lösungssuche ermöglicht. Zuallererst wäre zu fragen, ob und wenn ja, in welchen Situationen ein Klient zugänglich für eine Hinterfragung seiner unmittelbaren Willensäußerungen ist. Hierdurch könnte das Ausmaß der aktuellen Fähigkeit zur Willensfreiheit überhaupt eingeschätzt werden. Das bedeutet keineswegs, dass nicht alle Adressaten als Menschen mit einem freien Willen anerkannt werden, sondern es bedeutet lediglich einzuschätzen, welche Ressourcen und Hindernisse möglicherweise im Hinblick auf die Ausübung der Willensfreiheit vorhanden sind. Ethisch gebildet wissen wir nämlich, dass zum Gebrauch der Willensfreiheit eine Distanzierung zur unmittelbaren Willensäußerung erforderlich ist, und diese kann bekanntlich durch diverse Faktoren (Ängste, Halluzinationen, Sucht) erheblich gehemmt sein¹⁷. Wer voller Angst ist, dessen Willensäußerungen werden auch hauptsächlich davon regiert. Eine freie Willensbestimmung kann erst bei einer Reduzierung der Ängste, bspw. durch bestimmte Psychopharmaka, ermöglicht werden. Ist

¹⁷ Weitere Ausführungen hierzu werden im Rahmen der Begriffsklärung „Autonomie“ im Abschnitt 3.4.2.1 dargelegt.

eine Distanzierung zu den eigenen Willensäußerungen möglich, können diese kritisch im Hinblick auf mögliche Bestimmungsgründe hin geprüft werden. Wenn bspw. in unserer Gesellschaft der Erwerbsarbeit, v.a. im Hinblick auf den Selbstwert, eine sehr hohe Bedeutung verliehen wird, dann ist es plausibel, dass auch die Personengruppe der schwer chronisch psychisch Kranken eine Erwerbsarbeit will, obwohl den meisten hierfür die notwendigen Kompetenzen fehlen. Ein Lösungsweg könnte darin gesucht werden, sich von dieser kulturell vermittelten Bedeutung zu befreien, statt eine Enttäuschung nach der anderen bei der Suche nach einer Ausbildung oder Anstellung auf dem gängigen Arbeitsmarkt zu ernten.

3.2.2 Motive und Beweggründe

Mit Hilfe des Motivationsbegriffs lassen sich die Kräfte und Antriebsmomente, die die Bereitschaft wecken, Sachverhalte zu verfolgen, weiter systematisieren. Zwei allgemeine Thesen zur Handlungsmotivation kann man voneinander unterscheiden. Zunächst der so genannte *Externalismus*, der besagt, dass für das handlungsleitende Wollen neben inneren Aktivierungskräften noch äußere hinzukommen müssen, damit eine Person eine Zielverfolgung wirklich in Angriff nimmt - etwa Strafandrohung, soziale Ächtung, Anerkennung, Lob oder dergleichen. Wir kennen in der Praxis der Klinischen Sozialarbeit externalistische Motivationen in Aussagen von Klientinnen wie z.B.: „Ich will in das Betreute Wohnen, weil ich glaube, dass mir die Angebote helfen werden, und weil meine Eltern mich nicht mehr zu Hause aufnehmen.“ Hingegen vertritt der *Internalismus* die Auffassung, dass allein das innere Überzeugtsein für ein Handlungsziel ein hinreichendes Motiv darstellt, die zugehörigen Handlungen zu vollziehen. Eine Klientin erfährt bspw. über ein Informationsblatt von den ambulanten Angeboten des Betreuten Wohnens und kommt zu der Schlussfolgerung, dass das genau das Richtige für sie sei. Die Klientin mobilisiert deswegen alle Kräfte bis zur tatsächlichen Aufnahme in das Betreute Wohnen. Um Missverständnissen vorzubeugen sei angemerkt, dass die Frage nach den Motivationen zu unterscheiden ist von Reflexionen, die problematisieren, welche Zielverfolgung begründetermaßen richtig und gut ist. Diese Begründungs- und Geltungsfragen werden an anderer Stelle thematisiert. Um die ethischen Aspekte der Lebensführung zu verstehen, ist es geboten, zwischen Handlungsmotiven und Geltungsfragen von Zielen eine möglichst klare Unterscheidungslinie zu ziehen. Welche allgemeinen Handlungsmotive und Grundpositionen können wir begrifflich differenzieren?

Triebe - Interessen - Wohlwollen

Drei unterscheidbare Antriebstypen werde ich zuerst anführen (vgl. Irrgang 1998: 108-111). Die ersten beiden Kräftetypen kann man als Weil-Motivationen bezeichnen. Sie beziehen sich vorwiegend auf heteronome Faktoren und gliedern sich einerseits in Triebe oder Bedürfnisse und andererseits in Interessen. *Unter Trieben wird das erlebte Gefühl eines Mangels sowie der innere Impuls und Drang, diesen zu beseitigen, verstanden. Als Zustand des Bedürfnisses im Sinne eines Spannungszustandes kann er im Allgemeinen gedeutet und reflektiert werden.* Definitiv kann von einem dynamischen Netzwerk innerer Kräfte, Impulse und Potenzen leidvoller oder lustvoller Natur gesprochen werden, welches das Wollen aktiviert und sich in heftigen Affektzuständen und intensiven Gefühlsausbrüchen äußert. In der Antike war man zudem der Auffassung, dass allen Trieben oder Affekten eine innewohnende Tendenz zum Exzess auszeichne. V.a. in der Stoa kann eine besondere Sorge um die Affekte beobachtet werden, die zur Entwicklung einer differenzierten Affekttherapie führte. Wir können insgesamt biologisch-physiologische (Hunger, Durst, Zeugen etc.) von emotiv-psychologischen (Aggression, Angst, Neid, Gier etc.) Triebmomenten unterscheiden. Diese inneren handlungsmotivierenden Kräfte wirken oft als unbewusste Motivationslagen und können insofern als natürliche Bedürfnisse gedeutet werden, als sie in unterschiedlicher Intensität und Häufigkeit bei jedem Menschen eruierbar zu sein scheinen. Als motivierendes Ausführungsprinzip und handlungsleitende Kraft könnte man deshalb dasjenige Lustgefühl bestimmen, welches sich durch eine Linderung des schmerzhaft erlebten Spannungszustandes einstellt. In der Psychiatrie erscheint dieser Typus bspw. in der pathologischen Variante der Impulskontrollstörung, d.h. in einem ausgeprägten bis nahezu vollständigen Ausgeliefertsein an triebhafte Handlungsmotive.

Im Gegensatz zu den Trieben soll ein *Handlungsinteresse als erkennbare Interessiertheit an einem oder mehreren allgemeinen oder speziellen Zielen begriffen werden, dem dann eine spezifische Nutzen- und Vorteilsorientierung bei der Wahl der jeweiligen Handlungsweise folgt.* Wir könnten im Gegensatz zu den triebhaften hier von strategisch-instrumentalen Kräften sprechen. Wenn bspw. eine Klientin daran interessiert ist, die Fürsorge ihrer sozialpädagogischen Bezugsperson erhalten zu wollen, dann könnten Lobreden „Sie helfen mir wirklich immer wieder ...“ oder ein steter Problemfluss bei der Klientin für die sozialpädagogische Fachkraft in einen Zusammenhang mit der erwähnten nutzenorientierten Antriebskraft gebracht werden, um die einzelnen Verhaltensweisen zu begreifen. Als prototypische allgemeine Interessen kann man das egoistische oder

altruistische Streben sowie das autoaggressive oder boshafte Streben erwähnen. Im täglichen Handeln spielen die allgemeinen zielorientierten Interessen eine große Rolle. Wenn Klientinnen bspw. in ihren Handlungsweisen sich immer wieder Vorgaben seitens der sozialpädagogischen Fachkraft widersetzen, dann kann dem als motivierende Kraft das Streben nach Macht und Selbstwirksamkeit zugrunde liegen. Im Sinne des Voluntarismus läge hier schon ein gewisser Gebrauch der Willensfreiheit vor. Oft ist die Interessenverfolgung allerdings angestoßen durch unsere Sozialisation und v.a. durch Werbe- und Reklameeinflüsse. Die Frage nach dem Nutzen einer Handlungsweise für eine Person leitet uns aber immer auf den Pfad zu den wirkenden Handlungsinteressen: Gibt es einen nachvollziehbaren Vorteil und Gewinn für dieses Verhaltensmuster? Metaphorisch gesprochen mobilisiert hier der innere Lobbyist die nötigen Kräfte für die Willensbestimmung.

Im Gegensatz zu den beiden Weil-Motivationen kann man eine Um-zu-Motivation eigens anführen. Hier gibt es nur das Motiv, *einfachhin das Gute zu wollen oder ein guter Mensch sein zu wollen* - als begrifflicher Bezugspunkt ist dieser Antriebstyp im Wohlwollen reflektier- und bestimmbar. Dieses Motiv ist nicht zu verwechseln mit dem Pharisäismus, sich als Guter zeigen zu wollen. Im Wohlwollen wirken innere Kräfte, die in moralischer Hinsicht als Pflichtgefühl und in strebensethischer Hinsicht als „das persönliche Glück wollen“ zur Verfolgung bestimmter Sachverhalte veranlassen. Die Rede vom „guten Willen“ erhält hier seinen Sinn, wobei damit nicht ausgemacht ist, welche Auffassung vom Guten begründetermaßen als richtig zu begreifen ist. Das Wohlwollen umfasst und kanalisiert die beiden Weil-Motivationen insofern, als einerseits Triebe und Bedürfnisse im Horizont des Guten bei der Art und Weise der Befriedigung betrachtet werden und andererseits die Kräfte der Interessenverfolgung mittels ethischer Unbedenklichkeitstests eine innere Zensur erhalten, bevor sie zur Ziel- und Mittelaktivierung frei gegeben werden. Diese Motivationslage repräsentiert den oben angeführten Intellektualismus. Das unmittelbare Wollen inklusive seiner Folgen und Alternativen wird in der Reflexion anhand von Überzeugungen über das Gute bedacht und beurteilt. Diese Überzeugungen sind einer Person mehr oder weniger bewusst und nicht unbedingt stabil, d.h. sie sind veränderbar. Die hier angesprochene Kraft meint allerdings nur, dass eine Person im Streben das Gute will.

Alles in allem wird deutlich, dass im Gegensatz zu den Weil-Motivationen bei der Um-zu-Motivation ein hoher Grad an Reflexivität beteiligt ist. Motivierend ist hierbei mindestens eine graduell entwickelte Idee von Gutsein, oft komprimiert in der Gestalt eines Idealbildes

(„der Weise“), dessen Soseinwollen Antriebskräfte für das willentliche Tätigsein bereitstellt. Bei den Triebkräften sind rationale Aspekte nur insofern involviert, als bspw. die Vorstellungskraft die Intensität des Antriebsimpulses (Hunger, Ängste) erhöhen kann. Handlungsinteressen setzen i.d.R. Zweckvorstellungen und ein rationales Mittelzuschreibungsvermögen voraus. Zudem lehren uns spätestens die psychoanalytischen Einsichten, dass Interessen ebenso wie das Wohlwollen in der Form einer Vorbildmotivation („so sein wollen wie der Vater“: autoritär - erfolgreich - vermögend) wirksam sein können. Den Zusammenhang von Motiven und Wollen kann folgender metaphorischer Gedanke abschließend erhellen: Stellen wir uns das menschliche Wollen und Handeln als Automobil oder Bewegungsmaschine vor, dann wären die unterschiedlichen Motive die Kraftstoffe, die das Automobil bewegen. Anzumerken ist, dass im täglichen Handeln zwischen Um-zu-Motivationen und Weil-Motivationen, z.B. zwischen Verpflichtung und Neigung, oft nicht klar zu trennen ist. Da das Wohlwollen als Handlungsmotiv für die Ethik von zentraler Bedeutung ist, werde ich diesen Begriff noch in einem anderen Deutungskontext vorstellen.

Wohlwollen - Egoismus - Altruismus - Autoaggression - Bosheit

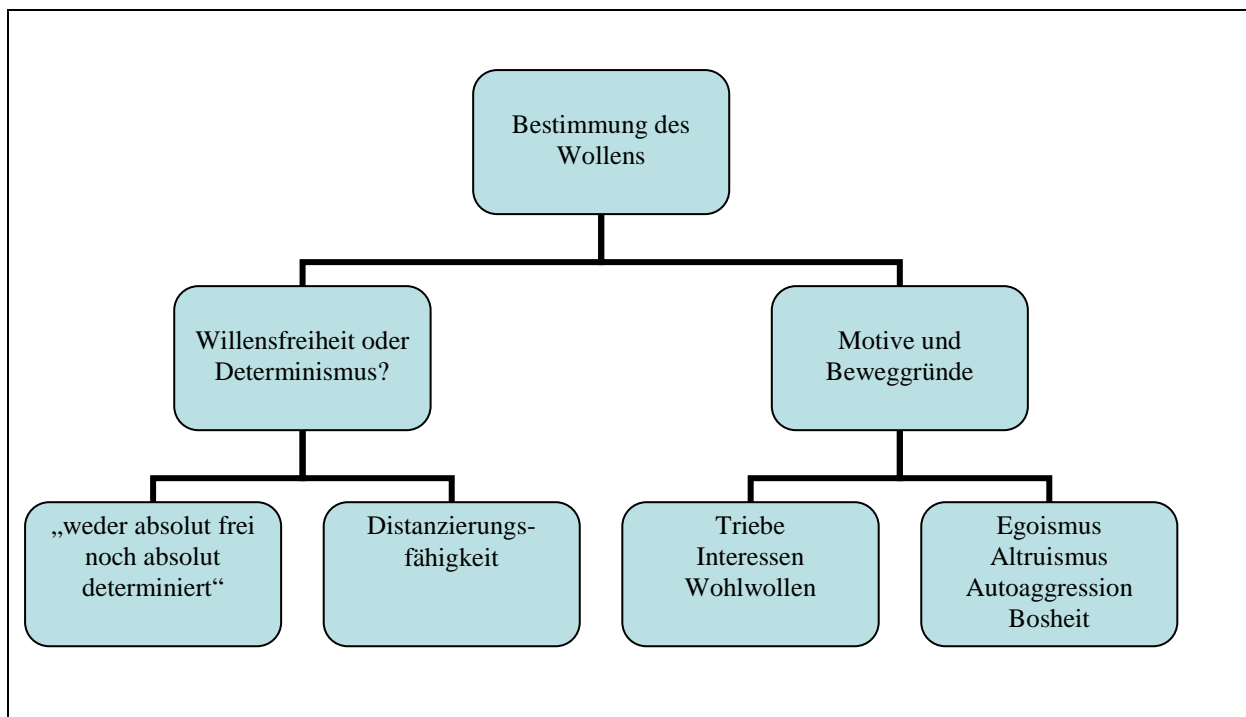
Bei der Darstellung der fünf allgemeinen Grundpositionen dient als Deutungsperspektive mehr oder weniger explizit das Wohlwollen (vgl. Baum 1996: 125 ff). Die anderen vier wurden bereits als allgemeine und unspezifische Interessensmotive im vorigen Abschnitt kurz erwähnt. Der Egoismus ist sinngemäß diejenige Motivationslage, die Sachverhalte im Hinblick auf das eigene Wohlsein will - ohne Rücksichtnahme auf das Wohl der anderen. Dies zeigt sich sowohl auf der Ebene der Bedürfnisbefriedigung als auch auf derjenigen der speziellen Interessensorientierung. Ein Egoist ist jemand, der so mit sich selbst beschäftigt ist, dass er entweder nicht an den anderen denkt oder die anderen nur als Mittel für seine Bedürfnisbefriedigung und Interessensverfolgung betrachtet. Hingegen ist der Altruismus als Antriebsmoment diejenige Kraft, die Sachverhalte nur im Hinblick auf das andere Wohlsein will - ohne Rücksichtnahme auf das eigene Wohlergehen. Aristotelisch gedacht ist das Wohlwollen somit die Mitte zwischen den beiden Extremen der Wohlseinsausrichtung. Das Wohlwollen ist demzufolge jene Kraft, die in der Entscheidung für Sachverhalte eine Balance und Ausgewogenheit zwischen den beiden Wohlseinspolen erreichen will. Betrachten wir nun die destruktiven inneren Strebenskräfte, können wir in der Autoaggression jenes Bewegungsprinzip bestimmen, das Sachverhalte im Hinblick auf das eigene Unwohlsein will, und die Bosheit als diejenige Kraft, die den Schaden des anderen beabsichtigt oder triebhaft in

diese Richtung steuert. Auch hier nimmt das Wohlwollen eine mittlere Position ein, da das Ausführungsprinzip Wohlwollen sowohl die Wohltätigkeit als auch die Schadensvermeidung beinhaltet.

Resümee

Welche heuristische Funktion haben diese Begrifflichkeiten für die ethische Beratung in der Klinischen Sozialarbeit? Es können bestimmte Handlungsmuster von Adressaten – am besten gemeinsam mit ihnen - im Hinblick auf die erwähnten Motivationstypen analysiert und möglicherweise Zusammenhänge mit bestimmten Sozialisationserfahrungen geknüpft werden. Wenn bspw. ein Klient in einem Betreuten Wohnen als Jugendlicher in einem Heim aufgewachsen ist und für sich die Erfahrung bilanziert, er habe dort jahrelang immer darauf achten müssen, dass er nicht zu kurz komme, dann wäre eine dominierende egoistische Willensausrichtung bei dieser Person wahrscheinlich und demnach zu prüfen, ob in den Situationen mit diesem Menschen diese anzutreffen ist. Ein immer wiederkehrendes Handlungsmuster kann dadurch verstehbar werden, wenn die zugrunde liegenden Motivationskräfte lokalisiert werden können. Ein derartiger Erkenntnisgewinn kann präskriptiven Überlegungen zugänglich gemacht werden. Sollen andere Kräfte aufgebaut werden? Welche kommen dabei in Frage?

Überblick



3.3 Ziele und Zwecke

Soweit zu einigen Antwortmöglichkeiten auf die Frage, wer bestimmt, was eine Person X will. Widmen wir uns nun der Fragestellung: Welche Sachverhalte kann eine Person X wollen? Gewöhnlich nennen wir gewollte Sachverhalte Ziele oder Zwecke, die, sofern sie angestrebt werden, eine Handlung zur Folge haben. Im Hinblick auf eine Hinführung zur Zielorientierung in der Lebensführung überhaupt geht es jetzt um die Vorstellung einer Typologie von Strebenzielen, also nicht darum, was eine Person X für Sachverhalte wollen sollte. Welche Klassifikationen von Strebenzielen können angeführt werden? Im Folgenden unterscheidet ich hierbei eine materiale von einer formalen Typologie. Anhand dieser können einzelne gewollte Sachverhalte schematisiert und geordnet werden. Mit dieser Klarheit entsteht eine differenziertere Zielorientierung bei den Ratsuchenden.

3.3.1 Können – Tun - Gefühle

Auf der Ebene der inhaltlichen Differenzierung von Handlungszielen werde ich drei typische Zielklassen hervorheben, die in einem personenzentrierten Beratungsgespräch berücksichtigt werden können. Zum einen kann man Handlungsziele in der Gestalt antreffen, ein bestimmtes *Können* oder über etwas *Verfügenkönnen* (vgl. Krämer 1992: 157-168) zu wollen. Auf den Innenbereich einer Person bezogen geht es um ein Feld von Zwecken, die als gewollte Charaktereigenschaften oder Einstellungen zu bestimmten Lebensfeldern lokalisierbar sind: Eine Person X will, dass bei ihr mehr Gelassenheit gegenüber der eigenen psychischen Erkrankung der Fall sei. Weitere Ziele wären bspw. „Befähigung zu einer angemessenen Krankheitseinsicht“ oder „Befähigung zu einem effektiven Krisenmanagement“. Hingegen geht es, auf den Außenbereich einer Person bezogen, um gewollte Objekte oder Beziehungen zu Anderen: Eine psychische kranke Person X äußert in einem Gespräch beim Sozialdienst einer psychiatrischen Klinik den Willen, dass sie nach ihrer Entlassung über ein eigenes Einkommen verfügen will. Oder ein Klient X in einem Betreuten Wohnen äußert, dass er in einem Jahr einen Freund haben möchte. Beispiele aus dem sozialpädagogischen Arbeitsalltag wären etwa in der Gattung der Dinge: Ein Obdachloser psychisch kranker Mensch will wieder über eine eigene Wohnung verfügen, oder ein Arbeitsloser will eine neue (Erwerbs-)Arbeit. Als typische Personenziele könnte man das Verfügen über „angemessene Beziehungen zur Herkunftsfamilie“ betrachten oder aus der Sichtweise der Sozialarbeiterin „einen Vertrauen schaffenden Kontakt zum Klienten“. Zum anderen kann man aber auch Ziele in der Form

vorfinden, etwas *Konkretes tun* zu wollen. Alle Arten von Tätigsein, wie eine Person X will, dass sie jetzt einmal pro Woche putzt und/oder joggt oder regelmäßig zu einem niedergelassenen Psychiater geht, wären beispielhaft zu erwähnen. Zuletzt sei die Gruppe von Zielen erwähnt, die aus bestimmten *Gefühlsqualitäten*¹⁸ besteht: Eine Person X im Betreuten Wohnen will im kommenden Jahr mehr Spaß in der Freizeit haben; eine andere Person X will im kommenden Monat weniger von Ängsten gequält werden. Es ist gewiss unbestreitbar, dass ein Teil unseres Wollens auf die Formung von angenehmen bzw. von unangenehmen Gefühlen gerichtet ist. Ihre Erscheinungsformen sind reichhaltig, und wenn sie im Wollen anvisiert werden, dann geht es meist entweder um Stärkung oder um Mäßigung (vgl. Schmid 2004: 244-251). Alles in allem können wir festhalten: Von Ratsuchenden Gewolltes kann entweder in der Form von (Verfügen-)Könnens-, Tätigkeits- oder Gefühlsqualitätszielen schematisiert werden. Alle geäußerten Ziele eines Klienten können auf diese Weise von einer sozialpädagogischen Fachkraft in einem Beratungsprozess wahrgenommen und einzelnen Lebensfeldern zugeordnet werden.

3.3.2 Formale Klassifikationen

Die Unterscheidung von formalen Unterscheidungskriterien basiert auf der Einsicht, dass materiale Ziele in unterschiedlicher Form vorliegen und erstrebt werden können. Zwei Differenzierungen erscheinen mir für die Beratungstätigkeit sinnvoll.

Verwirklichung – Erhaltung – Steigerung

Die erste Unterscheidung beinhaltet drei Aspekte und bezieht sich auf „die Zielbestimmungen der Selbstverwirklichung (Aristoteles u.a.), der Selbsterhaltung (Stoa, Spinoza, Gehlen u.a.) und der Selbststeigerung (repräsentativ: Nietzsche)“ (Krämer 1992: 150). Wenn es in der Beratung um eine Stärkung der Zielorientierung überhaupt geht, dann sind die Aspekte „Verwirklichung – Erhaltung – Steigerung“ von besonderer Bedeutung. Mit diesen Perspektiven können materiale Ziele nochmals klärend schematisiert werden. Beziehen wir diese Unterscheidungen auf ein Beispiel und verdeutlichen uns daran deren Besonderheiten. In einem Beratungsgespräch in der Klinischen Sozialarbeit äußert eine psychisch kranke

¹⁸ Diese Zielgruppe ist vor allem im so genannten Hedonismus dominierend. Paradigmatisch unterschieden wird hierbei zwischen Emotionen, die automatische Antworten des Organismus auf einen Reiz darstellen und Gefühlen, die eine bewusste Wahrnehmung von Emotionen sind. Letztere kommen als Zielklasse aufgrund ihrer Formbarkeit in Betracht. (vgl. Klein 2003 oder Schmid 2004: 244-251).

Person, dass sie mit ihrem Leben sehr unzufrieden ist. Sie will etwas verändern, weiß aber nicht, was. Eine ethische Beratung zielt zunächst darauf, dieses allgemeine Wollen in kleine handhabbare Aspekte aufzuteilen. Da die psychisch kranke Person i.d.R. keine Totalmetamorphose - wie etwa eine Raupe zum Schmetterling - will, muss der geäußerte Wille genauer analysiert werden. Bedenkt man, dass wir es in der Lebensführung stets mit einem Kontinuum von Graden der Erhaltung, der Veränderung und der Steigerung zu tun haben, so kann man sich in einem ersten Schritt bewusst machen, was gegenwärtig alles als Erhaltenswert erscheint – etwa der Platz in einem Betreuten Wohnen. Sobald geklärt ist, welche Dinge, Fähigkeiten, Tätigkeiten und Gefühle die Person erhalten will, ist bereits ein Zielumfang für die Zukunft festgehalten. Widmet man sich im Anschluss den Angelegenheiten, die einem Veränderungsprozess unterworfen werden sollen, dann spielen hierbei mindestens zwei Formen eine Rolle: Handelt es sich um eine bloße Veränderung oder geht es um eine Steigerung? Bei einer Veränderung wird i.d.R. nicht an etwas Bestehendes angeknüpft, sondern etwas Neues wird erprobt. Bspw. wird bei der Freizeitgestaltung überlegt, ob ein ganz neues oder überhaupt ein Hobby gesucht werden soll. Steigerung ist hingegen wie Fortschritt ein hermeneutischer, standortgebundener Begriff. Maßgebende Kriterien sind hierbei erforderlich, etwa die Intensität oder die Häufigkeit. Wenn ein Klient in der Haushaltsführung eine Veränderung will, kann das z.B. in Form einer Steigerung der Häufigkeit des Putzens in der Wohnung von einmal auf zweimal pro Woche festgehalten werden. Allerdings fehlen oft die Kriterien, um zwischen Steigerung und bloßer Veränderung eindeutig zu differenzieren. Individuelle Einschätzungen spielen hierbei eine entscheidende Rolle. Nichtsdestotrotz können wir uns beim Wollen darüber im Klaren werden, welche materialen Ziele erhalten, verwirklicht und gesteigert werden wollen. Beziehen wir diese Überlegungen auf den Prozess der individuellen Hilfeplanung, können mindestens folgende Fragen aufgeworfen und miteinbezogen werden:

- Welche Sachverhalte will der Ratsuchende mit welchen Mitteln erhalten und bewahren?
- Welche Sachverhalte will der Ratsuchende mit welchen Mitteln verwirklichen und realisieren?
- Welche Sachverhalte will der Ratsuchende mit welchen Mitteln erweitern und steigern?

In jeder Hilfeplanung kann nach einer sorgfältigen Situationsanalyse und einer gründlichen Problembestimmung mindestens diese konservierende und transformierende Zielperspektive diskutiert werden. Die Beratung beabsichtigt in Teilbereichen immer, eine neue Formation zu

entwerfen und nimmt somit Teil am Prozess der selbst erwirkten Lebensveränderung. Neue Ziele werden entworfen, diskutiert und in gemeinsamer Anstrengung realisiert. Dies kann bspw. bedeuten, dass als ein zentrales Problem bei einer Klientin ein zu hoher Anspruchsgrad an sich selbst wahrgenommen wird und folglich ein angemessener schrittweise beratend entworfen und anschließend eingeübt und somit verwirklicht werden soll. Zum Abschluss einer sozialpädagogischen Begleitung steht immer eine neue Lebensform; ob diese als Steigerung aufgefasst werden kann, ist abhängig von einem qualifizierenden Bewertungsmaßstab – z.B. interpretiert am Grundwert des persönlichen Wohlergehens. Eine selbst erwirkte Veränderung erhält ihre Richtung durch eine bewusste neue Zielwahl, Steigerung ist nur möglich als Interpretation anhand eines gewählten Beurteilungskriteriums. Ein weiteres Beispiel soll das bisher Erörterte verdeutlichen. Ein psychisch kranker Klient mit mehr als zwanzig und davon bisweilen sehr langen stationären Klinikaufenthalten und zahlreichen Rehabilitationsversuchen beginnt einen weiteren Versuch, sein Leben neu zu gestalten. In einem mehrjährigen sozialpsychiatrischen Rehabilitationsprozess gelingt es ihm, in seinem neuen soziotherapeutischen Setting mehrere Veränderungen zu verwirklichen. Am Ende wechselt der Klient in ein Betreutes Wohnen, und es zeigt sich, dass seine Klinikzeiten signifikant weniger werden. Nimmt man nun als Maßstab für eine Linderung des Leidens und der Krankheitssymptome die Reduzierung der Häufigkeit und Dauer von stationären Klinikaufenthalten (vgl. Landschaftsverband Rheinland 1997 oder Leupold/Walther 2007), so ist dem Klienten dank seiner neuen Hilfemaßnahme nicht nur eine Veränderung, sondern in erster Linie eine Steigerung gelungen. Ist demnach die Grenze zwischen den Momenten der Verwirklichung und der Steigerung nicht immer klar zu ziehen, so eröffnen sich nach der Seite der Erhaltung hin eher Unterscheidungsmöglichkeiten. Erhaltung zielt im letzten Fall auf das Bewahren und Existieren eines gewissen Maßes an Lebensqualität. Um das Beispiel von eben fortzusetzen, ginge es für den Klienten jetzt v.a. darum, die realisierte ambulante Lebensform und die damit einhergehende Lebensqualität einerseits zu erhalten, andererseits weitere Veränderungsversuche zu unternehmen, um Steigerungsmöglichkeiten aktiv auszuloten. Daraus wird ersichtlich, dass wir in unserer Lebensführung und darauf Bezug nehmend in einer Langzeitbegleitung, wie sie bspw. im Betreuten Wohnen von psychisch kranken Menschen gegeben ist, mit einem Kontinuum von Graden der Erhaltung, der Veränderung, der Erweiterung und der Steigerung rechnen müssen. In den jährlich stattfindenden Hilfeplangesprächen könnten diese Aspekte für eine Stärkung der Zielorientierung bewusst gemacht werden. Den Klienten wird auf diese Weise bewusster, für welche Art der Zielverfolgung sie sich jeweils engagieren wollen. Wenn bei einer Zielplanung

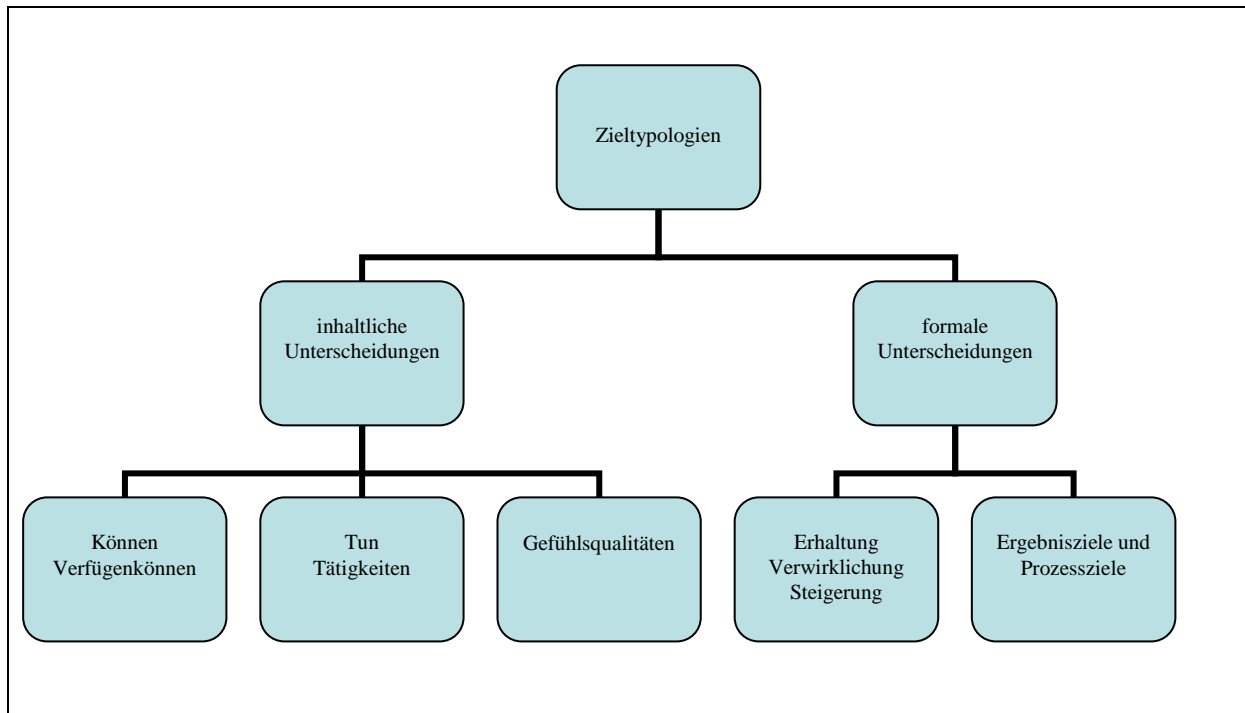
festgestellt wird, dass ein Klient nicht weiß, wofür er sich engagieren könnte, dann wird man i.d.R. zuerst dort fündig werden, was als Erhaltenswert geschätzt wird – so z.B. die eigene Wohnung bei einem Klienten im Betreuten Einzelwohnen. Von dort aus können einzelne Veränderungsüberlegungen ihren Ausgangspunkt erhalten.

Ergebnis- und Prozessziele

Die Unterscheidung in Ergebnis- und Prozessziele richtet sich auf den Zustand der Verwirklichung von gewollten Sachverhalten und basiert auf der Unterscheidung zwischen abschließbaren und offenen Zielformen. *Ergebnisziele* zeichnen aus, dass die Überführung von der Nichtwirklichkeit in die Wirklichkeit zu einem bestimmten Zeitpunkt gelungen ist. Die eigene Wohnung für eine Klientin aus einer Langzeiteinrichtung ist gefunden. Mit der Realisierung kommt das jeweilige Wollen zu seinem Ende. Sobald die Wohnung gefunden ist, macht es keinen Sinn mehr, eine Wohnung finden zu wollen. *Prozessziele* sind hingegen offen und können demzufolge auch nach einer Realisierung problemlos weiter gewollt werden. Charaktereigenschaften, wie Selbstbeherrschung oder Höflichkeit sind keine definitiv abschließbaren Ergebnisziele. Wenn ich bspw. selbst beherrscht sein will, will ich die einmal erreichte Selbstbeherrschung immer dann, wenn Situationen diese für mich erfordern. Zudem entwickelt sich das Gewollte, bspw. die Höflichkeit, in der Zeit weiter. Prozessziele sind demzufolge qualitativ steigerbar, Ergebnisziele erreicht oder verfehlt man. Ergebnisziele besitzen keine Entwicklungspotenz, sind dafür fassbarer und folglich leichter bilanzierbar. Insofern ist der Prozesscharakter ein eindeutiges Unterscheidungsmerkmal für gewollte Sachverhalte.

Resümee

Vergegenwärtigen wir uns noch einmal die vorgenommenen Differenzierungen und bemühen uns um eine abschließende Einschätzung im Hinblick auf die Hinführung zu einer verbesserten Zielorientierung bei den Ratsuchenden.



Mit den begrifflichen Differenzierungen auf der Zielebene erhält die zielorientierte Lebensführung ein Maß an Klarheit, an dem sowohl die inhaltliche Lösungssuche als auch die Erstellung eines konkreten Handlungsplanes unmittelbar anknüpfen können. Ethische Theorien geben Hinweise, welche Zielformen empfehlenswert und vor welchen gewarnt wird. Die formalen Unterscheidungen machen darauf aufmerksam, wo Kriterien für die Evaluierung des Handlungsplanes bestimmt werden müssen. Bei Prozesszielen muss berücksichtigt werden, dass diese i.d.R. schwerer zu operationalisieren sind. Es ist nicht automatisch ersichtlich, ob und wenn ja, in welcher Form, sie erreicht wurden. Wenn ein Klient sich vornimmt, psychisch stabil bleiben zu wollen, kann man dies bspw. an der Anzahl und Dauer der krisenhaften Schwankungen messen. Wenn eine Klientin ihre Unabhängigkeit von professioneller Hilfe steigern möchte, könnte man dies an der Häufigkeit und Dauer der Inanspruchnahme von derartigen Hilfen sichtbar machen. Bei Ergebniszielen ist das einfacher. Wenn eine Klientin bspw. eine neue Freizeitaktivität anstrebt, ist die Realisierung sehr leicht für alle Beteiligten erkennbar. Aus den Erörterungen zu den Zielen wird deutlich, dass es nicht bei allen Zielklassen gleichermaßen einfach ist, zu erkennen, wann die Realisierung erreicht worden ist. Dies kann bei einer personenzentrierten Hilfeplanung bewusst gemacht und diskutiert werden, indem bspw. bei den so genannten Prozesszielen Indizien gesucht werden, woran erkennbar wird, ob das Erstrebte erreicht oder verfehlt wurde. Die Unterscheidung von Erhalten, Verwirklichen und Steigern ermöglicht insofern eine

Standortbestimmung, als dabei deutlich wird, welche Strebensform aktuell in den jeweiligen Lebensfeldern dominiert. Ist eine Klientin gegenwärtig vorwiegend mit Erhalten beschäftigt? Wie lange ist das schon der Fall? Findet überhaupt noch bewusste Veränderung statt, und wenn ja, in welchen Lebensfeldern? Derartige heuristische Fragen ermöglichen Einblicke in die aktuelle Lebensweise von Adressaten der Klinischen Sozialarbeit. Mit diesen kann diskutiert werden, ob die bestehende Zielverfolgung ein Teil des Problems darstellt.

3.4 Werte und Güter

Immer wenn wir etwas wollen, verfolgen wir bestimmte Ziele. Oft tun wir das, weil heteronome Kräfte in uns wirken, gelegentlich gelingt uns aber auch der Gebrauch der Willensfreiheit. Wir können in einer Situation überlegen, ob das unmittelbar Gewollte auch wirklich für uns zustimmungsfähig ist. Dieser Akt der Reflexion führt direkt in die Frage nach den Werten und Gütern. Vom Wollen aus betrachtet sind *Güter* Sachverhalte, deren Wirklichkeit wir bejahen, und *Übel* bezeichnen den Kreis von Sachverhalten, deren Nichtwirklichkeit wir bejahen (vgl. Hossenfelder 2000: 158). Anhand dieser Unterscheidung können wir unser aktuelles Wollen kritisch prüfen und letztlich eine Auswahl unter den bestehenden Möglichkeiten treffen. Jedem bewussten Strebensakt liegt die Annahme zugrunde, dass man entweder ein Gut mit dem Wollen verfolgt oder ein Übel vermeidet. Die Qualifizierung der Ziele erfolgt durch die jeweilige Wertschätzung. Ethisch gebildet wissen wir, dass diese entweder eine moralische oder eine strebensethische sein kann – je nach Perspektive und Relevanz. Die Einteilung in Güter und Übel verweist auf strebensethische Bewertungen, hingegen wäre die Verwendung von Gut und Böse ein Kennzeichen für moralische Ansprüche an die Zielwahl. „Im Deutschen entspricht dem der Unterschied zwischen dem Gut – Plural: die Güter, Gegensatz: das Schlechte oder das Übel – und dem Guten, das eigentlich gar keinen Plural zulässt, aber durch adjektivischen Gebrauch wie in der Wendung >ein guter Mensch< im Sinne von >ein gütiger, anständiger Mensch< und durch den Gegensatz des Bösen erläutert wird“ (Krämer 1992: 132). Hinsichtlich der Werte und Güter haben sich einige begriffliche Differenzierungen eingebürgert, die nun erläutert werden.

3.4.1 Dienstwerte, Selbstwerte und das höchste Gut

Dienstwerte und Selbstwerte basieren auf der Überlegung, dass Zielketten in der Form von Zweck-Mittel-Relationen verstanden werden können. Was zeichnet in einer bestimmten

Zielkette einen so genannten Dienstwert aus? Von *Dienstwerten* können wir immer dann sprechen, wenn sie allein um ihrer Folgen für die eigentlich gewollten Ziele, den so genannten Selbstwerten, gewollt werden. In einer sozialpädagogischen Hilfeplanung finden wir diese Gattung v.a. in der Schicht der Feinziele. Die Vermittlung von psychisch kranken Menschen in gemeindenahen Freizeitangeboten (kirchliche und studentische Angebote, Volkshochschule usw.) ist ein Mittel, um diesem Klientel eine sinnvolle Freizeitbetätigung und gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen. Kennzeichnend für alle „Mittel zum Zweck“ ist, dass wir vernünftigerweise immer dann für einen Mitteltausch bereit sind, wenn für den angestrebten Zweck (sinnvolle Freizeitbetätigung und gesellschaftliche Teilhabe) ein geeigneteres Mittel für uns zur Verfügung steht. Bspw. könnte hierfür in der Klinischen Sozialarbeit die Schaffung spezieller Freizeitangebote (Walking-, Schwimm-, Kegel- oder Kochgruppen) mit ehrenamtlichen Bürgerhelferinnen von Anbietern Betreuer Wohnformen für deren Klientel angeführt werden. Dienstwerte sind demzufolge *instrumentelle Güter*, die stets einen bestimmten kontextbezogenen Nutzenwert hinsichtlich der eigentlich gewollten Ziele besitzen. Professionelle Angebote in der Klinischen Sozialarbeit müssten für deren Adressaten stets über einen solchen kontextualen Funktionswert im Hinblick auf Grob- und Leitziele verfügen. Betrachten wir nun die Selbstwerte und deren Charakter. Von *Selbstzwecken bzw. -werten* spricht bereits Aristoteles in seinen Reflexionen über das Glück immer dann, wenn Ziele einen intrinsischen Wert besitzen, d.h., wenn sie im Gegensatz zu Mittelzielen allein oder zumindest auch um ihrer selbst willen von uns angestrebt werden. In diesem Sinne gelangt Aristoteles zu der Ansicht, dass das Glück dadurch bestimmt ist, dass es einen vollständig intrinsischen Charakter besitzt, denn wir wählen das Glück immer um seiner selbst willen, nie um einer anderen Sache willen. Deshalb ist das Glück auch das *höchste Gut* oder der höchste Wert. Ihn zeichnet aus, dass er jegliche Zielkette zu einem Abschluss bringen kann. Soweit die Idee von Selbstzweckhaftigkeit, die Ziele zu Selbstwerten machen kann. Im täglichen Leben und bei der Erstellung eines Hilfeplanes eignet sich dieser Gedanke insofern, als man bei Zielketten unterschiedliche Grade von intrinsischer Zweckhaftigkeit annimmt und an ein quasi platonisches Partizipationsmodell denkt. Ein bestimmtes Handlungsziel in der Hilfeplanung kann an der Selbstzwecklichkeit S in unterschiedlichen Graden teilhaben: die Vermittlung von Klienten in gemeindenahen Freizeitangeboten hat nur einen verschwindend kleinen Anteil an S, über sinnvolle Freizeitbetätigungen zu verfügen, weist einen deutlich höheren Grad von S auf, und selbst bestimmt leben zu können, scheint hochgradig mit S verbunden zu sein. Wir können aus diesem Ansatz folgern, dass das bewusste Handeln von Personen zentral von einem Reich von Selbstwerten geleitet ist, dem

spezifische Mittel-Zweck-Ketten folgen. Allgemein gilt hierbei, dass alles, was als übergeordneter Zweck zu einem instrumentellen Ziel in Betracht kommt, mit einem höheren Grad an S verbunden sein muss - jedenfalls vernünftigerweise. In einem Hilfeplan müssten demzufolge die Leitziele in Bezug auf die Grobziele einen höheren Grad an S aufweisen. Inwiefern hierbei subjektive Aspekte des Individuums eine wichtige Rolle spielen, sei hier nur problematisierend angemerkt. Festzuhalten bei diesen Differenzierungen ist allein, dass es einerseits Handlungsziele gibt, die allein wegen ihrer Folgen für andere Zwecke erwählt werden (Dienstwerte), und davon andererseits diejenigen Handlungsziele unterschieden werden können, die auch einen gewissen Grad an Eigenwerthafteigkeit (Selbstwerte) besitzen. Der höchste Wert, sofern es diesen wirklich geben sollte, schließt die Zielkette nach oben hin ab. In der strebensethischen Perspektive gilt das Glück als dieser höchste Wert. In heuristischer Absicht können in einem Beratungsprozess Lösungen vorbereitet werden, indem zunächst nach Selbstwerten für die Klienten gesucht wird, und im Anschluss Reflexionen über entsprechende Dienstwerte durchgeführt werden. Hierbei kann auch auf Empfehlungen und Warnungen spezieller Ethiken zurückgegriffen werden.

3.4.2 Grundwerte in der Klinischen Sozialarbeit

Bedenken wir noch einmal, dass vom Wollen aus betrachtet *Güter* Sachverhalte sind, deren Wirklichkeit wir bejahen, und *Übel* den Kreis von Sachverhalten bezeichnen, deren Nichtwirklichkeit wir bejahen, so können wir behaupten, dass in der Klinischen Sozialarbeit neben der Autonomie das persönliche Wohlergehen als herausragende Selbstwerte bzw. Güter gelten. Wir finden diese sowohl in den relevanten Rechtsgrundlagen als auch in den berufsethischen Prinzipien. Diese Grundwerte stellen zentrale Perspektiven für die spezifische Lösungssuche bei den Ratsuchenden dar.

Zur Begründung dieser These betrachten wir zunächst einige zentrale *Rechtsgrundlagen* des Grundgesetzes und des Sozialgesetzbuchs (SGB). In der Verfassung kommt dem Prinzip der freien Entfaltung der Persönlichkeit eine besondere Bedeutung zu, vielfach gedeutet als individuelle Selbstbestimmung, Selbstverwirklichung, Emanzipation, Autonomie, Mündigkeit usw. (vgl. Strang 1980: 188 oder Dürig 1994: XIII).

„Art. 2. (Freiheitsrechte) (1) Jeder hat das Recht auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit, soweit er nicht die Rechte anderer verletzt und nicht gegen die verfassungsmäßige Ordnung oder das Sittengesetz verstößt.“
(Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland)

Im SGB I finden wir bei der Bestimmung der Aufgaben des SGB im Paragraph 1 dieses Prinzip wieder. Bei der Sichtung weiterer Abschnitte, die der Zielbestimmung dienen, heißt es bei der Teilhabe behinderter Menschen:

„Menschen, die körperlich, geistig oder seelisch behindert sind oder denen eine solche Behinderung droht, haben unabhängig von der Ursache der Behinderung zur Förderung ihrer Selbstbestimmung und gleichberechtigten Teilhabe ein Recht auf Hilfe, die notwendig ist, um

1. die Behinderung abzuwenden, zu beseitigen, zu mindern, ihre Verschlimmerung zu verhüten oder ihre Folgen zu mildern,
2. Einschränkungen der Erwerbsfähigkeit oder Pflegebedürftigkeit zu vermeiden, zu überwinden, zu mindern oder eine Verschlimmerung zu verhüten sowie den vorzeitigen Bezug von Sozialleistungen zu vermeiden oder laufende Sozialleistungen zu mindern,
3. ihnen einen ihren Neigungen und Fähigkeiten entsprechenden Platz im Arbeitsleben zu sichern,
4. ihre Entwicklung zu fördern und ihre Teilhabe am Leben in der Gesellschaft und eine möglichst selbständige und selbstbestimmte Lebensführung zu ermöglichen oder zu erleichtern sowie
5. Benachteiligungen auf Grund der Behinderung entgegenzuwirken.“

(SGB I § 10)

Die Autonomie zu fördern ist ein unbestreitbarer Auftrag von Klinischer Sozialarbeit und eine Klärung dieses Werts deshalb unumgänglich.

Zur Begründung des zweiten Grundwerts ist ein Blick auf die berufsethischen Prinzipien hilfreich. Beim Weltdelegiertentreffen der International Federation of Social Workers (IFSW) von 6. bis 8. Juli 1994 in Colombo wurden die aktuell geltenden „Berufsethischen Prinzipien“ beschlossen. Auf der Bundesmitgliederversammlung vom 21.-23.11.1997 hat der Deutsche Berufsverband für Sozialarbeit, Sozialpädagogik und Heilpädagogik (DBSH) die international gültigen Prinzipien auf nationaler Ebene konkretisiert. Im Oktober 2004 wurde das Dokument „Ethik in der Sozialen Arbeit. Erklärung der Prinzipien.“ auf der Generalversammlung des IFSW und der International Association of Schools of Social Work (IASSW) in Adelaide verabschiedet. Dort finden wir Aussagen zum grundlegenden Wert und Ziel Sozialer Arbeit, gewissermaßen zum „höchsten Gut“ Sozialer Arbeit. Betrachten wir zunächst die Definition von Sozialer Arbeit, die im Mai 2001 in Kopenhagen als gemeinsame von IFSW und IASSW angenommen wurde:

„Die Profession Soziale Arbeit fördert sozialen Wandel, Problemlösungen in menschlichen Beziehungen und die Stärkung und Befreiung von Menschen, um das Wohlergehen zu stärken. Gestützt auf Theorien über menschliches Verhalten und sozialer Systeme greift Sozialarbeit an den Stellen ein, wo Menschen mit ihrer

Umwelt in Wechselwirkung stehen. Die Grundlagen von Menschenrechten und sozialer Gerechtigkeit sind für die Soziale Arbeit wesentlich.“

(DBSH 2004: 2)

Weitere Passagen verdeutlichen, dass neben der Autonomie das Wohlergehen eine Schlüsselperspektive einnimmt.

„Sozialarbeiter/innen sollen die körperliche, psychische, emotionale und spirituelle Integrität und das Wohlergehen einer jeden Person wahren und verteidigen.“

(DBSH 2004: 1)

„... Die in der beruflichen Sozialen Arbeit Tätigen widmen sich dem Wohlergehen und der Selbstverwirklichung der Menschen; ...“

(DBSH 1997: 8)

„Jeder Mensch hat das Recht auf Selbstverwirklichung, soweit dadurch nicht das gleiche Recht eines anderen verletzt wird;“

(DBSH 1997: 4)

Eine Bestätigung dieser beiden Werte als Grundwerte in der Klinischen Sozialarbeit findet man zudem bei Helmut Pauls und Peter Dentler sowie bei Anton Schlittmaier. Bei der Übertragung der Berufsethischen Prinzipien der Klinischen Sozialarbeit in den deutschen Kontext heißt es in der Präambel:

„Das wichtigste Ziel der Klinischen Sozialarbeit ist die Förderung der sozialen und psychischen Gesundheit und des Wohlergehens der Individuen und Familien, welche ihre Dienste in Anspruch nehmen. Die Klinische Sozialarbeit wird durch ethische Prinzipien bestimmt, die in den Grundwerten der Sozialen Arbeit wurzeln. Diese Werte umfassen:

- die Anerkennung der Würde und Selbstbestimmung des Individuums sowie dessen Wohlergehen ...“

(Pauls und Dentler 2001: 1)

Anton Schlittmaier erläutert die Berufsethischen Prinzipien der Klinischen Sozialarbeit und geht dabei auch ausführlich auf die Grundwerte Selbstbestimmung und Wohlergehen ein (vgl. Schlittmaier 2004: 23-28). Zudem gibt es wohl nur sehr wenige Adressaten, die weder die Wirklichkeit von eigener Freiheit noch die von persönlichem Wohlergehen wirklich wollen. Damit diese Grundwerte in der Praxis der Klinischen Sozialarbeit angewandt werden, müssen diese möglichst praktikabel bestimmt werden. Anton Schlittmaier hat hierbei einen verdienstvollen Anfang gemacht. Seine begrifflichen Ausführungen sind allerdings nur sehr

rudimentär vorgelegt worden und, v.a. im Hinblick auf den Begriff des Wohlergehens, zu stark auf eine spezielle ethische Theorie (Martha Nussbaum) bezogen. Für die Beratung ist es jedoch wünschenswert, über einen so allgemeinen Begriff zu verfügen, dass mehrere spezielle ethische Theorien darauf bezogen werden können. In dieser Absicht werden im Folgenden allgemeine Differenzierungen im Hinblick auf die beiden Grundwerte in der Klinischen Sozialarbeit mit Beispielen aus der Sozialpsychiatrie vorgestellt.

3.4.2.1 Autonomie

Sowohl in der antiken als auch in der modernen Aufklärung rangiert die Selbstbestimmtheit ganz oben auf der Werteskala. Bevor man sich allerdings mit diesem Wert beschäftigt, gilt es sich bewusst zu machen, dass die Freiheit zum einen als *anthropologischer* Begriff in Form „der Mensch besitzt das Vermögen, frei zu sein“ und zum anderen als *ethischer* Begriff in Form „der Mensch will frei sein“ verwendet werden kann. Zu Beginn dieses Kapitels wurde von mir unter dem Titel „Willensfreiheit oder Determinismus“ die anthropologische Dimension der Freiheit skizziert und resümierend festgestellt, dass der Mensch als ein wollendes Wesen

- weder absolut frei ist in dem Sinn, dass es für die Willensäußerung keinerlei empirische Ursachen gibt,
- noch dass er absolut determiniert ist in dem Sinn, dass die Willensäußerung ausschließlich durch empirische Ursachen festgelegt ist.

Selbstbestimmung als ethischer Zielbegriff und Wert, um den es nun geht, zielt auf die Kultivierung des angelegten Vermögens. Autonomie gilt zwar als ein menschliches Vermögen, wächst aber nicht automatisch wie etwa die Haare auf unserem Kopf. Sie ist vielmehr ein (Selbst-)Bildungsziel, das erreicht oder verfehlt werden kann (vgl. hierzu v.a. die antiken Ethiken). Welche Auffassungen zur Autonomie bislang vertreten wurden, das ist bspw. anhand des Historischen Wörterbuchs der Philosophie zu studieren. Mir geht es hier allerdings nicht um eine geschichtliche oder systematische Darlegung dessen, was unter diesen Wertbegriffen bislang verstanden wurde. Sozialpädagogische Fachkräfte benötigen für die Beratung vielmehr einen *reflektierten Autonomiebegriff*, der in einer entsprechenden Berufsethik beheimatet sein müsste. Es geht dabei weniger um die Suche nach der Wahrheit von der Autonomie, sondern in erster Linie um einen operativen Freiheitsbegriff, der auf der Ebene der Orientierung und Regulierung von Praxis praktikabel ist, und der zugleich Plausibilitätsansprüchen genügen muss. Dieser Sichtweise folgend werde ich im Folgenden

den Selbstwert der Autonomie anhand zweier Aspekte und in Bezug auf zwei Anwendungsfelder von Freiheit insgesamt als einen vierdimensionalen Wertbegriff vorstellen (vgl. Wildfeuer 2006: 352-360).

Zwei Aspekte von Freiheit

Wir haben bislang kennen gelernt, dass Freiheit die Idee des Freiseins von Gebundenheit, Knechtschaft und Fremdbestimmung ist, der Zustand einer Gegebenheit, die immer auch anders sein kann – ein Zustand voller Wahlmöglichkeiten, die bis zur Beliebigkeit gehen können. Dem steht Notwendigkeit gegenüber, also dasjenige, was per definitionem nicht auch anders sein kann – ein Zustand strikter Gebundenheit an ein Sosein, das keine Wahl erlaubt. Ausgehend von diesen beiden Auffassungen kann man nun einen *negativen von einem positiven Freiheitsaspekt* unterscheiden (vgl. Taylor 1992: 118-144). Der erste umfasst den Sinn des Freiseins von Hindernissen und dementsprechend des Verfügungkönnens über diverse Möglichkeiten. Negative Theorien befassen sich v.a. damit, wo überall das Subjekt frei von Einmischung sein sollte, um endlich tun und lassen zu können, was es möchte. Im Mittelpunkt steht die Befreiungserfahrung - Freiheit wird hier als Möglichkeitsbegriff verwendet. Unter negativer Freiheit versteht man die Unabhängigkeit bzw. die Abwesenheit von Zwängen, den Zustand des Nichtgezwungenseins und der Freiheit von Knechtschaft. Hingegen geht es beim zweiten Freiheitsaspekt um die Art der Selbstregierung. Hierbei geht es darum, wie Kontrolle über das eigene Leben ausgeübt wird. „Dieser Auffassung zufolge sind wir nur in dem Maße frei, in dem wir tatsächlich über uns selbst und die Form unseres Lebens bestimmen. Der Freiheitsbegriff ist hier ein Verwirklichungsbegriff“ (Taylor 1992: 121). Im Mittelpunkt steht die Freiheit als Praxis einer Kultivierung und Gestaltung einzelner erwählter Möglichkeiten bis hin zur schönen und exzellenten Verwirklichung. Hierfür steht die Erfahrung der Erfüllung, wie sie bspw. ein Künstler oder ein Kind beim Fertigstellen seines Werkes erfährt. Innerhalb dieses begrifflichen Rahmens wird deutlich, dass Freiheit als eine Aktivität und ein Können aufgefasst werden kann, zu der auch Übung und Training erforderlich ist.

Zwei Anwendungsfelder von Freiheit

Das Anwendungsfeld der beiden Freiheitsaspekte gliedert sich in die klassische Unterscheidung einer inneren Freiheit im Sinne der Willens- und Entscheidungsfreiheit

(libertas volendi – Freiheit als „Wollen-können“) und einer äußeren Freiheit im Sinne der Handlungsfreiheit (libertas agendi – Freiheit als „Handeln-können“). Beide Anwendungsfelder sind zwar miteinander verknüpft, können aber im Horizont der Selbstbestimmung als erstrebtes Gut gesondert reflektiert werden. Im Mittelpunkt der angeführten Unterscheidung steht die Unterscheidung einer Innen- von einer Außenperspektive. Während beim Wollen die Innenwelt einer Person mit ihren jeweiligen Faktoren als Blickwinkel dient, geht es bei der Frage nach der Handlungsfreiheit immer um die äußeren Bedingungen und Möglichkeiten eines Individuums mit Blick auf deren Ermöglichung oder Verhinderung von Handlungen überhaupt.

Vierdimensionaler Freiheitsbegriff

Nach den bislang dargelegten Reflexionen erscheint es sinnvoll, vier argumentationslogisch aufeinander aufbauende Freiheitsdimensionen zu unterscheiden und sie durch Bezugnahme auf die sie in Frage stellenden Determinismusvarianten näher zu konturieren. Alle vier Freiheitsdimensionen sollen an dieser Stelle als Sachverhalte aufgefasst werden, deren Wirklichkeit von einer Person gewollt werden kann.

a) negative Willensfreiheit

Unter der negativen Willensfreiheit versteht man die Abwesenheit von sinnlichen (physiologischen, psychischen) und geistigen (kulturell vermittelten, wie z.B. Sozialisation, Werbung) Hindernissen und Hemmnissen bei der Bestimmung von Sachverhalten im Wollen einer Person überhaupt. *Wollen-können ist hier das Ausmaß an Nichtgezwungensein beim Wollen im Hinblick auf innere Faktoren und Impulse.* Zugespitzt könnte man sagen, dass es bei der negativen Willensfreiheit als Bildungsziel darum geht, das angelegte Vermögen des Wollens im Hinblick auf die Faktoren der Verhinderung überhaupt erst zu ermöglichen: Im Zentrum steht die Befähigung, etwas zu wollen, indem eine Person über Wollensspielräume verfügt. Dass es sich hierbei um eine Form von Wollen-können handelt, ist bspw. an schwer hospitalisierten Menschen in Langzeiteinrichtungen zu beobachten, die scheinbar gar nichts mehr wollen. Andreas Knuf mahnt berechtigterweise, diese Personen nicht zu vergessen und schlägt im Rahmen seines Empowermentansatzes bspw. einige Grundsätze vor, wie diese Form der Selbstbestimmungsfähigkeit gefördert werden kann (vgl. Knuf 2005: 5). Da es bei der negativen Willensfreiheit in erster Linie darum geht, einen Zustand des

Nichtgezwungenseins im Wollen zu schaffen, kommt es darauf an, die entsprechenden Hindernisse aus dem Weg zu räumen oder zumindest zu verringern. Als typische Hindernisse wären bei den Klienten in der Klinischen Sozialarbeit auf der physiologischen Ebene neben hirnphysiologischen Aspekten v.a. Trägheit, Müdigkeit und unmittelbare Impulssteuerung sowie auf der psychischen Ebene i.d.R. Frust, Minderwertigkeitsgefühle, Gleichgültigkeit anzuführen; auf der geistigen Ebene sind v.a. starre Denkgewohnheiten und ein hedonisch-materieller Konsumismus zu erwähnen; auf einer pathologischen Ebene wäre hingegen v.a. das Ausmaß von Ängsten, Zwängen sowie von manischen, depressiven oder paranoiden Faktoren anzuführen. Die zumindest relative Abwesenheit dieser inneren Formen des Gezwungenseins kann jedenfalls als Strebensgut im Rahmen der Frage nach der Selbstbestimmung sowohl reflektiert als auch diskutiert werden. Im Hinblick auf die pathologischen Faktoren sind bspw. alle Psychopharmaka als Dienstwerte aufzufassen, angesichts eines dominierenden Konsumismus wäre hingegen eine aufklärende Beratung über die Folgen und die Möglichkeiten alternativer Freizeitbeschäftigungen ein Mittel der Wahl.

b) positive Willensfreiheit

Verfügt eine Person über interne Wollensspielräume, dann beginnt die zweite Stufe und Bedeutung von Wollen-können: das *Wählen- und Entscheidenkönnen*. Angesichts bspw. des natürlichen Hungertriebes, der uns nötigt, gewisse Sachverhalte (Speisen) zu wollen, gilt es nun festzulegen, auf welche Art und Weise dieser realisiert werden soll. Dieser Akt erfordert eine Reduktion, da nicht die gesamte Fülle der Möglichkeiten realisiert werden kann, und da selbst unter den möglichen Arten einer Realisierung (z.B. Vegetarismus) ausgewählt werden muss. Wollen-können meint hier den Gebrauch der verfügbaren Spielräume. Ein ganzes Konglomerat von Gründen kommt für die jeweils zu treffende Wahl in Frage, und die Arten der Wahl können auch unterschieden werden hinsichtlich der Gründe, denen die Person zugesteht, den Ausschlag für eine bestimmte Wahl geben zu dürfen.

„Versteht man unter Intention bzw. gewünschtem Verhalten eine Antwort auf eine Frage des Typs: Warum hast du das getan oder warum willst du das tun (also eine Antwort auf Fragen nach Ursachen und Gründen), so ergibt sich, dass ein Individuum sich selbst bestimmt verhält, wenn es durch Gründe und Ursachen veranlasst, ein Handeln vollzieht und die Gründe bzw. Ursachen dieses Verhaltens auch bejaht.“

(Brumlik 1992: 24)

Ein Mangel an emotiver und/oder kognitiver Urteilskraft verhindert meist die Ausübung der positiven Willensfreiheit. Entweder entstehen Probleme bei der Bildung oder bei der Anwendung von Kriterien zur Beurteilung von Optionen, die aktuell gewollt werden. So kann bspw. ein Rehabilitand in einem Übergangwohnheim in der letzten Phase seiner sozialen Rehabilitation sich vorstellen, im Hinblick auf die zukünftige Wohnform sowohl in einer betreuten Wohngemeinschaft als auch im betreuten Einzelwohnen zu leben, mangels eigener Kriterien aber zu keiner Entscheidung gelangen, welche Wahl zu treffen ist. *Wollen-können ist jedenfalls als Befähigung, eine eigene Wahl in bestimmten Lebensfeldern treffen zu können, sowohl diskutier- als auch förderbar.*

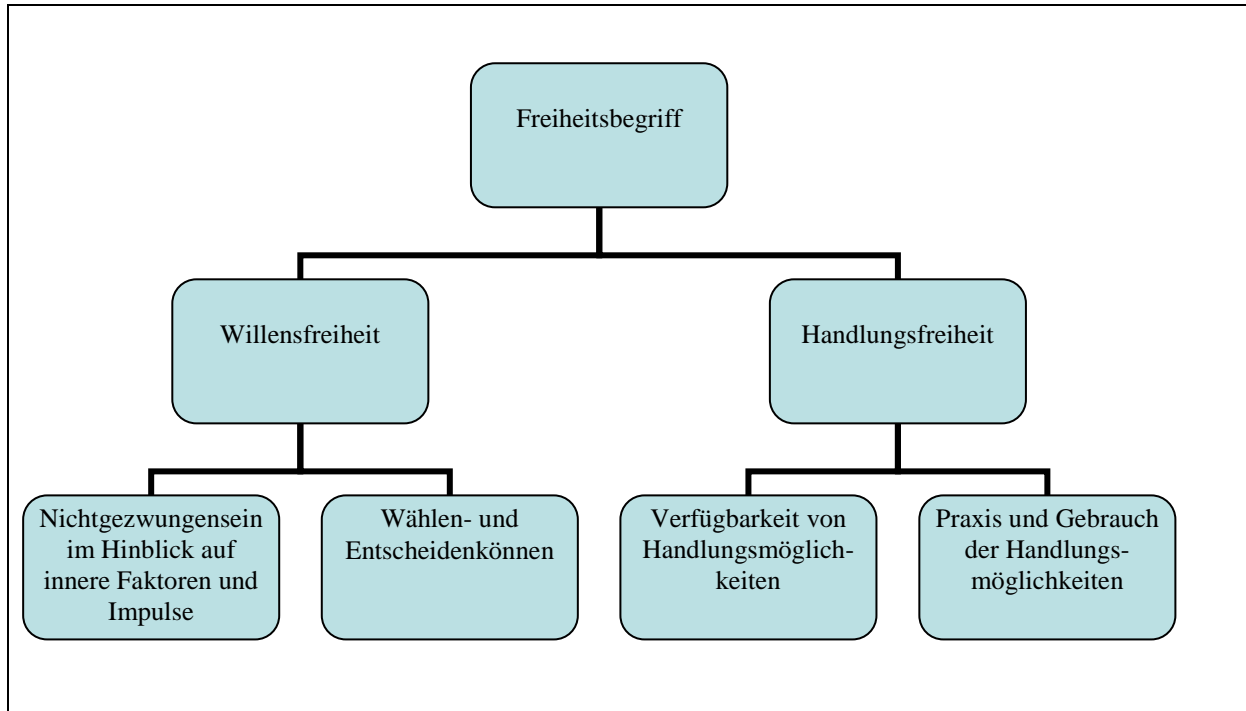
c) negative Handlungsfreiheit

Die negative Handlungsfreiheit besteht in der Unabhängigkeit von äußeren, unser Handlungsfeld einschränkenden oder determinierenden Zwängen und Hemmnissen, die die Person daran hindern, das zu tun, was sie für sich gewählt hat und somit will. Im Mittelpunkt stehen hierbei meist die gesellschaftlichen Teilhabechancen. Ein chronisch psychisch erkrankter Mann kommt z.B. in Übereinstimmung mit seinem Psychiater und seiner Sozialpädagogin zu dem Entschluss, zukünftig im betreuten Einzelwohnen mit einem eigenen Mietvertrag, der nicht an den Träger der Betreuungsleistung gebunden ist, leben zu wollen. Es existiert auch bereits ein Anbieter, der diese Dienstleistung zur Verfügung stellen würde. Die hierfür zuständige Sozialhilfebehörde hat sich aber eine Richtlinie gegeben, die diese Maßnahme zum einen nur in Verbindung mit einem an den Leistungsträger gebundenen Mietvertrag genehmigt und zum anderen diese Dienstleistung nur in Ausnahmefällen vorsieht, ohne näher zu erläutern, welche das sind. Die Person wird aufgrund der äußeren Strukturen der zuständigen Sozialhilfebehörde gehindert, das zu tun, was sie will. Bedenkt man den Erwerb von speziellen Handlungskompetenzen, spielen sehr oft äußere Bedingungen eine zentrale Rolle. So könnte bspw. eine Person, die auf bestimmte Psychopharmaka angewiesen ist und deshalb unter massiven Übergewicht leidet, aufgrund dem Mangel an entsprechenden Behindertensportmöglichkeiten in ihrer Region daran gehindert sein, gesundheitsförderliche Bewegungsgewohnheiten (Nordic-Walking, Walking, Schwimmen etc.) zu erwerben. *Handeln-können zielt hier auf die Verfügbarkeit von einer dem Wollen gemäßen Handlungsmöglichkeit:* Verfügt eine Person über reale und sinnvolle Handlungsmöglichkeiten in ihrem unmittelbaren Lebensumfeld? Ein Wissen um typische Faktoren, die bedeutsame Handlungsspielräume verschließen bzw. eröffnen, ist hilfreich, um

mit einem milieuspezifischen Ressourcenansatz die negative Handlungsfreiheit zu fördern. Eine Diskussion über die Verfügbarkeit von Gütern wie etwa spezielle Bildungseinrichtungen oder die Ausstattung mit Finanzmitteln zum persönlichen Gebrauch oder der Zugang zu behindertengerechten Wohn-, Arbeits- und Freizeitformen spielen bei der Frage nach der negativen Handlungsfreiheit i.d.R. eine wichtige Rolle. Gerechtigkeitsdebatten haben hier ihr zentrales Medium. Welche Handlungsmöglichkeiten sollten in welchem Ausmaß wem unter welchen Bedingungen von der Solidargemeinschaft zur Verfügung gestellt werden?

d) positive Handlungsfreiheit

Die positive Handlungsfreiheit besteht darin, die vorhandenen Handlungsspielräume mit eigenen Aktivitäten auszufüllen und somit für sich zu nutzen. In diesem Stadium wird die Selbstbestimmung zur detaillierten, mühevollen Arbeit, um aus den bestehenden und den für sich gewählten Möglichkeiten auf gekonnte Weise Wirklichkeit werden zu lassen, Bindungen neu einzugehen und Beziehungen neu zu knüpfen. *Handeln-können ist hier die Praxis und der Gebrauch der Handlungsmöglichkeiten, die durch eigenes Tun Wirklichkeit werden.* Mit dieser Praxis gibt das Individuum sich eine eigene Form, die sich durch beständiges Tun weiter entwickelt. Verdeutlichen wir uns das an einem Beispiel. Ein Anbieter von Betreutem Wohnen stellt seinen Klientinnen ein vielseitiges Freizeitangebot mit zahlreichen Bewegungsmöglichkeiten (Joggen, Nordic-Walking, Walking, Schwimmen, Aerobic, Wandern, Radfahren) zur Verfügung. Auf Wunsch können einzelne Klienten regelmäßig dreimal pro Woche in der Gruppe mit von Sozialpädagogen angeleiteten Bürgerhelferinnen joggen oder walken. Aufgrund dieser regelmäßigen Laufpraxis verwirklichen diese Personen eine spezielle Handlungsfähigkeit, die es ihnen erlaubt, immer wenn sie wollen, dieses Können in ihrer Freizeit zu realisieren und z.B. durch eine Teilnahme an regionalen Volksläufen neue Erfahrungen zu erwerben. Einzelne Klienten, die im Laufe ihres Aufenthaltes im Betreuten Wohnen an mehreren Angeboten teilgenommen haben, erweitern so ihre realen Handlungsfähigkeiten und werden somit freier in ihrer Freizeitgestaltung. Sie können aufgrund der erworbenen Fähigkeiten wählen, was sie in ihrer Freizeit tun oder lassen wollen.



Resümee

Eine zentrale heuristische Botschaft im Zeichen der Autonomie in einem Beratungsgespräch könnte etwa wie folgt lauten: So sehr Menschen auch biologisch oder kulturell programmiert sein mögen, sie können sich am Ende immer für etwas entscheiden, das nicht im Programm vorgesehen ist (zumindest, das nicht völlig darin enthalten ist). Menschen können ja oder nein sagen. So sehr sie sich auch von inneren und äußeren Umständen eingeengt und bestimmt sehen, es gibt nie nur einen einzigen Weg, dem sie folgen können, sondern immer mehrere. Für welchen Weg Personen sich entscheiden, liegt an ihnen und an dem, was ihnen wertvoll erscheint. Wenn Klientinnen der Klinischen Sozialarbeit wollen, dann können sie ihr Vermögen, frei zu sein, kultivieren. Zwei wichtige Dinge sollten sie aber stets beachten, wenn sie wirklich frei sein und leben wollen:

Erstens: Menschen sind nicht frei auszuwählen, was ihnen passiert (an dem Tag, von diesen Eltern und in diesem Land geboren zu werden; an einer psychischen Erkrankung zu leiden oder von einem Auto überfahren zu werden; schön oder hässlich zu sein usw.), sondern sie sind frei, auf das, was ihnen passiert, auf diese oder jene Weise zu reagieren (zu gehorchen oder zu rebellieren, aktiv oder passiv, ängstlich oder mutig zu sein, sich stets anzupassen oder eigene Wege zu gehen usw.). Sobald ein relativer Zustand von Nichtgezwungensein einmal

erreicht ist, liegt es allein an ihrem Wollen, wie sie mit dem, was ihnen vorgegeben ist, umgehen.

Zweitens: Frei zu sein, etwas *zu versuchen*, hat nichts damit zu tun, es auch ganz sicher *zu erreichen*. Freiheit (die darin besteht, aus dem Möglichen auszuwählen) ist nicht das gleiche wie Allmacht (die bedeuten würde, immer das zu erreichen, was man will, auch wenn es unmöglich scheint). Wir können aber sagen, dass Menschen desto größeren Nutzen aus ihrer Freiheit ziehen, je größer ihre Fähigkeit zum Handeln ist. Ein Klient ist frei, eine Berufsausbildung auf dem so genannten ersten Arbeitsmarkt machen zu wollen, aber aufgrund seiner massiven psychischen Beeinträchtigungen ist es ihm praktisch unmöglich, sein Ziel zu erreichen. Dagegen ist er frei, im Rahmen der Freizeitangebote eines Betreuten Wohnens an Radtouren teilzunehmen oder nicht teilzunehmen, und da er von klein auf das Radfahren gelernt hat, wird es ihm nicht allzu schwer fallen, sich dafür zu entscheiden. Der Zugang zu Institutionen und Menschen, die Personen ein Können lehren, prägt dessen Handlungsfähigkeit entscheidend. Stets zu beachten ist aber, dass es zwar Dinge gibt, die vom persönlichen Willen abhängen (und d.h. frei zu sein), aber nicht alles hängt vom Willen ab (sonst wären Personen allmächtig). Es gibt auf der Welt viele andere Willen und zahlreiche Notwendigkeiten, die eine Person nicht nach Belieben kontrollieren kann. Wenn ein Mensch weder sich selbst noch die Welt kennt, in der er lebt, wird seine Freiheit das eine oder andere Mal am Notwendigen scheitern. Aber, was sehr wichtig ist, deshalb hört er nicht auf, frei zu sein – auch wenn ihn das ärgert. Entscheidend ist, dass sowohl auf der Ebene des Wollens als auch des Handelns die Selbstbestimmung ein erwerbbares Gut ist, das als Selbstwert erstrebt und gefördert werden kann. Von der Perspektive der Autonomie kann jedenfalls eine Lösungssuche für die Klienten der Klinischen Sozialarbeit ihren Ausgangspunkt nehmen.

3.4.2.2 Wohlergehen

Eine zweite grundlegende heuristische Perspektive stellt das Wohlergehen bzw. das Glück dar. Dieses zu optimieren ist zweifelsohne ein zentraler Grundwert in der Klinischen Sozialarbeit, der eng mit der Autonomie verknüpft, aber keineswegs mit ihr identisch ist. Ein Anknüpfungspunkt zwischen beiden besteht gewiss bei der Frage der Wahl, denn ein leitendes menschliches Wahlkriterium ist gewiss das, was man das Glück zu nennen pflegt.

„Nun ist es aber so – das ist wohl die fundamentalste anthropologische Aussage jeder Glücksphilosophie: Alle Menschen streben von Natur und daher unaufgebbar nach Glück.“

(Bien 1999: 23)

Was man aber unter dem Glück verstehen kann, das war und ist weiterhin umstritten. Dennoch, was das Glück sein könnte, darüber haben sich innerhalb der Philosophie zahlreiche Menschen seit Jahrhunderten den Kopf zerbrochen; ein Sachverhalt, von dem zu lernen ist. Für die Beratungsphase der Heuristik geht es v.a. darum, eine sinnvolle und praktikable Differenzierung dieser Perspektive zu besitzen. Bei der Sichtung und Beschäftigung mit Glücksphilosophien gibt es einige Anhaltspunkte dafür, den Glücksbegriff in drei formale und drei inhaltliche Aspekte zu gliedern.

Formale Aspekte

Wenn es beim Wollen um das eigene Wohlergehen geht, können im Hinblick auf die Erwartungen und Ansprüche mindestens drei formale Aspekte begrifflich voneinander unterschieden werden: Unabhängig vom jeweiligen Inhalt kann auf einer zeitlichen Ebene die *Dauer* (Protension) sowohl vom *Grad* (Intension) als auch vom *Umfang* (Extension) des angestrebten Glücks getrennt voneinander diskutiert und problematisiert werden.

Protension

Beginnen wir mit der *Protension* (vgl. Bien 1999: 13-18). Dieser Aspekt beinhaltet das bekannte Problem der Flüchtigkeit und der Kürze des Glücks. Gibt es ein dauerhaftes Glück oder ist das Glück stets flüchtig, also immer nur ein präsentisches Phänomen? Günther Bien (vgl. Bien 1999: 13 f) hat zu diesem Punkt ein paar sehr anschauliche Sentenzen zusammengetragen:

„O Menschenherz, was ist dein Glück? Ein rätselhaft geborner, und, kaum begrüßt, verlorn, unwiederholbarer Augenblick“ (Lenau). – „Der Mensch ist voll Verlangen nach Glück und erträgt doch das Glück nicht lange Zeit“ (Hermann Hesse). – „Ein immerwährender Feiertag – die beste Definition der Hölle“ (G.B. Shaw).
(Bien 1999: 13)

Dem entgegen steht die These einer langen, vielleicht sogar lebenslangen Dauer des Glücks. Egal, wie man die Angelegenheit sehen will, unbestreitbar ist jedoch folgender Sachverhalt:

„Weiterhin ist erwähnenswert, dass man Glück einerseits präsentisch oder episodisch auffassen kann, d.h. auf die gegenwärtige Verfassung eines Individuums bezogen, und andererseits periodisch oder übergreifend, nämlich im

Blick auf größere Lebensabschnitte oder auf die Gesamtbiographie eines Menschen. Es ist ein beträchtlicher Unterschied, ob man von einem Schokolade essenden Kind feststellt, es sei glücklich, oder ob man sagt, ein bestimmter Abschnitt sei – vielleicht trotz vieler äußerer Entbehungen – der glücklichste des eigenen Lebens gewesen.“

(Horn 2006: 382)

In der Perspektive der Protension verlaufen jedenfalls die Diskussionen um das Glück genau zwischen diesen beiden Polen: Entweder es wird über glückliche Augenblicke und Episoden oder es wird über längere Perioden ein Dialog stattfinden. In einem sozialpädagogischen Beratungsgespräch ist mit einem Klienten diskutierbar, ob es bspw. ein 24-Stunden-Glück an sieben Tagen in 52 Wochen geben kann, oder ob das für die tägliche Lebensführung eine korrekturbedürftige Illusion der Phantasie ist, die nur als schöner Traum taugt, für den Alltag jedoch als gänzlich unbrauchbar einzuordnen ist. Könnte es vielleicht sein, dass die Unzufriedenheit eines Klienten in hohem Maße mit seinen Erwartungen an die Dauer des Glücks zu tun hat? Welche Dauer ist eigentlich vernünftigerweise zu erwarten?

Intension

Wenn es darum geht, das Wohlergehen zu optimieren, kann über die Protension jedenfalls ebenso diskutiert werden wie über eine zu erwartende Glücksintension, die mindestens in zweierlei Hinsicht zu schematisieren ist: In den Begriffspaaren *positives* Glück (Erleben starker Hochgefühle wie Ekstase, Rausch) und *negatives* Glück (Abwesenheit von Schmerz und Unlust) wird ein Stärkegrad angesprochen, der unterschiedliche Auswirkungen auf die Lebensführung hat. Unabhängig von den Folgen wird im negativen Glück jenes Wohlbehagen zum Ausdruck gebracht, das sich einstellt, wenn man frei von Schmerzen ist.

„Grenze der Größe der Lustempfindungen ist die Aufhebung alles Schmerzenden.“

(Epikur, entscheidende Lehrsätze 3, bei Krautz 1997: 67)

Am besten ist dieser Zustand beim Abklingen von Schmerzen, etwa Zahnschmerzen, erlebbar. Im Hinblick auf die Lebensgestaltung steht die Minimierungsaufgabe im Zentrum der Betrachtung. Diese wurde im Verlauf der Philosophiegeschichte zunächst als eine *Optimierungsfrage* begriffen. Man war der Auffassung, dass Schmerzen und Leiden wesentliche Elemente des Lebens seien und die Minimierungsaufgabe darin bestand, einen möglichst optimalen Umgang mit den Widrigkeiten des Lebens zu kultivieren. Wer es darin bis zur Exzellenz brachte, erlangte den höchsten Grad der Lustempfindung. Folgerichtig

schrrieb bspw. Epikur nur den Göttern diesen Grad in Dauer zu – dem Menschen waren nur „göttliche“ Augenblicke vergönnt. In der Moderne, Wilhelm Schmid benennt als Vater John Locke (Schmid 2007: 16 f), wird die Minimierungsaufgabe immer mehr zur Eliminierungsfrage. Schmerzen und Leiden sollen gar nicht erst vorkommen, sie sollen verschwinden aus dem menschlichen Leben. Die moderne Medizin und der Umgang mit Schmerzmitteln scheint ein Beispiel davon zu geben, welche Formen die Eliminierungsbestrebungen erzeugen. Unabhängig von den beiden Auswirkungen auf die Lebensführung – Umgang mit oder Ausschaltung von Schmerzen und Leiden – beim negativen Glück geht es um den Grad des Wohlbehagens im Hinblick auf Schmerzfreiheit bzw. –armut. Im Begriff des positiven Glücks ist hingegen ein Wohlfühlen angesprochen, das nicht die Minusgrade bis Null auf der Stärkeskala misst, sondern graduelle Unterschiede im Plusbereich im Blick hat.

„Nachts wach im Bett liegend, haben Sie vielleicht – ebenso wie ich – darüber nachgegrübelt, wie Sie in Ihrem Leben von Plus 2 auf plus 7 kommen können, und nicht nur darüber, wie sie von minus 5 auf minus 3 kommen und sich von Tag zu Tag ein bisschen weniger unglücklich fühlen können.“

(Seligman: 2007: 11 f)

Ein Eis im Hochsommer erzeugt andere Wohlgefühle als ein Spaziergang mit Freunden in einer prächtigen Landschaft. Ein lang ersehnter Urlaub am Meer fühlt sich anders an als der Einzug in die erste eigene Wohnung. Körpereigene Drogen, Endorphine, spielen beim positiven Wohlfühlen, das viele Gesichter hat, eine wichtige Rolle. Betrachtet man die Auswirkungen dieses Aspektes auf die Lebensführung, kann man grob zwei Formationen voneinander unterscheiden: Beginnen wir mit der *Maximierung* der positiven Lust. Möglichst viel positive Lust ist hier die maximale Ansammlung von lustvollen Augenblicken. Das maximale Maß kann sich dabei sowohl auf die Stärke als auch auf die Dauer beziehen. Im Hinblick auf die Stärke korrespondiert es mit der Frage: „Was erzeugt bei mir die stärksten Hochgefühle?“, hingegen im Hinblick auf die Dauer: „Wie erzeuge ich bei mir einen dauerhaften Zustand von Hochgefühlen?“. Hieraus erklärt sich auch die Attraktivität von rauschhaften Zuständen, die von Drogen erzeugt werden. Im Prinzip der Maximierung ist implizit der Glaube an ein Paradies auf Erden anzutreffen, der im wirklichen Leben an Grenzen stößt – der Drogenabhängige gibt hierüber eindrucksvoll ein Bild ab, an dem zu lernen ist. Möglicherweise hat sich aus dieser Belehrung das Prinzip der *Optimierung* der positiven Lust entwickelt. Es gilt, in dieser Perspektive das beste Maß vom positiven

Wohlfühlen zu finden, das wahrscheinlich für jeden anders ausfällt und letztlich nur auf dem Weg von Versuch und Irrtum in Erfahrung zu bringen ist (vgl. auch Schmid 2007: 21 ff).

Ein anderer Versuch, die unterschiedlichen Grade von Glücksempfindungen begrifflich zu fassen, finden wir in den Zuschreibungen *kleines* und *großes* Glück. Diese Differenzierung kann in einen direkten Bezug zur ersten gestellt werden. So erhält man ein kleines Glück sowohl in der Sichtweise des positiven Aspekts (z.B. das erste Frühstück am Meer im lang ersehnten Urlaub) als auch im Blickwinkel des negativen Aspekts (z.B. das Ende eines Schnupfens). Analoges gilt für das große Glück. Wir kennen jenes im positiven (die erste Begegnung mit der Geliebten, mit der man dann sein restliches Leben verbringen wird) wie auch im negativen (die Heilung von einer schweren Krebserkrankung) Sinne.

Bedenkt man die zwei Versuche, in der Sprache Unterscheidungen der Glücksgrade zu definieren, können diese als heuristische Perspektive eine wichtige Erkenntnisfunktion in einem personenzentrierten Beratungsgespräch darstellen: Könnte es sein, dass ein Klient deswegen sehr unzufrieden mit seiner Lebenssituation ist, weil seine gesamte Aufmerksamkeit auf das große Glück (z.B. vollständige Genesung von der psychischen Erkrankung) gerichtet ist, und er die zahlreichen kleinen Annehmlichkeiten seiner Lebenslage (z.B. eine komfortable Erwerbsunfähigkeitsrente, die in der Freizeit genügend Spielraum für Kino- und Theaterbesuche, Teilnahme an Volksläufen etc. ermöglicht) nicht wahrnehmen kann? Welche Ansprüche hat ein Klient im Hinblick auf den zu erreichenden Grad an Wohlbefinden nach einer Entlassung aus einer sozialpsychiatrischen Rehabilitation? Gibt er sich nur dann zufrieden, wenn jegliches Leiden eliminiert worden ist? Wo und wie sucht man am besten nach dem optimalen Maß?

Extension

Im Hinblick auf den anvisierten Umfang beim Streben nach dem Wohlergehen können wir wiederum zweierlei unterscheiden. Betrachten wir den *Güterumfang*, so können wir einen Monismus von einem Pluralismus unterscheiden (vgl. Horn 2006: 383 f). Beim Monismus wird das gesamte Glückskonzept in letzter Konsequenz auf ein einziges Gut zurückgeführt – etwa das Empfinden von Lust (vgl. Aristipp, Epikur und später Locke sowie die Utilitaristen). Derartige Auffassungen müssen erklären können, „wie sich alles das, was wir für wertvoll halten, in seinem Gütercharakter von dem einen Gut herleiten lässt“ (Horn 2006: 383). Ein Güterpluralismus kennt hingegen eine gewisse Anzahl von Gütern, deren Besitz bzw. Verwirklichung zu einem glücklichen Leben beitragen. Beispielhaft kann Aristoteles erwähnt

werden, der hierfür alle Güter mit intrinsischem Charakter anführt. Der pluralistische Ansatz lässt sich anhand des folgenden Vergleiches illustrieren: „Angenommen, jemand wollte die konstitutiven Faktoren eines gelungenen Urlaubs zusammenstellen und käme dabei auf Güter wie das Betrachten einer schönen Landschaft, kulinarische Genüsse, das Zusammensein mit guten Freunden, eine angenehme Lektüre oder sportliche Aktivitäten. Dann wäre ein gelungener Urlaub jene Einheit aus den genannten intrinsischen Gütern, die nach Art, Abfolge, Dauer und Gewichtung bestmöglich zusammengesetzt wäre“ (Horn 2006: 384). In einem Beratungsgespräch könnten bspw. die von einem Klienten geäußerten Glücksgüter bewusst gemacht werden. Zielt letztlich alles auf das Empfinden von Lust oder gibt es weitere Güter, die um ihrer selbst willen erstrebenswert sind? Ausdrücklich zu denken wäre hier auch an das Gut, ein moralisch anständiger sein Mensch zu wollen. Verlassen wir die Perspektive der Güter und richten den Blick auf die Frage, auf *welchen Teil des Lebens* die Glücksfrage gerichtet ist, so können wir noch einmal ein irdisches und diesseitiges von einem metaphysischen und jenseitigen Glück unterscheiden.

„Geboren sind wir nur einmal; zweimal ist es nicht möglich, geboren zu werden. Notwendig ist es, die Ewigkeit hindurch nicht mehr zu sein. Du aber bist nicht Herr des morgigen Tages und schiebst dennoch das Erfreuliche auf. Das Leben geht unter Zaudern verloren, und jeder einzelne von uns stirbt in seiner Unrast.“
(Epikur, Weisungen 14, bei Krautz 1997: 83)

Bei ersterem ist die Erreichbarkeit des Glücks in einem irdischen Leben eines Menschen justiert, während das jenseitige Glück erst nach dem Tod eintreten kann – das irdische Leben wird hier i.d.R. unter dem Aspekt der Glückswürdigkeit, prototypisch bei Kant (vgl. Pieper 2007: 216-230), betrachtet.

„Indem ich mich um das Glück der anderen verdient mache, erwerbe ich Glückswürdigkeit, die wiederum mich zu der Hoffnung berechtigt, dass ich des höchsten Gutes teilhaftig werde – wenn nicht in diesem Leben, dann dereinst nach dem Tod, nachdem ein Gott meine Verdienste gerecht beurteilt und entsprechend belohnt hat.“
(Pieper 2007: 230)

Es ist jedenfalls zu bedenken, dass die Einschränkung der Glücksthematik auf das Diesseits zu enormen Stress führen kann, da alles in das eine Leben hineingepackt werden muss. Die Perspektive der Transzendenz ermöglicht eine andere Sicht und Einstellung zum Leben.

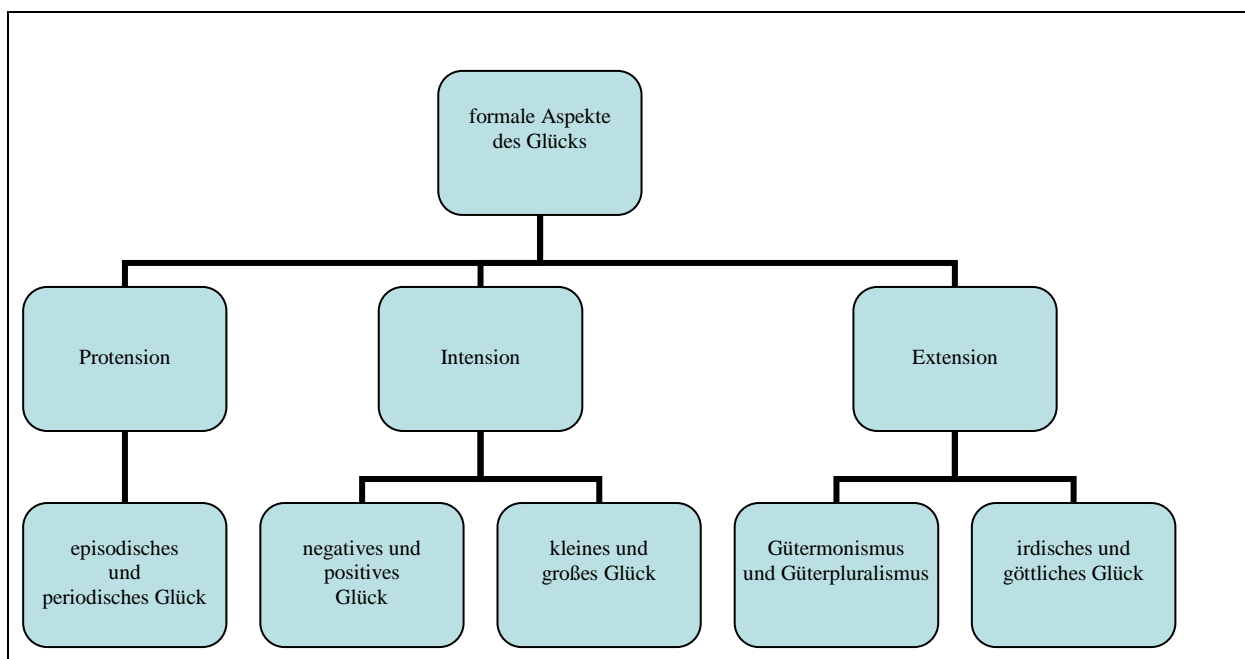
„Wurde das wirkliche Leben einst in ein Jenseits projiziert, gefolgt von einer Entwertung des irdischen Daseins, so verlegte die moderne Gegenreaktion das Leben gänzlich ins Diesseits, mit der Folge einer Art von

Lebensstress, da nun innerhalb enger zeitlicher und räumlicher Grenzen, dieses >eine Leben< zu leben war. Das mögliche andere Leben hingegen eröffnet im Diesseits ein Jenseits der Möglichkeit nach; das Selbst kultiviert die Fähigkeit einer Distanz zu sich, die ihm die Enge des gelebten Lebens zu transzendieren erlaubt. Einem möglichen anderen Leben lässt sich jetzt anvertrauen, was in diesem Leben nicht zu realisieren war. Eine Konsequenz dieser Haltung ist Gelassenheit anstelle der verzweifelten Lebensgier, die in der Moderne um sich gegriffen hat.“

(Schmid 2004: 429)

Die Frage nach der Extension des Glücks zielt immer darauf ab, wie eng oder weit jemand sein Glück justiert – eine Tatsache, die ebenso wie die beiden anderen Aspekte thematisiert und problematisiert werden kann, wenn es um die Optimierung von Glück geht.

Zusammenfassung im Überblick



Inhaltliche Aspekte

Betrachten wir die inhaltliche Seite des Wohlergehens, so können wir ein Zufallsglück von einem Wohlfühlglück und diese beiden wiederum von einem Charakterglück begrifflich unterscheiden. Was verbirgt sich hinter diesen drei Grundbedeutungen? (vgl. Bien 1998 und 1999 sowie Schmid 2007)

Zufallsglück

„O schöne Stunde, meisterhafte Fassung, verwilderter Garten. Du biegest aus dem Haus, und auf dem Gartenweg treibt dir entgegen die Göttin des Glücks.“

(Franz Kafka, bei Rosbacher/Tanzer 2002: 58)

Als Gegenpol zum „Pech haben“ ist mit dem Zufallsglück die Glücksgabe, die wir nicht erzwingen können, das Glück, das einem geschenkt wird, angesprochen. Innerhalb dieses Begriffs von Glück lassen sich mindestens die folgenden zwei Unterscheidungen treffen: *Zum einen* kann man damit das einzelne Ereignis, den einzelnen günstigen Zufall meinen. Hierbei ist wiederum das einzelne positive Ereignis zu unterscheiden von dem Ereignis, wodurch ein Übel für uns verhindert wurde – das „Glück im Unglück“. Verdeutlichen wir uns diese Unterscheidung anhand von ein paar Beispielen. Glück im ersten Sinne kann man haben, wenn man bei der Wohnungssuche für einen Klienten eine schöne und bezahlbare Wohnung in einem attraktiven Stadtteil findet. Glück hatte auch ein beharrlich nach einer Finanzierungsmöglichkeit suchender Sozialpädagoge für einen Nordic-Walking-Kurs für seine Klientinnen und Ehrenamtlichen, insofern genau in dieser Zeit sein Wohlfahrtsverband ein Förderprojekt für derartige Aktionen startete, auf das er mit seinem Konzept zurückgreifen konnte. Glück im Unglück hat hingegen ein Klient, der in einer psychotischen Krise einen Selbsttötungsversuch unternahm, der ohne massive körperliche Folgeschäden blieb. *Zum anderen* wird das Zufallsglück aber auch im Hinblick auf solche Güter verwendet, die man sich und anderen aus Anlass des Geburtstages oder zum Jahreswechsel zu wünschen pflegt: Gesundheit, Wohlstand, Erfolg usw. Hierbei wird zum Ausdruck gebracht, dass der Besitz bestimmter Güter in einem gewissen Umfang am Zufall partizipiert. Jeder wünscht sich körperlich, psychisch und geistig gesund zu sein, aber ob man dies ein Leben lang sein wird, liegt nicht allein in unserer Hand – ein Aspekt, der gewiss zu beachten ist, wenn einen Betroffenen die Frage quält, warum gerade er psychisch erkrankt ist. Sicher, wir können das eine oder andere tun, um eine Krankheit zu vermeiden, ohne Zufallsglück ist ein relativ gesundes Leben aber nicht zu haben. Beim Reichtum ist es ähnlich. Der jeweils zur Verfügung stehende materielle Wohlstand partizipiert nicht unwesentlich am Zufall. So kann z.B. der feststellbare Zeitpunkt einer chronisch verlaufenden psychischen Erkrankung ein entscheidender Sachverhalt für den Anspruch auf eine relativ komfortable Erwerbsunfähigkeitsrente sein, die ein anderer nicht erhält. Dieser muss dann mit einer bisweilen deutlich niedrigeren Grundsicherung auskommen; der Eine hat Glück und der

Andere hat Pech gehabt. Wenn eine Person besonders reichlich vom Zufallsglück zu profitieren scheint, dann pflegt man ihn auch als Glückspilz zu bezeichnen, sein Gegenstück hingegen als Pechvogel. Hierbei ist allerdings zu bedenken, dass sich beim Glückspilz die äußeren Lebensbedingungen zwar verbessern, die innere Bereitschaft, am eigenen Leben zu arbeiten, sich aber meist spürbar verschlechtert. So werden Personen in der relativ selbstständigen Lebensform des Betreuten Wohnens, je nach Lebensumständen, eine deutlich andere Ausgangslage besitzen: Ein psychisch erkrankter Mann mit wohlhabenden Eltern und einer Integration in eine äußerst tolerante Religionsgemeinschaft wird i.d.R. weniger an sich arbeiten als jemand, der keine Eltern mehr hat, bereits obdachlos gewesen ist und auf einer Langzeitstation als „hoffnungsloser Fall“ galt. Soweit die unterscheidbaren Formen des Zufallsglücks, für die allesamt charakteristisch deren Unverfügbarkeit ist. Verfügbar ist lediglich die *Haltung*, die eine Person dazu einnehmen kann: Sie kann sich öffnen oder verschließen für ein Ereignis oder Gut, sie kann dem Zufall einen konstruktiven oder destruktiven Sinn geben. Eine psychische Erkrankung kann bspw. entweder als eine zu bewältigende Lebensaufgabe oder als eine Strafe von einer höheren Instanz begriffen werden, je nach Auslegung und Überzeugung ergeben sich deutlich voneinander unterscheidbare Folgen für das weitere Leben und Wohlbefinden der betroffenen Personen. Beim Zufallsglück spielt somit die *Glücksbereitschaft* eine zentrale Rolle, denn nur derjenige, der für den günstigen Moment empfänglich ist, profitiert von ihm. Des eigenen Glücks Schmid ist man hier nur insofern, als man seine Glücksbereitschaft entsprechend kultiviert. Alles was hierzu beiträgt – Achtsamkeit, Offenheit, Flexibilität – kann deshalb als Glückstugend gelten. Mangelnde Aufmerksamkeit, Verschlossenheit sowie Starrheit als entsprechende Übel, die es zu vermeiden gilt. Die Vorstellung vom Glück als „Geschenk des Universums“ liefert jedenfalls ein Raster, mit dem Glücksgüter und Übel diskutiert und wahrgenommen werden können. Ein Anhänger dieser Sichtweise bereitet sich auf die Möglichkeit der (un-)günstigen Umstände vor, um diese dann sowohl wahrzunehmen als auch für sich nutzen zu können.

Wohlfühlglück

Charakteristisch für das Wohlfühlglück ist die Überzeugung, dass man im Gegensatz zum Zufallsglück auf jene Zustände des Glücklichseins selbst einen erheblichen Einfluss hat. Glück wird hier als ein subjektives Hochgefühl und Höhepunkterlebnis aufgefasst. Die zentrale Perspektive für dieses Glück ist das *Empfinden von Lust und von Schmerz*. Bezeichnet wird dieses Glück im Englischen mit happiness, im Französischen mit bonheur,

während es im Deutschen hierfür kein eigenes Wort gibt – ich favorisiere es das *Wohlfühlglück* zu nennen (vgl. Schmid 2007: 16). Innerhalb des Wohlfühlglücks kann man mindestens drei Formen voneinander unterscheiden:

Zum einen das subjektive Hochgefühl als Spaß, Vergnügen und Genuss im Sinne einer an physiologische Bedingungen geknüpften Erlebnisqualität. Im Mittelpunkt stehen hierbei die Wohlfühlqualitäten, die uns die *Befriedigung* der fünf Sinne des Sehens, Hörens, Schmeckens, Riechens, Tastens sowie der Bewegungssinn und der Sinn des Geschlechts vermitteln. Nicht zu vergessen ist noch das, was man einen inneren Vitalitätssinn (Fitness, Lebenskraft) nennen könnte und dessen Gegenteil die Trägheit und Passivität ist. Hierfür lässt sich viel tun, das Wohlfühlglück ist machbar, sofern es sich nicht ohnehin von selbst ergibt. Mit ein wenig Erfahrung kann ein Mensch seine Zutaten kennen lernen und an ihrer Bereitstellung arbeiten, Tag für Tag. Für den einen ist es der tägliche Tee, für einen anderen die abendliche Sitzung vor dem Fernseher, für einen dritten das Leberkäsbrötchen nach der vollbrachten Arbeit. In heuristischer Absicht kann erfragt werden, welche sinnlichen Bedürfnisbefriedigungen in der Freizeit bei einem Klienten gute Gefühle erzeugen. Dominieren kulinarische Vergnügen? Welche sinnlichen Erlebnisformen werden auf welche Art befriedigt? Die eine trinkt aus Gewohnheit täglich massenweise Kaffee, der andere leistet sich von seinem Ersparten eine professionelle Espressomaschine und zelebriert seine Kaffeeleidenschaft für sich und auch für seine Gäste mit einer Hingabe, die seinesgleichen sucht. Auf vielerlei Arten sind die sinnlichen Genüsse zu befriedigen, die einem den Zustand des Wohlfühlens bescheren. Jeder kennt diese Form des Glücklichseins, die so unterschiedlich von den Menschen bewertet wird, und wohl letztlich von niemandem gänzlich gemieden werden kann. Alle Theorien des guten Lebens nehmen jedenfalls Stellung zu den diversen Formen des sinnlichen Wohlfühlens.

Neben diesen leiblichen Hochgefühlen können wir zum anderen solche anführen, die als Vergnügen an bestimmten *Tätigkeiten* entstehen. Der jeweilige Grad an bewusster Wahrnehmung und Deutung spielt für diese Form des Wohlfühlens auf dem Rücken von Tätigkeiten meist eine entscheidende Rolle. Ein spielendes Kind erlebt eine andere Art von Freude als eine Pianistin, die im Spielen sich zugleich auch an ihrer erworbenen Virtuosität erfreuen kann. Innerhalb der Freude aufgrund von Tätigkeiten können zwei Gruppen beispielhaft angeführt werden. Zum einen ein seelisches Wohlfühlen aufgrund von Tätigkeiten, die sozialen Rollen folgen: Liebe, Freundschaft, Eltern-Kind-Beziehung, Macht usw. Das Wahrgenommenwerden und das Tätigsein als Geliebter, als Freund oder als Eltern bewirkt eine Form von Wohlfühlen, die aufgrund des jeweiligen Selbstverständnisses einen

starken geistigen Anteil besitzt, der beim sinnlichen Wohlfühlen nicht unbedingt erforderlich ist, diesen allerdings verstärken kann. Das Kuscheln mit der Geliebten ist anders als mit dem Kind, das Wiedersehen der Geliebten fühlt sich anders an als das des Freundes usw. Aufgrund seiner wohltuenden Wirkungen genießen soziale Bindungen, v.a. die Freundschaft, in allen Lebenskunstschulen eine hohe Wertschätzung im Hinblick auf das Lebensglück. Zum anderen können wir ein hermeneutisches Wohlfühlen anführen, das im Wesentlichen aufgrund von Deutungs- und Erkenntnisaktivitäten erzeugt wird. Eine schöne Illusion über sich – pathologisch die manische Deutung oder der religiöse Wahn – kann einem den Augenblick versüßen, ebenso wie eine negative – pathologisch die paranoide Deutung – sie vergiften kann. Diese Form des Wohlfühlens ist weitestgehend unabhängig von dem, was man als reale Wirklichkeit bezeichnen kann – die pathologischen Extreme sind hierfür ein Indiz. Die Einbildungskraft und Phantasie des Menschen erzeugt jenes Wohlfühlen, auf das sich v.a. die Dichter so gut verstehen. Mit Hilfe der Einbildungskraft können zudem alle bislang erwähnten Formen des Wohlfühlens spürbar intensiviert werden. Das soziale und v.a. das hermeneutische Wohlfühlen basiert auf Tätigkeiten: X tut y und empfindet dabei Lust.

Zuletzt können wir in der Perspektive des Wohlfühlens noch das anführen, was als *Lebenszufriedenheit* eines sich selbst bewussten Wesens wahrgenommen werden kann. Gemeint ist das Wohlbehagen, welches sich einstellen kann, wenn es einem gelungen ist, sich in den zentralen Lebensfeldern gut zurechtzufinden. Im Gegensatz zu den beiden ersten Formen ist dieses Wohlfühlen nicht mehr an eine bestimmte Gegenwart gebunden – sei es nun die aktuelle Befriedigung oder Tätigkeit. Es handelt sich hierbei um eine Grundstimmung, die sich einstellen kann, wenn man bspw. eine Familie gegründet hat, die allen Freude bereitet, sich eine schöne Wohnung leisten konnte, über einen Freundeskreis verfügt, in dem man Anerkennung und Wertschätzung erntet, Hobbies pflegt, die einen das Leben versüßen, einen Beruf ausübt, der einem Spaß macht und von schlimmen chronischen Schmerzen weitestgehend verschont ist.

Charakteristisch für alle Arten des Wohlfühlglücks ist, dass das vom Subjekt erzeugbare Empfinden von Lust im Mittelpunkt steht. In den Lebenskunsttheorien findet man in erster Linie Ausführungen zur Bewertung der einzelnen Formen des Wohlfühlens mit dem Bestreben, die wahren Lüste zu bestimmen und darauf aufbauend die besten Wege zum wahren Wohlfühlen bereitzustellen – dies ist gut zu studieren an den diversen Theorien des Hedonismus, die letztlich Ethiken der Gefühle darstellen. Lebensglück ist in dieser Auffassung das befristete positive Lebensgefühl eines bestimmten Menschen zu einer bestimmten Zeit, d.h. in seinen aktuellen Lebensbedingungen. Im Hinblick auf die Dauer

muss festgestellt werden, dass es oft sehr flüchtig, präsentisch anzutreffen ist – v.a. das sinnliche Wohlfühlen existiert nur als Kontrasterfahrung zum Unwohlsein, am besten zu studieren an den diversen sinnlichen Genüssen.

„Die Lust des Essens, des Trinkens, auch die des Bettes ist ein schöner Moment, ein Hochgefühl, eine selige Erfahrung, aber sie hält nicht vor, das gehört zu ihrem Wesen.“

(Schmid 2007: 23)

Geschätzt wird das Wohlfühlglück aufgrund seiner ungeheuren Intensitätserfahrungen, die einem ein Gefühl von dem vermitteln können, was im Begriff der Glückseligkeit angesprochen ist. So lebt man in Spitzenerlebnissen zuweilen wie „ein Gott auf Erden“, an dessen Ende jedoch stets die Kontrasterfahrung steht. Beim Wohlfühlglück spielt die Unterscheidung in kleines und großes Wohlfühlglück eine wichtige Rolle. Das erstere sind die vielen kleinen Annehmlichkeiten des Lebens, die Sonntagsbrötchen oder ein schöner Kinofilm, das große Glück bleibt reserviert für die seltenen Spitzenerlebnisse, die man im Leben erfahren darf: Die erste Begegnung mit der geliebten Frau, mit der man sein gesamtes Leben verbringt, die Geburt des ersten Kindes oder ein überwältigendes Naturerlebnis:

„Noch einmal in solchen Tagen verlockt der See; man spürt die Haut, wenn man jetzt schwimmt, die Wärme des eigenen Blutes, man schwimmt wie ein Glas, man schwimmt über den schattigen Gründen der Kühle, und am Ufer verscherbeln die glänzenden Wellen; draußen schwebt ein Segel vor silbernen Gewölken, ein Falter auf versponnendem Blinken, Tücher voll flimmender Milde der Sonne über verlorenen Ufern aus Hauch. Für Augenblicke ist es, als stünde die Zeit, in Seligkeit benommen; Gott schaut sich selber zu, und alle Welt hält ihren Atem an, bevor sie in Asche der Dämmerung fällt ... „

(Max Frisch, bei Rosbacher/Tanzer 2002: 19)

Da beim Wohlfühlglück alles auf das Empfinden von Lust ankommt, kann man im Hinblick auf die Extension von einem Gütermonismus sprechen – alle erwähnten Formen des Wohlfühlens sind letztlich bestenfalls unterscheidbare Ausdrucksformen.

Charakterglück

Bereits die antiken Lebenskunstphilosophen schrieben dem Lebensglück v.a. Dauerhaftigkeit zu, das Wohlfühlglück konnten sie damit nur in der Form der Lebenszufriedenheit gemeint haben. Ihnen ging es im Gegensatz zum Wohlfühlglück in der Perspektive der Lust und des Schmerzes um ein Glück, das sich einstellt bei der Verwirklichung eines bestimmten Selbst –

wir würden heute eher von einer Persönlichkeit sprechen. Im Mittelpunkt dieser Selbstverwirklichung stehen die *Haltungen einer Person zum Leben überhaupt*, als dessen Begleitmusik sich ein Glücklichein einstellt, das man mit Wilhelm Schmid ein „Glück der Fülle“ (vgl. Schmid 2007: 28-38) nennen kann. Herstellbar soll dieses Glück insofern sein, als es um die Ausarbeitung und Formation eines „glücklichen Charakters“ geht – daher auch der Appell von Emile-Auguste Chartier (Alain): „Vor allem scheint mir klar, dass man unmöglich glücklich sein kann, wenn man es nicht sein will; man muss sein Glück wollen und es machen“ (Alain 1982: 223). Bei diesem Machen geht es um die Ausbildung einer oder mehrerer Haltungen und Einstellungen zu zentralen Aspekten des Lebens, vorrangig zu Themen und Ereignissen, denen man letztlich nicht ausweichen kann – z.B. die Grundangst vor Krankheit und Leiden, Sterben und Tod und was danach vielleicht kommen könnte. Analog zur Alltagsweisheit „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur ungeeignete Kleidung“, besteht jenes Glück der Fülle darin, die richtigen Haltungen zum Leben zu bilden. Dies setzt voraus, dass man erkannt hat, was das Eigentümliche des Lebens durch all seine Phänomene und Unwägbarkeiten ausmacht, etwa die prinzipielle Unbeständigkeit anhand der Erfahrung, dass jeder Lust eine Phase von Unlust folgt, zu der es eine Haltung zu gewinnen gilt.

„Gelassene Distanz zu sich und den Dingen der Welt ist die erste Glücklichsbedingung. Denn um das Innerste des Menschen, um sein Herz ist es so bestellt, wie er gewillt und gesinnt ist, wie er sich

1. zu sich selbst
2. zu den Dingen und Lebensgütern, und
3. zur Welt insgesamt stellt – wie er also eingestellt ist.“

(Bien 1998: 37)

Charakteristisch für das Charakterglück – auch Erfüllungsglück genannt – ist die Arbeit an einer Auffassung vom Leben und seinen zentralen Bestandteilen, zu denen es die jeweils richtigen Haltungen – auch Tugenden genannt - auszubilden gilt. So entsteht ein Selbst bzw. eine Persönlichkeit, die im könnenden Umgang mit sich selbst und den jeweils bestehenden Situationsfaktoren der Lebenswelt eine so gute Lebensführungskunst praktizieren kann, dass sich ein relativ dauerhaftes Glücksgefühl einstellt – man kann deshalb auch von Tugendethiken oder Ethiken des Könnens sprechen. Je nach der zugrunde liegenden Weltanschauung wird bei dieser Selbstgestaltungsaufgabe entweder ein wesenhaftes Selbst „Werde, der Du bist!“ (Perfektionsmodell) oder ein optionales Selbst „Wie man wird, was man ist!“ (Präferenzmodell) als Lebensaufgabe antizipiert. Als Metapher für das

Perfektionsmodell kann der Schauspieler im Theater angeführt werden, dessen Aufgabe darin besteht, die ihm zugeteilte Rolle möglichst exzellent darzustellen.

„Nimm das Leben wie ein Schauspiel

Merke: du hast eine Rolle zu spielen in einem Schauspiel, das der Direktor bestimmt. Du musst sie spielen, ob das Stück lang oder kurz ist. Gibt er dir die Rolle eines Bettlers, so musst du diese dem Charakter der Rolle entsprechend durchführen; ebenso, wenn du einen Krüppel, einen Herrscher oder einen Philister spielen sollst. Deine Aufgabe ist einzig und allein, die zugeteilte Rolle gut durchzuführen; die Rolle auszuwählen, steht nicht bei dir.“

(Epiktet, 17, bei Kraus 1996: 29)

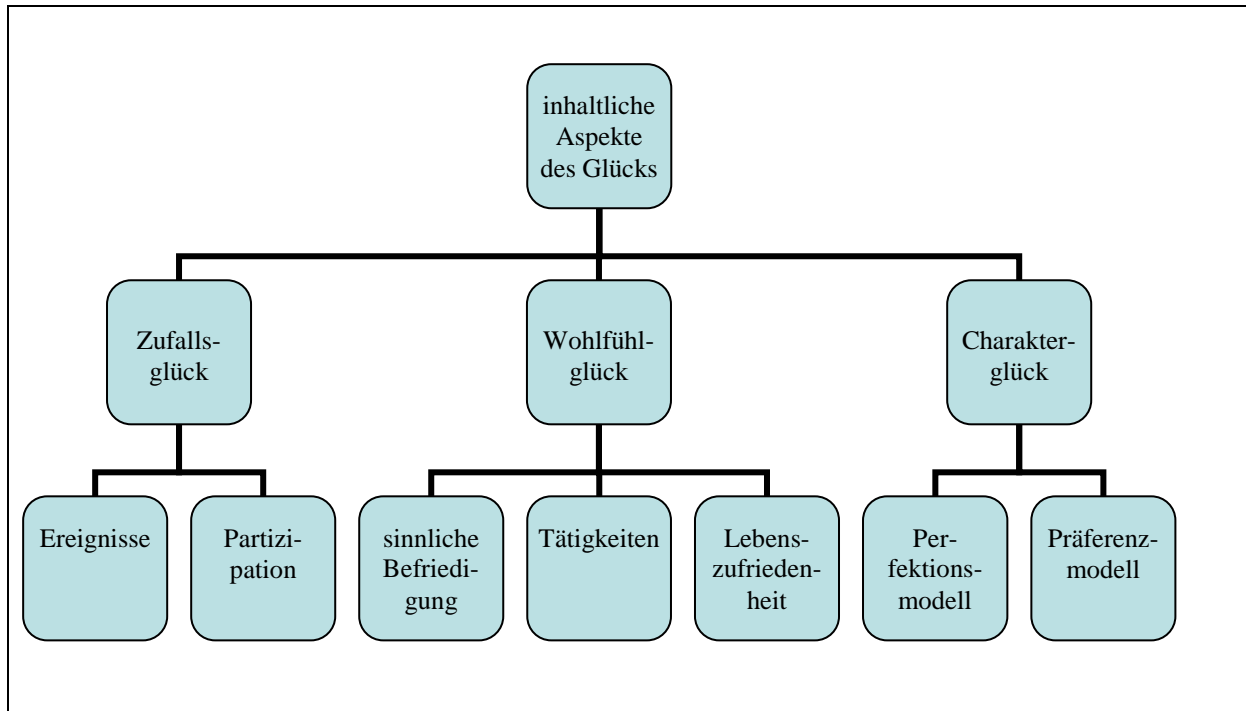
Hingegen steht für das Präferenzmodell die Tätigkeit der Künstler, die aus vorhandenem Material Formen kreieren, die erfreuen.

„Es ist Mythologie zu glauben, dass wir unser eigentliches Selbst finden werden, nachdem wir dies und jenes gelassen oder vergessen haben. So dröseln wir uns auf bis ins Unendliche zurück: sondern uns selber machen, aus allen Elementen eine Form gestalten – ist die Aufgabe! Immer die eines Bildhauers! Eines produktiven Menschen! Nicht durch Erkenntniß, sondern durch Übung und ein Vorbild werden wir selber! Die Erkenntniß hat bestenfalls den Werth eines Mittels.“

(Nietzsche, KSA 9: 7 [213])

Dem Lebenskünstler in diesem Verständnis ist das Leben das Material, dem es eine individuelle Gestalt zu verleihen gilt. Dem Leben eine eigene Form zu geben anstatt sich ausschließlich mit der von der Natur mitgegebenen und von kulturellen Einflüssen geprägte Lebensform zufrieden zu geben, ist hier das Leitbild.

Alles in allem gilt beim Charakterglück derjenige als unglücklich, der entweder sein wahres Selbst oder ein selbst geschaffenes individuelles Selbst in seinen Lebensumständen verfehlt. In heuristischer Weise kann diese Glücksperspektive einen Erkenntnisprozess auf Seiten der Klientinnen anstoßen, bei dem die Selbstkenntnis verbessert und in Bezug auf die jeweiligen Lebensthemen sowie die Lebenswelt problematisiert wird mit dem Ziel, ein höheres Maß an Übereinstimmung oder Lebbarkeit in den jeweiligen Bezügen zu erreichen – der Begriff der Kohärenz scheint hierfür eine geeignete Diskussionsgrundlage zu bieten.



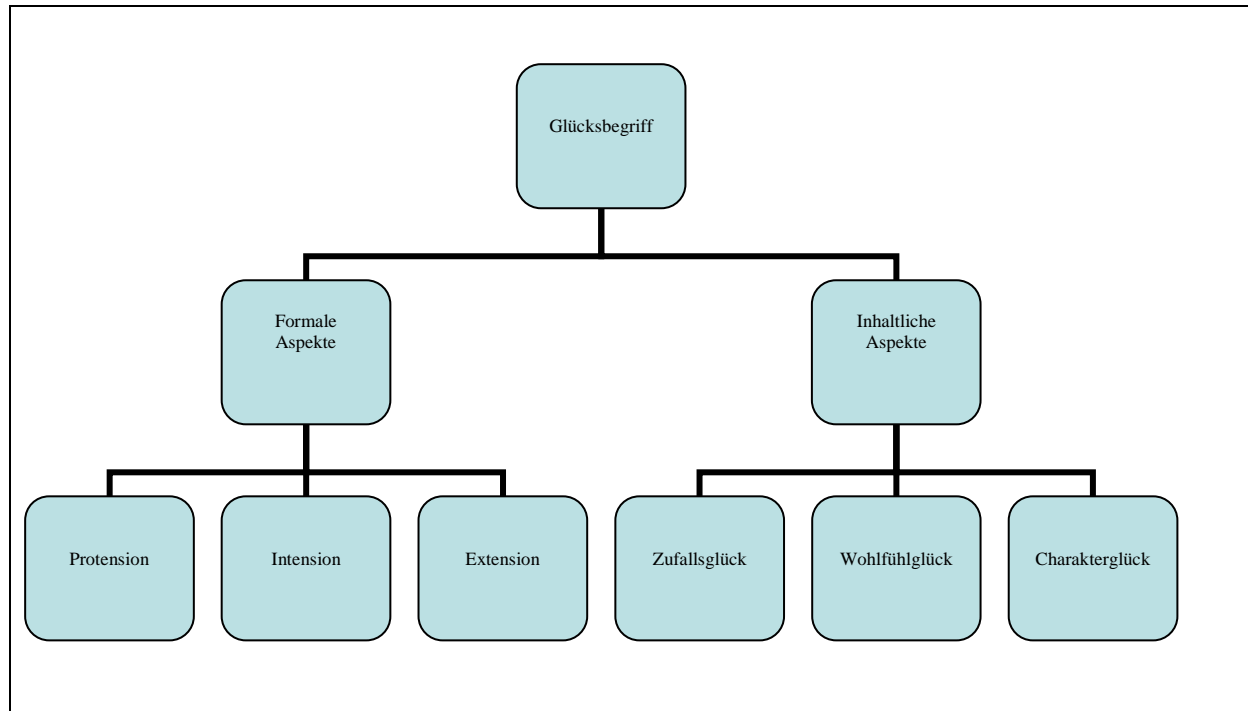
Resümee

Da bis heute keine allgemein anerkannte Glückstheorie in Sicht ist, ist es in orientierender Absicht wertvoll, einen differenzierten Glücksbegriff zu besitzen, mit dem es möglich ist, die jeweiligen Vorstellungen über das Wohlergehen zu sortieren und in Bezug auf Referenztheorien zu bewerten.

„Mein Glück – das kann nur meine Schöpfung sein, die niemand mir abnehmen kann. Glücklichein ist eine Kunst, wie man seit je weiß. Um ein Künstler zu werden, braucht man Begabung, Fleiß und Vorbilder. Um ein Glücklicher zu werden, braucht man dasselbe. Wer ein Glücks-Rezept verlangt, ähnelt einem Mann, der ein Dicht-Rezept verlangt. Begabung und Bemühung muss jeder von sich aus beibringen. Doch kann er deshalb noch nicht auf die Vorbilder verzichten.“

(Marcuse 1972: 23)

Bei der Suche nach Bedingungen und Möglichkeiten eines besseren Lebens für die Adressaten der Klinischen Sozialarbeit können wir mit Hilfe des dargelegten Glücksbegriffs differenzierte Anamnesen und eine Suche nach Lösungen unterstützen.



3.4.3 Tugend

Aus den Erörterungen zum Charakterglück wird ersichtlich, dass ein besonderes Gut in der strebensethischen Philosophiegeschichte die Tugend bzw. deren Besitz darstellt. Hierbei werden innerhalb der Zielgruppe der Haltungen und Könnensformen bestimmte als ein Gut geschätzt. Eine Tugend ist zunächst einmal eine gute Haltung. Sie besitzt ein spezifisches Vermögen, weshalb sie diese Wertschätzung erfährt. So wie wir nur dann von einem guten Messer sprechen, wenn es tauglich ist zum Schneiden, so sprechen wir im strebensethischen Sinne nur dann von einer guten Haltung, wenn diese gut ist für unser Glücklichein. Seit Aristoteles bezeichnet man die Tugend gemeinhin als eine erworbene Fähigkeit, das Gute zu tun. Da die Kultivierung von Haltungen eine Art und Weise zu sein ist, stehen die Tugenden prototypisch für unser Sosein. Sie sind daher auch das Ideal der Selbsterziehung zu einer vortrefflichen Persönlichkeit in der Form des Weisen, der stets das Gute trifft in seinem Wollen und Handeln.

„Denken über die Tugenden ist Bewusstmachen der Entfernung von ihnen. Denken über ihre Vorzüge ist Denken über unsere Unzulänglichkeit oder unsere Erbärmlichkeit.“

(Comte-Sponville 1996: 18)

Diesen idealen Aspekt gilt es stets mit zu bedenken. Ethische Tugenden sind entweder lobens- und wünschenswert im Hinblick auf das eigene Wohl oder in Anbetracht des Wohls der anderen (Moral). Für sie typisch ist eine gewisse Art von Allgemeinheit in der Weise, dass wir i.d.R. nur dann von einer ethischen Tugend sprechen, wenn diese als zuträglich für Personen eingeschätzt wird, unabhängig davon, welche speziellen Ziele diese verfolgt. So gilt bspw. in den einzelnen Theorien der Lebenskunst die Mäßigung und Gelassenheit als eine notwendige Tugend, um glücklich zu sein, egal welche speziellen Ziele diese Person verfolgen mag. Wir kennen heute für mehrere Bereiche der Lebensführung die Verwendung des Tugendbegriffs. So gibt es neben bürgerlichen Tugenden eine große Anzahl von berufsspezifischen Tugenden (der gute Arzt, der gute Lehrer, die gute Sozialpädagogin usw.). Manchmal wird auch nach einem guten Ehepartner oder nach einer guten Mutter gefragt. Stets steht dabei im Hintergrund die Frage nach den jeweils guten Haltungen, die eigentlich Tugenden sind.

Wenn es in der Klinischen Sozialarbeit darum gehen soll, an den Stärken der Adressaten anzuknüpfen, hat der Tugendbegriff eine wichtige heuristische Funktion. Wenn es bspw. darum geht, einem Klienten auf dem Weg zu einer sinnvollen Freizeitbeschäftigung zu helfen, kann es nützlich sein zu wissen, welche „Freizeittugenden“ hierfür erforderlich sind. Mit diesem Wissen kann in Erfahrung gebracht werden, über welche der Klient bereits – zumindest ansatzweise – verfügt; von dort aus könnte dann die Art und Weise der Unterstützung beginnen.

3.4.4 Zentrale und periphere Güter

Diese Klassifikation ergänzt die erste insofern, als sie die Nähe und Relevanz für die Erlangung des oder der Selbstwerte beschreibt. Zentrale Güter sind notwendig für die Verwirklichung des angenommenen Selbstwerts. Die Gesundheit kann bspw. als notwendig für die Erreichung eines Lustgefühls betrachtet werden. Ebenso kann die Klugheit als notwendiger Faktor für die persönliche Freiheit angesehen werden, insofern sie einer Person bewusst macht, wo sie über Handlungsmöglichkeiten verfügt. Peripherer bis hin zu irrelevant können z.B. Luxusgüter eingestuft werden.

„Geld allein macht nicht glücklich.“

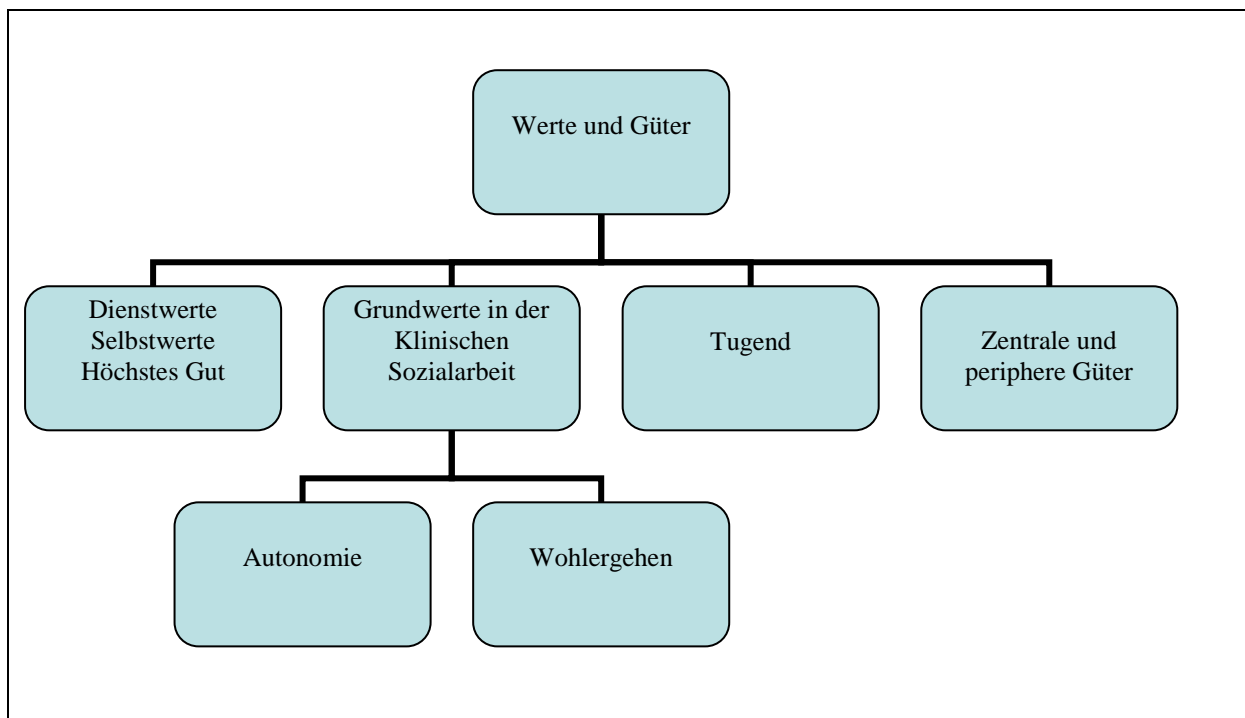
(Sprichwort)

In jüngerer Zeit hat sich eine so genannte empirische Glücksforschung u.a. zur Aufgabe gemacht zu klären, welche Relevanz einzelne Güter für das erstrebte Glück haben. So ergab bspw. eine britische Studie, dass Lottomillionäre bereits ein halbes Jahr nach dem Gewinn wieder ihren vorherigen Gefühlszustand erreicht hatten und damit entweder so glücklich oder so unglücklich wie eh und je waren. Auch alle Untersuchungen, die bisher zu diesem Thema durchgeführt wurden, zeigen, dass Reichtum zwar Zufriedenheit bringen kann, der Effekt jedoch minimal ist. So fand der Psychologe Ed Diener in Interviews mit den 50 reichsten Amerikanern, die mehr als 100 Millionen Dollar besitzen, heraus, dass deren Lebenszufriedenheit nur wenig über dem Durchschnitt lag (vgl. Klein 2003: 233).

Resümee

Die begrifflichen Differenzierungen im Hinblick auf Güter und Werte eröffnen einen heuristischen Horizont, auf den in einer Beratung zurückgegriffen werden kann.

Überblick



In der Klinischen Sozialarbeit sind für die jeweilige Lösungssuche die beiden Grundwerte Autonomie und Wohlergehen die leitenden Fixsterne. Von dort aus können alle Einzelziele ihren tieferen Sinn erhalten. Zudem wird hierdurch die allgemeine Zielorientierung in der Lebensgestaltung weiter gestärkt.

3.5 Regeln, Maximen und Normen

Wenn wir wissen wollen, warum eine Person X will, dass der Sachverhalt p der Fall sei, dann können hierfür so genannte Güter und Werte zur Rechtfertigung benannt werden. In der Ethikgeschichte stehen hierfür die verschiedenen Güter- und Tugendethiken. Neben dieser Art und Weise der Erklärung und Rechtfertigung für ein Wollen gibt es als weitere Form die so genannten Regelethiken. *Unter einer Regel verstehen wir im Allgemeinen eine Richtlinie, die als Grund für die Rechtfertigung einer Handlung dient.* Ich halte an einer roten Ampel, weil dies den hiesigen Verkehrsregeln entspricht. Wenn wir unser Wollen und Handeln prüfen, kann dies anhand von Regeln geschehen. Regeln sind Kriterien zur Beurteilung von Wollensakten, und je nachdem, ob das aktuelle Wollen regelgemäß oder –widrig ist, werden wir es verwerfen oder weiter verfolgen. „Eine Regel ist eine universelle Anweisung (Gebot, Erlaubnis oder Verbot), in allen oder bestimmten Umständen ein bestimmtes Verhalten einzunehmen, die zur Rechtfertigung dafür angeführt werden kann, dass das Verhalten eingenommen oder (wenn die Anweisung ein Verbot ist) nicht eingenommen wurde“ (Steinvorth 1973: 1212). Sie muss folglich einen gewissen Grad an Allgemeinheit besitzen. Regeln besitzen implizit stets eine spezifische Wenn-dann-Struktur. Im „Wenn“ werden die Umstände bestimmt, in denen durch das „Dann“ die Verhaltensweise festgelegt wird. Immer dann, wenn die Ampel rotes Licht anzeigt, musst Du stehen bleiben! Die Bestimmung der Regeln erfordert Urteilskraft. In einer oft zitierten Definition differenziert Kant zwischen zwei Formen der Urteilskraft: „Sie ist das Vermögen, das Besondere unter das Allgemeine (eine Regel, ein Gesetz) zu subsumieren. Ist das Allgemeine durch den Verstand schon gegeben, so ist die Urteilskraft >bestimmend<, muss es erst gefunden werden, so ist sie >reflektierend<“ (Eisler 1989: 563). Wenn die Regel gegeben ist, müssen wir eine konkrete Handlungssituation dem in der Regel benannten Umstand zuordnen können und darüber hinaus das hierfür erforderliche Verhalten in der besonderen Situation erkennen. Diese Leistung entspricht prototypisch dem, was wir in der Jurisprudenz antreffen. Wenn wir uns aber in einer besonderen Situation befinden, für die wir keine Regel kennen, ist für die Suche nach einer „vorläufigen“ Regel unsere reflektierende Urteilskraft verantwortlich. Wir rechtfertigen eine Handlungsweise dann mit einer vorläufigen Regel, die wir auf den Versuch hin anwenden. Zudem besteht bei einer Regel ein Bezug zu Werten und Gütern, da in jeder Regel implizit eine Aussage darüber enthalten ist, was wir als ertrebenswert betrachten. So bezieht sich die Regel „Wenn Sie Zahnschmerzen haben, dann gehen Sie umgehend zum Zahnarzt!“ auf den

Wert der Gesundheit. Hinsichtlich der Regeln haben sich zwei begriffliche Differenzierungen eingebürgert. Wir können Maximen von Normen unterscheiden.

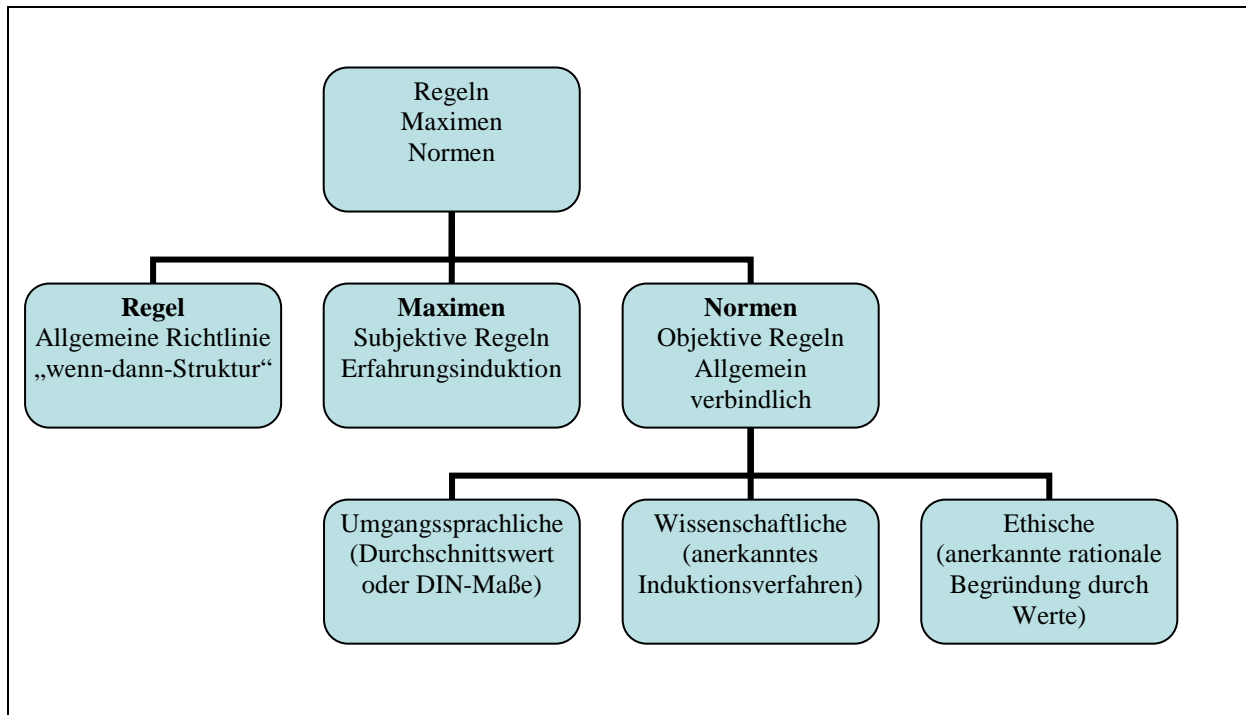
Maximen

Maximen repräsentieren nach Kant den Teil von Regeln, die eine Handlung aufgrund eines *subjektiven Grundsatzes* bestimmen. Diese werden mittels Induktion aus der eigenen Erfahrung gewonnen, daher kann man diese auch als Lebensregeln bezeichnen (vgl. Krämer 1992: 178 ff). Hierbei werden Erfahrungswerte zunächst regressiv zu einem allgemeinen Satz erweitert, der danach an weiteren Erfahrungen progressiv der Kontrolle ausgesetzt wird. Falls er sich nicht bewährt, wird die Maxime entweder eliminiert oder mit eingeschränkter Geltung in eine Rangordnung vergleichender Aussagen eingefügt („mehr so als so“). Maximen entstehen demzufolge, indem wir unsere Grund- und Primärerfahrungen in der Reflexion verarbeiten, verallgemeinern, erweitern und daraus in Form von Maximen Konsequenzen ziehen. Maximen stärken die Zielorientierung im Leben. Mit ihnen kann eine bestimmte Zielverfolgung verstehbar gemacht werden. Sie sind deswegen eine geeignete Perspektive für eine konkrete Lösungssuche in einem Lebensfeld. Wenn sich eine Klientin nach zehn polizeilichen Psychiatrieeinweisungen zur Maxime macht „Nie wieder mit der Polizei in die Klinik!“, dann steht ein Blickwinkel zur Verfügung, von dem aus einzelne Lösungswege – z.B. Aufbau eines Krisenfrühwarnsystems im Rahmen eines Betreuten Wohnens – gesucht und erprobt werden können. Zudem können vorhandene Maximen mit denjenigen von ethischen Theorien problematisierend verglichen werden.

Normen

Normen repräsentieren hingegen den Teil von Regeln, die eine Handlung aufgrund eines *objektiven Grundsatzes* bestimmen. Eine Regel ist also immer dann eine Norm, wenn sie als für alle Mitglieder einer Gruppe als verbindlich anerkannt ist. *Umgangssprachlich* kennen wir zwei Verwendungsweisen. Wenn wir bspw. die Zimmerordnung eines Klienten im Betreuten Wohnen für Menschen mit psychischen Krankheiten als normal einschätzen, kommen wir zu dieser Einschätzung aufgrund eines Durchschnittswerts. Die Norm für diese Einschätzung basiert aufgrund eines Vergleiches, entweder mit der Normalbevölkerung oder mit der Gruppe des bewerteten Klientels. Der Inhalt der Norm kommt aufgrund der durchschnittlich anzutreffenden Zimmerordnung zustande – er ist in diesem Sinne immer ein

Durchschnittsbegriff. Davon zu unterscheiden wären so genannte technisch-pragmatische Normen (vgl. Pieper 1973: 1009 f). Regeln werden hier durch Festsetzung fixiert und dienen in der Folge als Muster und Schablone. Prototypisch hierfür sind alle DIN-Maße. Es können aber auch Regeln für korrektes Verhalten und Benehmen genormt werden. Die oben angeführten Verkehrsregeln sind Normen in diesem Sinne. In sozialpädagogischen Heimen treffen wir derartige Normen i.d.R. in Form von Hausordnungen an, in denen nicht nur das Ordnungsverhalten genormt wird. Ein Merkmal dieser technisch-pragmatischen Normierung ist ihr hoher Anteil an Willkür bzgl. des gewählten Maßstabes zur Klassifizierung von Objekten oder Handlungsweisen. Im *wissenschaftlichen* Sprachgebrauch wird dieser willkürliche Anteil entsprechend reduziert, bspw. in der Physik mittels der Interpretation empirisch beobachtbarer regelmäßiger Abläufe – also mit Hilfe eines wissenschaftlich anerkannten Induktionsverfahrens. Im Unterschied zur Bildung einer Maxime wird hier mit allgemein anerkannten Methoden eine Regel bestimmt. Im *ethischen* Sprachgebrauch können wir dann von Normen sprechen, wenn diese mit Hilfe von allgemein anerkannten Gründen rechtfertigbar sind. Ethische Normen sind Leitlinien eines ganz bestimmten Handelns, nämlich des Handelns, das gut ist, weil es bestimmte Werte bejaht. Normen, die ein Handeln vorschreiben, schützen also Werte, schreiben die Respektierung von allgemein anerkannten Werten vor. Alle sollensethischen Regeln beanspruchen demzufolge, Normen zu sein. Die antike Strebensethik war noch normativ ausgerichtet, erst in der Moderne verschwindet diese Form des Regelverständnisses. Es wäre jedoch eine interessante heuristische Aufgabe herauszufinden, wo überall und mit welcher Begründung - sowohl bei den Adressaten als auch bei den Fachkräften der Sozialen Arbeit - in strebensethischen Kontexten ein normatives Regelverständnis anzutreffen ist.



Wir wissen nun, dass ein bestimmter Wollensakt entweder direkt mit Hilfe von Werten und Gütern oder aufgrund von Regeln rechtfertigbar ist. Wie lassen sich aber ethische Regeln rechtfertigen? Diese Frage trifft auch für die Maximen zu, da hier letztlich auf einen Bewährungsgesichtspunkt Bezug genommen wird, und sich die Frage aufdrängt, in welcher Hinsicht die Bewährung beurteilt wird. Denn was unter einer Bewährung an sich begriffen werden kann, erschließt sich keinem vernünftigen Menschen. Etwas bewährt sich nur im Hinblick auf etwas.

3.6 Prinzipien

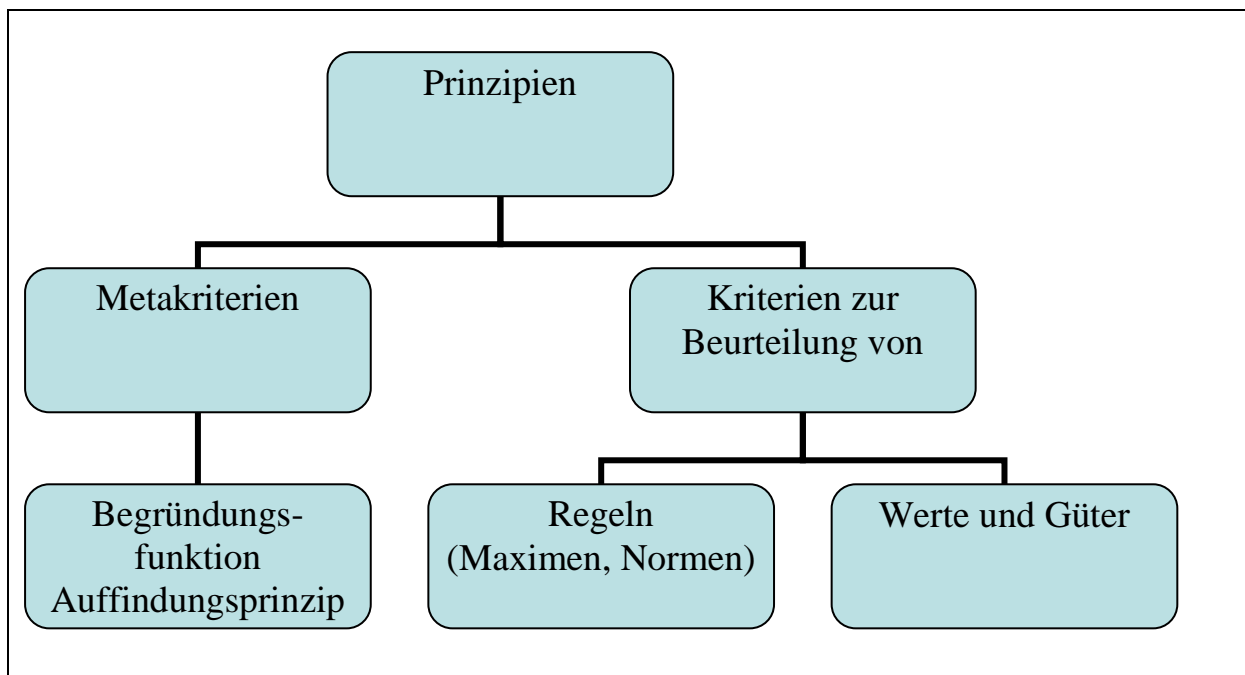
Bei der Suche nach dem, was sowohl Regeln als auch Werte rechtfertigen kann, müssen wir auf Prinzipien zurückgreifen. Ethische Prinzipien sind Metakriterien zur Beurteilung von Regeln und Werten, die allgemein angeben, welche Bedingung eine Regel und ein Wert erfüllen muss, um als gut gelten zu können.

„Wir werden also unterscheiden müssen zwischen Prinzip und Regeln, wobei wir jetzt unter Prinzip immer den für das ganze Moralkonzept einheitlichen Gesichtspunkt ansehen können, wie es z.B. bei Kant der kategorische Imperativ ist. Nun ist zu beachten, dass es durchaus denkbar ist, dass unter dem Prinzip nicht Regeln oder nicht nur Regeln stehen, sondern Tugenden.“

(Tugendhat 1993: 229)

Ein oder mehrere ethische Prinzipien repräsentieren den Kern einer ethischen Theorie und antworten auf die Frage, was das Wesen jedes ethischen Handelns ausmacht. Als leitende Grundsätze können wir von Auffindungsprinzipien sprechen, die über die Qualifizierung von Regeln und Werten letztlich eine Seins- und Handlungsweise als gut ausweisen können. Die Ethikgeschichte hat eine Reihe von derartigen Prinzipien hervorgebracht. Neben dem angesprochenen kategorischen Imperativ in der Sollensethik wäre noch das utilitaristische Prinzip und die goldene Regel „Was Du nicht willst, das man Dir tut, das füge auch keinem anderen zu!“ anzuführen. Bekannte strebensethische Prinzipien sind das auf Aristoteles zurückgeführte meson-Prinzip, das dazu auffordert, stets die Mitte zwischen dem Zuviel und dem Zuwenig einzuhalten. Von der Stoa kennen wir das Kohärenz- oder Harmonieprinzip, das sich auf die Übereinstimmung von Wollen und Können bezieht. Nietzsche und später Schmid favorisieren als existenziellen Imperativ den der Lebensbejahung. Man solle sich nach diesem Prinzip nur solche Regeln und Werte zueigen machen, die vereinbar sind mit einer Lebensbejahung. Krämer wiederum bestimmt und begründet als Prinzip der Strebensethik die Beachtung minimaler Grenzwerte bei der Lebensführung.

Überblick



Eine Lösungssuche könnte zum einen darin bestehen, zunächst das vom Ratsuchenden bejahenswerte Lebensprinzip zu formulieren und dann von dort aus den Prozess der Lebensveränderung anzugehen oder eine überschaubare Anzahl von ethischen Prinzipien mit

dem Ratsuchenden zu diskutieren, um schließlich eines auf den Versuch hin im eigenen Leben zu erproben.

3.7 Resümee

Für die präskriptive Leistung der Hinführung zu einer Zielorientierung im Leben besitzen wir nun eine Reihe von begrifflichen Differenzierungen, auf die in einem personenzentrierten Beratungsgespräch zurückgegriffen werden kann. Einerseits handelt es sich dabei um allgemeine metatheoretische Begriffsbestimmungen, andererseits dienen diese auch als Anknüpfungspunkte, um die Einsichten einzelner ethischer Referenztheorien zu vermitteln. Es ist daher sinnvoll, typologisierte ethische Theorien auf die entwickelten Grundbegriffe abzustimmen. Im Mittelpunkt steht hierbei die Vermittlung der jeweiligen Glückstheorie anhand von Glücksprinzipien sowie von allgemeinen und speziellen Werten, Gütern und Lebensregeln. Wie dies aussehen könnte, soll im Anschluss an der ethischen Theorie der Epikureer exemplarisch vorgestellt werden.

4. Typologie der epikureischen Strebensethik

„Epikuräer sind Leute, welche einen unbändigen Enthusiasmus fürs Glück haben – und außerdem noch sehr auf der Hut sind gegen alle Gefahren, die ihnen drohen.“

(Marcuse 1972: 12)

In der Beratungsphase der Heuristik geht es im Wesentlichen um die Suche nach Lösungen für die aktuelle Problemlage, die in der Phase der Aporetik möglichst präzise bestimmt worden ist. In einer philosophisch-ethischen Beratung kann dies mit einer typologisierten Ethiktheorie geleistet werden. Im Folgenden wird deshalb exemplarisch die strebensethische Theorie der Epikureer in Form einer Typologie vorgestellt, die es dem wollenden Subjekt ermöglicht, seine bisherige Lebensform sowohl zu reflektieren als auch auf den Versuch hin soweit zu modifizieren, dass ein neues (besseres) Leben entstehen kann. Wie aber ist eine solche Typologie zu konzipieren? Sie muss gewiss den Ansprüchen einer professionellen Tätigkeit in der Klinischen Sozialarbeit entsprechen, zudem ist sie soweit zu vereinfachen, dass sie in einer Beratungs- und Begleitungssituation vermittelt werden kann. Im Kontext des favorisierten integrativen Ethikverständnisses dient hierfür zum einen als zentraler Bezugspunkt für die Darstellung der epikureischen Glückstheorie die Frage nach der zu

wählenden Lebensform. Zum anderen werden neben dem allgemeinen strebensethischen Entwurf¹⁹ in erster Linie spezielle Lebensregeln dargestellt, die sich auf die Themenfelder (vgl. Kap. III, Abschnitt 2) beziehen, die im Rahmen eines Hilfeplanes in der Klinischen Sozialarbeit eine Rolle spielen. So ergibt sich folgendes *hermeneutisches Raster für die Typologie* der epikureischen Glückstheorie: In einem *ersten* Schritt wird die epikureische Lebensform allgemein vorgestellt. Neben einer formalen Einordnung (Protension, Intension, Extension) wird hier auch eine inhaltliche Darstellung (Wohlfühl- oder Charaktertheorie inklusive Grundprinzipien, -güter und -übel) erfolgen. Den allgemeinen Teil abschließen werden typische Einwände und Gefahren der epikureischen Lebensform. In einem *zweiten* Schritt werden als spezielle Strebensethik v.a. aphoristische und essayistische Empfehlungen und Warnungen, sofern vorhanden, in Bezug auf die in der Klinischen Sozialarbeit relevanten Themenfelder vorgestellt. Dieser Teil ist weitestgehend frei von Kommentaren und nach dem Modell eines Aphorismenbuchs konzipiert. Vorbilder für diese Darstellung sind Epikurs Lehrsätze, Epiktets Handbüchlein, Marc Aurels Selbstbetrachtungen oder Schopenhauers Aphorismenbücher und die französischen Moralisten. Die Lebensweisheiten werden in lockerer Gedankenverbindung ausgeschüttet und dienen als heuristisches Gesprächsangebot sowohl für Fachkräfte als auch für Betroffene. Beiden soll eine zusätzliche Gelegenheit gegeben werden, sich eine eigene Meinung darüber zu bilden, wie sie mit den jeweiligen Anforderungen des Lebens umgehen wollen. Die Wahl für diese Darstellungsform ergab sich zum einen aus der Tradition der Epikureer selbst und zum anderen aus den Reflexionen über die Wirksamkeit von Beratung. Um das Problem des Nichtverstehens zu minimieren, wurde hier der Schwerpunkt auf Aphorismen gelegt, die wegen ihrer narrativen Form schneller und leichter verstanden werden können als analytische Ausführungen.

Insgesamt beabsichtigt die dargelegte Referenztheorie ein Grundtyp eines individuellen Selbstverwirklichungsentwurfs im Kontext der Glücks- und Sinnfrage zu sein, der als Diskussionsstoff in einer personenzentrierten sozialpsychiatrischen Beratungs- und Betreuungsarbeit herangezogen werden kann.

„Mein Glück – das kann nur meine Schöpfung sein, die niemand mir abnehmen kann. Glücklichsein ist eine Kunst, wie man seit je weiß. Um ein Künstler zu werden, braucht man Begabung, Fleiß und Vorbilder. Um ein Glücklicher zu werden, braucht man dasselbe. Wer ein Glücks-Rezept verlangt, ähnelt einem Mann, der ein Dicht-Rezept verlangt. Begabung und Bemühung muss jeder von sich aus beibringen. Doch kann er deshalb noch nicht auf die Vorbilder verzichten.“

¹⁹ Als Deutungsraaster dienen zum einen aus der Integrativen Ethik die Ebene der präskriptiven Ethik sowie die Methodologie der Anwendung und zum anderen die Aspekte, die bei der Begriffsbestimmung des Grundwerts des Wohlergehens im vorherigen Kapitel vorgestellt wurden.

(Marcuse: 1972: 23)

Es geht also nicht darum, auszuweisen, dass dieses Glücksmodell das Nonplusultra darstellt, es soll allein ein Vorbild zur Verfügung gestellt werden, bei dem sich sowohl die Fachkräfte als auch die Betroffenen bei der Suche nach einem besseren Leben „bedienen“ können. Wie bei dem Versuch von Annemarie Pieper geht es lediglich um eine Charakterisierung einer geschichtlichen Theorie, der in Reinform wohl kein empirisch anzutreffender Mensch je entspricht (vgl. Pieper 2007: 27 ff und 37 f). Im wirklichen Leben ist von Mischformen auszugehen. Dennoch ist von einem aufklärenden und orientierenden Nutzen bei der Begleitung der individuellen Suche nach einer neuen Lebensform auszugehen.

4.1 Allgemeine Glückstheorie

Die epikureische Variante des Glücks muss im Schwerpunkt dem philosophischen Hedonismus zugeordnet werden. Auf die ethische Frage, wie zu leben ist, antworten derartige Theorien letztlich stets gleich: Allein auf das Empfinden von Lust kommt es an. Diese These stützt sich auf zwei zentrale Paradigmen (vgl. Forscher 1993: 32):

- 1) Alle Lebewesen führen ihr Leben nach den Kriterien von Lust und Schmerz, auch der Mensch. Es gibt keinen plausiblen Grund, warum er sein Leben nicht nach den Kriterien von Lust und Schmerz führen sollte.

- 2) Die Empfindungen von Lust und Schmerz zeigen dem Lebewesen an, welche Widerfahrnisse, Tätigkeiten und Dinge seiner besonderen Art angemessen bzw. unangemessen sind.

Erinnern wir uns noch einmal an die inhaltliche Gliederung des Wohlergehensbegriffs aus dem vorherigen Kapitel, dann haben wir es beim Hedonismus im Schwerpunkt mit Wohlfühlglückstheorien zu tun. Das Wesen des Glücks besteht in der Verwirklichung des Empfindens von Lust – formal haben wir es hierbei mit einem klassischen Gütermonismus zu tun. Die Lebensform zielt letztlich auf ein Höchstmaß an individuellem Wohlbefinden. Das Lebensmotto aller Hedonisten lautet demgemäß: „*Verwirkliche die größtmögliche Lust!*“ Was darunter inhaltlich zu verstehen ist, also was die wahre Lust ausmacht und welche Einstellungen und Güter diese garantieren, darin unterscheiden sich die einzelnen hedonistischen Entwürfe. Analog zur formalen Unterscheidung beim Glücksbegriff in

positives und negatives Glück kann man hierbei zwei Formen hedonistischer Theorienbildung voneinander unterscheiden: Im so genannten *negativen Hedonismus* wird die höchste Lust als Abwesenheit von körperlichen und seelischen Schmerz bestimmt. Für diese Lebensweise stehen Epikur und seine Nachkommen – die so genannten Epikureer. Im *positiven Hedonismus*, als antiker Prototyp gilt hier Aristipp, ist die Schmerzfreiheit nicht die höchste Lust, es geht vielmehr um das Empfinden von Hochgefühlen jenseits der Leidfreiheit. Im Unterschied zu Tugendethiken betrachtet der Hedonismus in beiden Varianten Tugenden nicht als Selbstzweck, sondern als Mittel zur Erlangung von Lebenslust (vgl. Hossenfelder 1996: 264-271). Die Qualität von Charaktereigenschaften bemisst sich nach dem, welche Folgen diese für das Empfinden von Lust haben. Der Hedonismus kennt somit nur eine Kardinaltugend: *Genussfähigkeit* als das Vermögen, die wahre Lust im Leben meisterhaft genießen zu können.

Der antike Meisterdenker und geistige Vater des negativen Hedonismus ist gewiss *Epikur*²⁰, der 341-270 vor Christus lebte. Leider sind uns heute nur noch wenige Schriften von ihm erhalten, wovon die wichtigste der Brief an Menoikos darstellt, in dem seine Glückslehre sehr komprimiert studiert werden kann. Erhellend sind zudem die Hauptlehrsätze, die v.a. als Lehrmittel für seine Schüler dienten. Die heute noch erhaltenen weiteren Briefe und Fragmente aus dem Werk des Epikur können neben den Kommentaren antiker Gelehrter v.a. dazu verwendet werden, die Lehre des Epikur möglichst richtig einzuschätzen.²¹ Seine Variante des Hedonismus hatte jedenfalls eine ungeheure Wirkung in der Ethikgeschichte und hat zahlreiche Nachfolger generiert, die wir unter dem Begriff Epikureer zusammenfassen können (vgl. Werle 2002). Ein zentrales Charakteristikum seiner Glückslehre ist gewiss die Ansicht von der höchsten Lust als Abwesenheit von Schmerz. Diesem Paradigma folgend fiel die Wahl des zweiten wichtigen Vertreters folgerichtig auf *Arthur Schopenhauer* (1788-1860), einen der besten Kenner der Geschichte der abendländischen philosophischen Strebensethik. Sein Hauptwerk „Die Welt als Wille und Vorstellung“ entwirft ein metaphysisches Weltbild, das ihm den Ruf eines der größten Pessimisten des Abendlandes verlieh.²² Am besten zu studieren ist seine Glückslehre in den „Aphorismen zur Lebensweisheit“, die ihn zu Lebzeiten berühmt machten, sowie im Handbüchlein „Die Kunst, glücklich zu sein“, das von Franco Volpi aus dem Nachlass editiert worden ist und vor den Aphorismen verfasst worden ist. In beiden Werken findet man zahlreiche Maximen, wie man

²⁰ Zur Vertiefung verweise ich auf Hossenfelder 1998 und Geyer 2000.

²¹ Zum Studium der Quellen sei auf Hossenfelder 1996, Krautz 1997 und Werle 2002 verwiesen.

²² Zentrale Passagen aus dem Hauptwerk für die Glückslehre findet man bei Werle 2002: 115-139.

das Leben meistern kann. Als dritten im Bunde der Epikureer habe ich mich schließlich für *Alain* (Emile-August Chartier, 1868-1951) mit seinem Büchlein „Die Pflicht, glücklich zu sein“ entschieden, der mit seinen Propos - Alains spezielle Essayprosa - eine Vielzahl von konkreten und anschaulichen Empfehlungen und Warnungen für die speziellen Lebensfelder in der Klinischen Sozialarbeit bietet.

4.1.1 Formale Aspekte

Der epikureische Hedonismus ist eine Ethik der Genusssteigerung durch Aufhebung des Leidens und mündet in einer asketischen Lebensführung – allerdings nicht um ihrer selbst willen, sondern allein um der Lust willen. Ebenso wie zahlreiche reflektierte Spielarten des Hedonismus bewegte auch Epikur die Frage, welche Lust als am dauerhaftesten gelten könne.

„Wenn das, was die Lustempfindungen der Hemmungslosen hervorruft, die Ängste des Nachdenkens über Himmelserscheinungen, Tod und Schmerzen löste und dazu die Grenze der Begierden (und Schmerzen) lehrte, so wüssten wir nicht mehr, was wir an ihnen tadeln sollten, wenn sie von überall her mit Lustempfindungen erfüllt würden und nirgendwoher Schmerz- oder Leiderregendes empfinden, worin doch das Übel besteht.“
(Epikur, entscheidende Lehrsätze 10, bei Krautz 1997: 69)

Im Gegensatz zu Schopenhauer, der die vollkommene Seligkeit im Nichtsein sieht, propagiert Epikur eine konsequente Diesseitsorientierung bei der Verwirklichung von Glück im Leben.

„Geboren sind wir nur einmal; zweimal ist es nicht möglich, geboren zu werden. Notwendig ist es, die Ewigkeit hindurch nicht mehr zu sein. Du aber bist nicht Herr des morgigen Tages und schiebst dennoch das Erfreuliche auf. Das Leben geht unter Zaudern verloren, und jeder einzelne von uns stirbt in seiner Unrast.“
(Epikur, Weisungen 14, bei Krautz 1997:83)

Nach Epikur kommt alles darauf an, dass der Einzelne, der hier und heute lebt, glücklich, d.h. wahrhaft lustvoll lebt. Er ist nicht da für einen Gott, für einen Staat und auch nicht für eine Aufgabe einer großmächtigen Kultur. Jeder Einzelne ist seiner Ansicht nach nur dazu da, um sein einziges, einmaliges Leben mit Glück zu füllen. Vollkommene Glückseligkeit im Hinblick auf die Dauer ist dem Menschen nach Epikur aufgrund seiner Daseinsbedingungen zwar nicht vergönnt, eine Teilhabe an jenem göttlichen Zustand aber allemal – nämlich in Stunden der Abwesenheit von Unruhe und körperlichen Schmerz. Im Mittelpunkt des negativen Hedonismus steht eine Lusttheorie, die zum einen objektive Geltung beansprucht und somit als Basis für spezielle Grundsätze und Empfehlungen dienen kann, und die zum

anderen im Schwerpunkt eine Lehre von den Gesichtern des Leidens darstellt, die es zu meiden oder zu mindern gilt. Wie kommt es zu dieser Variante des Hedonismus? Zwei Argumentationslinien spielen hierbei meines Erachtens eine zentrale Rolle.

Zunächst kann hierbei auf einen Sachverhalt aufmerksam gemacht werden, den Schopenhauer so anschaulich in folgenden Sätzen illustrierte:

„Wenn der ganze Leib gesund und heil ist, bis auf irgendeine kleine Wunde, oder sonst schmerzende Stelle; so tritt jene Gesundheit des Ganzen weiter nicht ins Bewusstsein, sondern die Aufmerksamkeit ist beständig auf den Schmerz der verletzten Stelle gerichtet und das Behagen der gesamten Lebensempfindung ist aufgehoben. – Ebenso, wenn alle unsere Angelegenheiten nach unserm Sinne gehen, bis auf *eine*, die unserer Absicht zuwiderläuft, so kommt diese, auch wenn sie von geringer Bedeutung ist, uns immer wieder in den Kopf: wir denken häufig an sie und wenig an alle jene andern wichtigeren Dinge, die nach unserem Sinne gehen.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 150)

Die beiden wesentlichen Leidensformen – der körperliche Schmerz wie auch die Unlust des Entbehrens, also das Leiden, welches sich einstellt, wenn man nicht bekommt, was man will – folgen derselben Regel: egal wie gering es auch sein mag, das Leiden dominiert erst einmal das Empfinden eines Individuums. Die betroffene Person fühlt sich schlecht, der Schmerz wird stets unmittelbar empfunden. In diesem Sinne ist der negative Hedonismus als ein präsentischer Hedonismus besonders praktikabel.

„Die Gegenwart allein ist wahr und wirklich: sie ist die real erfüllte Zeit, und ausschließlich in ihr liegt unser Dasein. Daher sollten wir sie stets einer heitern Aufnahme würdigen, folglich jede erträgliche und von unmittelbaren Widrigkeiten, oder Schmerzen, freie Stunde mit Bewusstsein als solche genießen, d.h. sie nicht trüben durch verdrießliche Gesichter über verfehlt Hoffnungen in der Vergangenheit, oder Besorgnisse für die Zukunft.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 166)

Der negative präsentische Hedonismus verfügt, analog zur Medizin, durch die Beseitigung von aktuellem Leiden über ein eindeutiges Ziel. Im Gegensatz zur Steigerung von positiven Hochgefühlen ist dieses Ziel deutlich leichter evaluierbar. Ein bestehender Schmerz bzw. dessen Aufhebung oder Linderung ist ein gut identifizierbares Kriterium.

Eine *zweite* Argumentationslinie für den negativen Hedonismus ergibt sich aufgrund des Anspruchs auf Dauerhaftigkeit. Der positive Genuss in der Form der Befriedigung allen Begehrens hat in dieser Fragestellung mindestens zwei strukturelle Probleme: Ein erstes Problem besteht in der *prinzipiellen Flüchtigkeit* der Lust der Befriedigung. So besteht bspw. die Lust des Essens in der Befriedigung des Hungers, also im Übergang vom Hunger zur

Sättigung. Ist dieser Übergang erreicht, endet die Lust – die Völlerei, also das Weiteressen trotz Sättigung, erzeugt dann, zumindest mittelfristig, einen Schmerz.

„Jeder Genuss besteht bloß in der Aufhebung dieser Hemmung, in der Befreiung davon, ist mithin von kurzer Dauer.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 151)

Epikur beharrte zwar eindringlich bei der Bestimmung des Wesens der Lust auf die Existenz nur einer Art von Lust, der sinnlichen Lust (vgl. Hossenfelder 1996: 190 f), unterschied hierbei jedoch zwei Zustände im Hinblick auf die Dauer, die eben erwähnte nannte er „Lust in Bewegung“, den zweiten Zustand, auf den es für ihn beim Lebensglück wirklich ankam, nannte er „zuständliche Lust“. Unter letzterer verstand er einen Zustand der Ausgeglichenheit und der Seelenruhe - ein furchtloses und begehrens- und begehrens-freies Wohlbefinden (vgl. Hossenfelder 1996: 165 f und Hadot 1999: 139 f). Das zweite Problem bei der Bedürfnisbefriedigung besteht darin, dass sie *keine natürliche Grenze* kennt – jegliches Begehren tendiert zur Unersättlichkeit. Daher auch die Einschätzung Schopenhauers, dass neben dem körperlichen Schmerz das Wollen überhaupt als problematisch einzustufen ist. Sobald nämlich ein Bedürfnis befriedigt ist, reizt uns bereits ein neuer Wunsch.

„So scheint es, als ob ein böser Dämon uns aus dem schmerzlosen Zustande, der das höchste wirkliche Glück ist, stets herauslockte, durch die Gaukelbilder der Wünsche.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 153)

„Je mehr nun aber Einem die Furcht Ruhe lässt, desto mehr beunruhigen ihn die Wünsche, die Begierden und Ansprüche.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 167)

Die Jagd nach maximaler Bedürfnisbefriedigung führt nach Schopenhauer stets zu jenem Unglück, welches man die Unlust des Entbehrens nennen kann. Wohl wissend um dieses grundlegende Verhängnis beim Wollen, entwickelte Epikur eine Bedürfnistheorie, die sowohl eine einzuhaltende Grenze im Begehren als auch den Raum der Freiheit im Wollen möglichst klar aufzeigen sollte. Im Mittelpunkt seiner Bedürfnistheorie steht nicht die Frage nach der Bedürfnismaximierung, sondern die Frage, worauf man verzichten kann – um eines möglichst dauerhaften Glücks willen.

„Von den Begierden sind die einen anlagebedingt und (notwendig, die andern anlagebedingt und) nicht notwendig, wieder andere sind weder anlagebedingt noch notwendig, sondern entstehen durch ziellose Erwartung.“

(Epikur, entscheidende Lehrsätze 24, bei Krautz 1997: 75)

Wir können nach Epikur zwar nicht gänzlich auf alle Bedürfnisse verzichten, sind jedoch frei, uns auf jene zu beschränken, die er als natürliche und notwendige bestimmt. Dreierlei ist darunter zu verstehen: Erstens dasjenige, welches wir zum bloßen Überleben benötigen, also ausreichend Nahrung, Kleidung und eine Unterkunft, die uns vor Kälte schützt. Zweitens all das, welches zuträglich für unsere körperliche Gesundheit ist und drittens jenes, wodurch wir die seelische Unruhe nachhaltig vertreiben.

„ ... von den notwendigen wiederum sind die einen zum Glück notwendig, die andern zur Störungsfreiheit des Körpers, die dritten zum bloßen Leben. Denn eine unbeirrte Beobachtung der Zusammenhänge weiß ein jedes Wählen und Meiden zurückzuführen auf die Gesundheit des Körpers und die Unerschütterlichkeit der Seele: denn dies ist das Ziel des glückseligen Lebens.“

(Epikur, Brief an Menoikos, bei Krautz 1997: 47)

Worauf können wir also nicht verzichten? Auf die so genannten Elementargüter, das ist einfach und plausibel; auf all das, was uns körperlich möglichst gesund erhält, darüber wird bekanntlich mancherlei diskutiert, dazu gehört aber gewiss genügend körperliche Bewegung, ausreichend Schlaf, eine ausgewogene Ernährungsweise sowie eine gut funktionierende Gesundheitsversorgung mit entsprechend ausgebildeten Ärztinnen und wirksamen Medikamenten. Doch was benötigen wir, um möglichst nachhaltig frei von seelischer Unruhe zu leben? Im Mittelpunkt stehen hierbei sowohl für Epikur als auch für Schopenhauer Charaktereigenschaften – also Grundtugenden. An dieser Stelle verschwimmt die Abgrenzung zum begrifflichen Charakterglück. Besonderen Wert legt die epikureische Lebenskunst auf die Kultivierung einer richtigen Lebensweise im Hinblick auf die Mitmenschen, die ja bekanntlich nicht nur eine Quelle von unschätzbarem Wohlbehagen (Liebe, Freundschaft), sondern ebenso Ursache höchsten Leids (Bosheit, Neid) darstellen. Die natürlichen und nichtnotwendigen Bedürfnisse wie auch die leeren sind nach Epikur dann und nur dann unproblematisch, wenn ihnen kein, oder zumindest kein übermäßiges Leid folgt.

„Keine Lust ist an sich ein Übel. Aber das, was bestimmte Lustempfindungen verschafft, führt Störungen herbei, die um vieles stärker sind als die Lustempfindungen.“

(Epikur, entscheidende Lehrsätze 8, bei Krautz 1997: 69)

„Manche wollten berühmt und angesehen werden, weil sie so Sicherheit vor den Menschen zu erringen glaubten. Wenn also das Leben solcher Menschen wirklich sicher geworden ist, erlangten sie das ihrer Veranlagung entsprechende Gut. Wenn es aber nicht sicher geworden ist, so besitzen sie nicht, wonach sie von Anfang an infolge der Eigenart ihrer Veranlagung strebten.“

(Epikur, entscheidende Lehrsätze 7, bei Krautz 1997: 69)

Bei den beiden letzten Begierdeformen ist also besondere Vorsicht geboten. Hier ist gründlich zu prüfen, ob man sie wirklich erstreben will.

„Niemand erblickt ein Übel und wählt es dennoch; sondern man wird von ihm geködert, als sei es ein Gut, und lässt sich von dem Übel, das größer ist als das Gut, einfangen.“

(Epikur, Weisungen 16, bei Krautz 1997: 83)

Epikur empfiehlt eine besondere Prüfmethode, einen Unbedenklichkeitstest, bevor man das Verfolgen eines Zieles, dessen Nutzen fraglich ist, wirklich aufnimmt.

„An alle Begierden richte man diese Frage: Was wird mir geschehen, wenn das erfüllt wird, was die Begierde erstrebt, und was, wenn es nicht erfüllt wird?“

(Epikur, Weisungen 71, bei Krautz 1997: 95)

Mit Hilfe des negativen Hedonismus ist es nach all dem Dargelegten möglich, den unstillbaren Bedürfnissen eine begründete Grenze zu setzen, die unbedingt zu beachten ist – sofern man jene wahre Lust im Leben verwirklichen will. Es gibt also eine Möglichkeit, die Unlust des Entbehrens deutlich zu minimieren.

„Seine Ansprüche, im Verhältnis zu seinen Mitteln jeder Art, möglichst niedrig zu stellen, ist demnach der sicherste Weg, großem Unglück zu entgehn.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 160)

Die Zauberformel hierfür ist die vernunftgeleitete Begrenzung der Begierden. Während es dem modernen Menschen vorrangig darum geht, möglichst viele Bedürfnisse zu befriedigen, setzt der Epikureer darauf, möglichst wenige zu haben.

Überblick Bedürfnistheorie Epikur:

		natürliche		leere
notwendige			nicht notwendige	
a)	zum bloßen Überleben (Nahrung, Wohnen)		Festessen Sexualität	Reichtum/Luxusgüter Ruhm, Ehre Herrschaft/Macht
b)	befreien von körperlichen Schmerz (gesunde Lebensweise, Gesundheitssystem)			
c)	befreien von seelischen Schmerz (Grundtugenden, soziales Leben)			

4.1.2 Auffindungsprinzipien

Ethische Prinzipien repräsentieren den Kern einer ethischen Theorie und antworten auf die Frage, was das Wesen der epikureisch-hedonistischen Lebensweise ausmacht. Die folgenden allgemeinen Prinzipien stellen eine Auswahl dar, die den Kern des negativen Hedonismus in Form von besonders griffigen Formulierungen charakterisiert und als Maßstäbe für die von Epikur vorgeschlagene Testmethode unseres Wollens zur Anwendung herangezogen werden kann.

Wähle bewusst!

„Wenn du nicht bei jeder Gelegenheit jede deiner Handlungen auf das natürliche höchste Gut beziehst, sondern dich beim Meiden oder Verfolgen vorher zu etwas anderem hinwendest, dann werden deine Handlungen nicht mit deinen Prinzipien übereinstimmen.“

(Epikur, Hauptsätze 25, bei Hossenfelder 1996: 184)

Erkenne die wahre Lust!

„Grenze der Größe der Lüste ist die Beseitigung alles Schmerzenden. Wo immer das Lustvolle vorhanden ist, da findet sich, solange es gegenwärtig ist, nichts Schmerzendes oder Betrübendes oder beides zusammen.“

(Epikur, Hauptlehrsätze 3, bei Hossenfelder 1996: 188)

„Die Seelenruhe und die Schmerzfreiheit sind zuständige Lüste, die Freude und die Fröhlichkeit dagegen werden wegen der Aktivität unter dem Aspekt der Bewegung gesehen.“

(Epikur, bei Diogenes Laertius, bei Hossenfelder 1996: 192 f)

„Nicht dem Vergnügen, der Schmerzlosigkeit geht der Vernünftige nach.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 150)

„Weniger unglücklich, also erträglich leben.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 151)

„Wir erkennen alsdann, dass das Beste, was die Welt zu bieten hat, eine schmerzlose, ruhige, erträgliche Existenz ist und beschränken unsere Ansprüche auf diese, um sie desto sicherer durchzusetzen.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 155 f)

„Kommt zu einem schmerzlosen Zustand noch die Abwesenheit von Langeweile; so ist das irdische Glück im wesentlichen erreicht: denn das übrige ist Schimäre.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 152)

Beachte das hedonistische Kalkül!

„Es ist besser, diese bestimmten Schmerzen zu ertragen, damit wir größere Lüste genießen. Es ist vorteilhaft, sich dieser bestimmten Lüste zu enthalten, damit wir nicht schlimmere Schmerzen erleiden.“

(Epikur, bei Aristocles, bei Hossenfelder 1996: 262)

„Hingegen bleibt man im Gewinn, wenn man Genüsse opfert, um Schmerzen zu entgehn.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 152)

Unter dem hedonistischen Lebensmotto „Verwirkliche die größtmögliche Lust!“ verstehen Epikureer *„Verwirkliche heute die größtmögliche Schmerzfreiheit sowie Seelenruhe und lerne, diesen Zustand vollkommen zu genießen!“* Mit der hierzu nötigen Achtsamkeit und der möglichst richtigen Einschätzung seines Strebens und Handelns auf der Basis des

hedonistischen Kalküls führt der Epikureer sein Leben. Als Vertreter des Hedonismus erstrebt er die Wirklichkeit des Wohlgefühls bzw. die Erlangung der Zwecke, die dieses ihm zuteil werden lässt, im Wesentlichen meint er damit die Nichtwirklichkeit der Übel, also die Abwesenheit bzw. die Minimierung von körperlichen und seelischen Schmerzen.

Für die tägliche Lebensführung spielt die Aneignung und Anwendung des hedonistischen Kalküls eine zentrale Rolle. Neben einer gut geschulten Urteilskraft im Hinblick auf die Folgenabschätzung setzt es v.a. ein solides Wissen um Güter und Übel voraus, die situationsabhängig zu beachten sind und von denen aus die Folgenabschätzung zu leisten ist.

„Damit ihr durchschaut, woher dieser ganze Irrtum derer, die die Lust anklagen und den Schmerz preisen, stammt, will ich die ganze Sache darlegen und eben das erklären, was von jenem Entdecker der Wahrheit und gleichsam Architekten des glückseligen Lebens gesagt worden ist. Niemand nämlich missachtet oder hasst oder flieht die Lust selbst, weil sie Lust sei, sondern weil diejenigen, die nicht vernünftig nach Lust zu streben verstehen, von großen Schmerzen verfolgt werden. Ebensowenig gibt es jemanden, der den Schmerz selbst, weil er Schmerz sei, liebt, erstrebt oder erreichen möchte, sondern weil zuweilen solche Umstände eintreten, dass man durch Mühe und Schmerz irgendeine große Lust sucht. Wer von uns unternimmt denn, um etwas ganz Unbedeutendes zu erwähnen, irgendeine mühsame körperliche Übung, außer um dadurch irgendeine Annehmlichkeit zu erreichen? Und wer könnte den mit Recht tadeln, der die Lust genießen möchte, auf die keinerlei Unlust folgt, oder jenen, der den Schmerz flieht, durch den keinerlei Lust entsteht? Dagegen wenden wir uns gegen diejenigen und meinen, dass sie unsere gerechte Abneigung besonders verdienen, die, durch Verlockungen gegenwärtiger Lüste verführt und verdorben, in ihrer Verblendung durch die Gier nicht vorhersehen, welche Schmerzen und welche Unluste sie erleiden werden. Und einen ähnlichen Fehler begehen die, die aus Verweichlichung, d.h. aus Scheu vor Mühen und Schmerzen, vom rechten Handeln abgehen. Dabei ist die Unterscheidung dieser Dinge leicht und bequem. Denn unter freien Umständen, wenn unsere Wahl ungebunden ist und wenn uns nichts hindert, das zu tun, was uns am meisten gefällt, dann ist jede Lust zu ergreifen und jeder Schmerz zu vermeiden. Unter bestimmten Umständen aber und aufgrund von Verpflichtungen und Sachzwängen wird es sich oft ergeben, dass sowohl Lüste abzulehnen als auch Unluste nicht zurückzuweisen sind. Daher trifft der Weise in diesen Dingen seine Wahl stets so, dass er durch den Verzicht auf Lüste andere größere erlangt oder durch das Ertragen von Schmerzen schlimmere vermeidet.“

(Der epikureische Dialogpartner Torquatus bei Cicero, bei Hossenfelder 1996: 262 f)

4.1.3 Grundlegende Güter- und Übellehre

Das höchste Gut ist das Empfinden von Lust, das größte Übel hingegen das Empfinden von Schmerz. Davon ausgehend lassen sich in der epikureischen Lehre eine Reihe von abgeleiteten und zugleich grundlegenden Wertvorstellungen bestimmen. Abgeleitete Güter sind diejenigen, mit denen sowohl körperlicher als auch seelischer Schmerz entweder

vermieden oder gelindert wird. Abgeleitete Übel sind zum einen das ganze Spektrum der Variationen von unerwünschten Schmerzen und zum anderen Sachverhalte, denen unerwünschte Schmerzen folgen. Im Zentrum sowohl der abgeleiteten Güter- wie auch der Übellehre steht das Ethos der Person, oder wie Schopenhauer zu sagen pflegte: Was einer ist (vgl. Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 5-55).

„Für unser Lebensglück ist demnach das, was wir *sind*, die Persönlichkeit, durchaus das Erste und Wesentlichste;“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 11)

„Ist nun aber die Individualität von schlechter Beschaffenheit, so sind alle Genüsse wie köstliche Weine in einem mit Galle tingierten Munde.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 17)

Die Persönlichkeit ist ein Werk und besteht aus Elementen, die für uns sowohl formbar als auch unformbar mitgegeben sind. Eine zentrale Aufgabe besteht nach Schopenhauer darin, eine Lebensweise zu kultivieren, die zu dem passt, was wir insgesamt sind oder besser gesagt, sein können. Die hedonistische These lautet, dass derjenige am wenigsten leidet, der die größte Kohärenz zwischen seiner Person und der dazugehörigen Lebensweise verwirklichen kann.

„Das einzige, was in dieser Hinsicht in unserer Macht steht, ist, dass wir die gegebene Persönlichkeit zum möglichsten Vorteile benutzen, demnach nur die ihr entsprechenden Bestrebungen verfolgen und uns um die Art von Ausbildung bemühen, die ihr gerade angemessen ist, jede andere aber meiden, folglich den Stand, die Beschäftigung, die Lebensweise wählen, welche zu ihr passen. Ein herkulischer, mit ungewöhnlicher Muskelkraft begabter Mensch, der durch äußere Verhältnisse genötigt ist, einer sitzenden Beschäftigung, einer kleinlichen, peinlichen Handarbeit obzuliegen, oder auch Studien und Kopfarbeiten zu treiben, die ganz anderartige, bei ihm zurückstehende Kräfte erfordern, folglich gerade die bei ihm ausgezeichneten Kräfte unbenutzt zu lassen, der wird sich zeitlebens unglücklich fühlen.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 12 f)

Daraus folgt, dass für das Empfinden von Lust die Besinnung und das Reflexionsvermögen wesentlich sind – oder anders formuliert: das *Denken*. Die Reflexion in den Dienst der Genussfähigkeit zu stellen, kann als wichtigste Angelegenheit unseres Daseins angesehen werden. Zwei Aspekte spielen hierbei eine herausragende Rolle: Zum einen das Denken als *rechte Einsicht* in das, was als wahre Lust inklusive deren Verwirklichungswege anzusehen ist, sowie als Mittel zur möglichst genauen Selbstkenntnis. Eine weitere zentrale

Erkenntnisfunktion besteht im Urteilsvermögen, das hedonistische Kalkül richtig im Hinblick auf die jeweilige Situation anzuwenden. Zum anderen aber ist das Denken als Kunst des *Andersdenkens*, als Kunst, die Phantasie in den Dienst des Genusses stellen zu können, zu erwähnen. Epikur praktiziert dieses Andersdenken z.B. bei der Bekämpfung der diversen Ängste: Die Götterfurcht will er durch die Umdeutung zürnender in glückliche Götter, die zudem kein Interesse am Menschen haben, dem Menschen nehmen; die Todesfurcht will er uns nehmen, indem er das Nichtsein als für uns unbedeutend darlegt (vgl. Forscher 1993: 30 ff und 39 f). Nietzsche hat diese zentrale Glückskompetenz in folgenden Zeilen deutlich zum Ausdruck gebracht:

„Wer also Trost zu spenden wünscht, an Unglückliche, Übeltäter, Hypochonder, Sterbende, möge sich der beiden beruhigenden Wendungen Epikurs erinnern, welche auf sehr viele Fragen sich anwenden lassen. In der einfachsten Form würden sie etwa lauten: erstens, gesetzt es verhält sich so, so geht es uns nichts an; zweitens: es kann so sein, es kann aber auch anders sein.“

(Nietzsche, KSA 2: 544 [Bd. II, 7])

Die Phantasie spielt neben der Überwindung der diversen Ängste eine ebenso wichtige Rolle beim Genuss dessen, was als Schmerzfreiheit bezeichnet wurde. Denn die Phantasie ist mit unserem Erinnerungsvermögen in der Lage, eine leidfreie Gegenwart durch das Knüpfen der richtigen Zusammenhänge lustvoller zu machen.

„Ebenfalls würden wir die Gegenwart besser würdigen und genießen, wenn wir, in guten und gesunden Tagen, uns stets bewusst wären, wie, in Krankheiten, oder Betrübissen, die Erinnerung uns jede schmerz- und entbehrungslose Stunde als unendlich beneidenswert, als ein verlorenes Paradies, als einen verkannten Freund vorhält. Aber wir verleben unsre schönen Tage, ohne sie zu bemerken: erst wann die schlimmen kommen, wünschen wir jene zurück.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 168)

Denken können im Überblick

Erkennen können	Andersdenken können
Wahre Lust erkennen	Geistige Schmerzen verwandeln
Richtige Wege zur Lust erkennen	Gegenwärtige Lust steigern
Sich selber kennen	
Hedonistisches Kalkül anwenden	

Die Ausbildung des Denkens ist demzufolge ein zentrales Gut, um das Leben richtig genießen zu können. Neben dieser Charaktereigenschaft wird der *Autarkie bzw. der Selbstgenügsamkeit*

eine herausragende Rolle für das negative Glück zugeschrieben (vgl. Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 28-35 und 172). Wir können dabei eine innere Autarkie von einer äußeren unterscheiden. Nach innen gerichtet ist sie zum einen eine feste Haltung heiterer Gelöstheit von allem Begehren, Streben, Sichsorgen und Genießen. Diese Form der Selbstgenügsamkeit ist als ein Bollwerk gegen das Grundübel der Gier anzusehen.

„Wem wenig ist nicht genug ist, dem ist nichts genug.“

(Epikur, bei Aelianus, bei Hossenfelder 1996: 272)

In der Gestalt des inneren Reichtums ist die Autarkie zum anderen das Vermögen, das einer Person erlaubt, sich an und mit sich selber erfreuen zu können. In dieser Weise ist sie eine zentrale Tugend gegen das Grundübel der Langeweile.

„Vor diesem Elende bewahrt nichts so sicher, als der innere Reichtum, der Reichtum des Geistes; denn dieser lässt, je mehr er sich der Eminenz nähert, der Langeweile immer weniger Raum.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 28)

Da nach Schopenhauer das Leben zwischen Schmerz und Langeweile oszilliert, spielt jene Form der Selbstgenügsamkeit eine große Rolle für das Glück des Menschen. Es sei allerdings dahingestellt, ob allein geistige Tätigkeit diese Selbstgenügsamkeit ausmacht. Festzuhalten ist jedoch, dass es Tätigkeiten sein müssen, die um ihrer selbst willen kultiviert und vollzogen werden und die so der Muße einen Inhalt geben können, der sowohl vor der Langeweile als auch vor leiderzeugendem Aktivismus zur Vermeidung der Langeweile schützen kann. Autarkie selbst gegenüber dem körperlichen Schmerz, der als größte Bedrohung einzustufen ist, erlangt man mittels einer Kompensation durch Tätigkeiten, die Lust bereiten.

„Aber Epikur hatte ein weiteres Mittel zur Überwindung des Schmerzes: die Kompensation durch Lust.“

(Hossenfelder 1996: 169)

Nach Epikur kann man einen körperlichen Schmerz durch gleichzeitige Erzeugung von Lustempfindungen übertönen, und zwar nicht nur durch gegenwärtige Lust, bspw. wenn jemand Kopfschmerzen durch den Genuss von Musik vertreiben will, sondern auch durch die Erinnerung an vergangene oder die Erwartung kommender Freuden. Der Brief an Idomeneus ist ein Beispiel dieser Überzeugung Epikurs:

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

(Epikur, Brief an Idomeneus, bei Krautz 1997: 63)

Möglich ist diese Autarkie durch den rechten Gebrauch der geistigen Fertigkeiten, da das Denken im Beurteilen von und Sicherfreuen bzw. Leiden an Dingen, Zuständen und Ereignissen nicht an die unmittelbare und wirkliche Präsenz dieser Gegenstände gebunden ist. Eine schöne Erinnerung kann beglücken und den aktuellen körperlichen Schmerz dadurch ein wenig mindern. Um schmerzhaft Zustände durch Erlebnisse zu verdrängen oder zu überlagern, ist autosuggestives Training nötig, das wahrscheinlich in der Schule des Epikur erlernt wurde. Äußere Autarkie hingegen bezieht sich im Wesentlichen auf den Zufall und die äußeren Lebensumstände, bei denen v.a. die sozialen eine gewichtige Rolle spielen. Selbstgenügsamkeit als Unabhängigkeit vom Zufallsschicksal klingt in folgender Sentenz von Epikur an:

„Wer des morgigen Tages am wenigsten bedarf, der geht dem morgigen Tag am lustvollsten entgegen.“

(Epikur, bei Plutarch, bei Hossenfelder 1996: 275)

Die Ansprüche an die Zukunft möglichst gering zu halten, ermöglicht jene Autarkie. Im Hinblick auf die äußeren Lebensumstände favorisiert sowohl Epikur als auch Schopenhauer ein zurückgezogenes und einfaches Leben. Wer einfach lebt, der kann es sich z.B. leisten, unabhängiger von unzufriedenen Gesellschaften zu leben, die einem das Leben vergiften. Zur sozialen Autarkie ist aber letztlich nur derjenige fähig, der sich auch in der Einsamkeit wohl fühlen kann – was nicht gleichbedeutend damit ist, ein Einsiedlerdasein führen zu müssen. Sie ist jedoch eine wichtige Voraussetzung, sich der Gesellschaft von Unzufriedenen, deren Bosheit, Neid und Jammern wirkungsvoll entziehen zu können.

„An sich selber so viel zu haben, dass man der Gesellschaft nicht bedarf, ist schon deshalb ein großes Glück, weil fast alle unsere Leiden aus der Gesellschaft entspringen, und die Geistesruhe, welche, nächst der Gesundheit, das wesentlichste Element unsres Glückes ausmacht, durch jede Gesellschaft gefährdet wird und daher ohne ein bedeutendes Maß von Einsamkeit nicht bestehn kann. ... Sonach hat wer sich zeitig mit der Einsamkeit befreundet, ja, sie lieb gewinnt, eine Goldmine erworben. Aber keineswegs vermag dies jeder.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 181)

Das einfache und zurückgezogene Leben schützt v.a. vor einem Grundübel, das in Gesellschaft wohl nie gänzlich zu meiden ist: dem Neid als Beneidetwerden aufgrund von Geburt und Stand, von Reichtum oder geistigen Fähigkeiten.

„Neid ist dem Menschen natürlich: dennoch ist er ein Laster und ein Unglück zugleich. Wir sollen daher ihn als den Feind unsers Glückes betrachten und als einen bösen Dämon zu ersticken suchen.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 191)

Sich selber genügen zu können, ist zudem ein wirkungsvoller Schutz davor, selbst in die Rolle des Neiders zu gelangen. Wer sich am Eigenen erfreuen kann, der braucht keinen Vergleich zu scheuen – Mitfreude über das Glück der anderen statt Neid beruht auf der Selbstgenügsamkeit. Materieller Besitz ist ein weiterer zentraler Aspekt, wenn es um äußere Autarkie geht, denn dieser ermöglicht Unabhängigkeit von anderen und entsprechend Zeit für die Muße.

Autark leben können

Innere Autarkie	Äußere Autarkie
Gelöstheit vom Begehren	Anspruchsregulation
Reichtum selbstgenügsamer Betätigung	Zurückgezogenheit, Einfachheit
Autosuggestion	Geld, Besitz

Von Schopenhauer ist zudem zu lernen, dass neben der Gesundheit, die sich direkt aus der Bestimmung des Glücks als grundlegendes Gut ergibt, ein *heiteres Gemüt* ein unschätzbares Gut darstellt, für dessen Erwerbung und Beförderung wir uns engagieren sollten (vgl. Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 19 f). Ausdruck der Heiterkeit ist das Lachen, das unmittelbar beglückt.

„Dieserwegen sollen wir der Heiterkeit, wann immer sie sich einstellt, Tür und Tor öffnen: denn sie kommt nie zur unrechten Zeit;“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 19)

Schopenhauer bestimmt die Heiterkeit als Blüte eines hohen Grades an Gesundheit und erwähnt als wesentlichen Charakterzug die Fähigkeit, den Blick auf, und somit die Empfänglichkeit für, das Angenehme im Leben besonders wirkungsvoll richten zu können (vgl. Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 19-26). Hieraus wird ihr Zusammenhang mit dem Andersdenken als bewusste Wahrnehmungssteuerung ersichtlich.

Ein heiteres Gemüt kann sich bei zehn Vorhaben, von denen lediglich eines gelingt, über jenes Eine freuen, während das finstere Gemüt sich bei zehn Vorhaben, von denen eines misslingt, sich gerade wegen jenem Einen seine Stimmung gründlich verderben lässt.

Als viertes zentrales Gut können wir von den Epikureern die *Freundschaft* schätzen lernen. Sie spielte überall in der Antike eine bedeutende Rolle. Freundschaft gewährte v.a. Sicherheit und ermöglichte die Lust am Beglücken anderer, zwei Aspekte der Freundschaft, die Epikur nicht müde wurde, immer wieder hervorzuheben.

„Von allem, was die Weisheit zur Glückseligkeit des ganzen Lebens bereitstellt, ist weitaus das Größte die Erwerbung der Freundschaft.“

(Epikur, Hauptlehren 27, bei Hossenfelder 1996: 279)

„Es ist dieselbe Erkenntnis, die die Zuversicht verschafft, dass es kein ewiges und auch nur langwährendes Schrecknis gibt, und die begreift, dass die Sicherheit besonders in eingeschränkten Verhältnissen am besten durch Freundschaften gewährleistet wird.“

(Epikur, Hauptlehren 28, bei Hossenfelder 1996: 280)

„Die Epikureer meinen, dass auch die Freundschaft durch den Nutzen entstehe. Freilich müsse jemand den Anfang machen (denn wir besäten ja auch die Erde). Zusammengehalten aber werde sie durch die Gemeinsamkeit des Lusterlebens.“

(Diogenes Laertius, bei Hossenfelder 1996: 280)

Eine Auswahl von Kommentaren zur *Idee des epikureischen Weisen*, der als höchste Form des irdischen Glücks betrachtet wurde, soll die Darstellung dessen, was die Epikureer als grundlegende Güter und Übel ansehen abschließen.

„Epikur bestreitet, dass es irgendeinen Zeitpunkt gebe, an dem der Weise nicht glücklich sei.“

(Cicero, bei Hossenfelder 1996: 283)

„So nämlich wird der Weise von Epikur als stets glücklich eingeführt: Er hat begrenzte Begierden, er kümmert sich nicht um den Tod, über die unsterblichen Götter glaubt er ohne jede Furcht das wahre, er zögert nicht, wenn es besser sein sollte, aus dem Leben zu scheiden. Mit diesen Dingen wohlgerüstet, lebt er stets in Lust. Es gibt nämlich keinen Zeitpunkt, an dem er nicht mehr Luste hätte als Schmerzen. Denn er erinnert sich gern an die Vergangenheit, und er verfügt über die Gegenwart so, dass er beachtet, wie wichtig sie ist und wie angenehm, und er ist nicht abhängig von der Zukunft, sondern erwartet sie und genießt die Gegenwart. [...] Wenn ihm aber irgendwelche Schmerzen widerfahren, besitzen sie nie eine solche Stärke, dass der Weise nicht mehr hätte, worüber er sich freute, als worüber er sich sorgte.“

(Der epikureische Dialogpartner Torquatus bei Cicero, bei Hossenfelder 1996: 286)

Bei der Einschätzung der Grundgüter besteht zwischen Epikur und Schopenhauer weitestgehend Übereinstimmung. Bei der Beurteilung dessen, was als grundlegende Übel gelten, unterscheiden sich beide v.a. darin, dass Epikur die diversen Ängste besonders betont, wohingegen Schopenhauer die Langeweile hervorhebt. Aus all den Erörterungen ergibt sich folglich jene Einteilung der Grundgüter und Grundübel:

Grundgüter - Genussfähigkeit -	Grundübel - Feinde des Glücks -
Denken können	Körperliche Schmerzen
Autark leben können	Langeweile
Heiteres Gemüt	Ängste
Freundschaft	Gier
Nahrung, Kleidung, Wohnraum	Neid (Neiden und Beneidetwerden)

Für die Aneignung des hedonistischen Kalküls ergeben sich hieraus zwei wesentliche Aufgaben. Die eine ist *präventiver* Natur und zielt darauf, sich möglichst so zu verhalten, dass die bekannten Übel sich seltener einstellen und damit den eigenen Spielraum optimal zu nutzen – d.h. die Perspektive des Meidens von Grundübeln einzunehmen. Die andere Aufgabe ist hingegen *therapeutischer* Natur und zielt darauf, einen optimalen Umgang mit unvermeidbaren Übeln zu kultivieren – d.h. die Perspektive des Linderns von Grundübeln einzunehmen. So besehen ergibt sich eine doppelte Sichtweise bei der Anwendung des hedonistischen Kalküls, für deren Erwerb und Umsetzung zahlreiche Lebensregeln in der epikureischen Tradition entwickelt worden sind, auf die im übernächsten Abschnitt eingegangen wird.

4.1.4 Kritik der epikureischen Lebensform

Drei kritische Anmerkungen sollen die allgemeine Darlegung der epikureischen Lebensweise abschließen. Die ersten beiden Einwände beziehen sich auf Probleme der Theorie als Glückstheorie, der dritte gibt zu bedenken, welche Folgen die epikureische Ethik für die Moral hat.

Eine gängige Kritik richtet sich an die *mangelnde Attraktivität* eines leidfreien Zustandes als Sinn des Lebens. Der Kyrenaismus bezeichnete diesen Zustand einmal als Beschreibung lebender Leichen (vgl. Forschner 1993: 37). Die kyrenaistische Rede gegen die epikureische Lebensform sieht verkürzt etwa wie folgt aus: Der Empfindungszustand der

körperlichen und seelischen Schmerzfreiheit ist zwar gewiss nicht schlecht, aber eben bestenfalls ein neutraler zwischen Schmerz und Lust. Mit diesem ist das wahre Glück jedenfalls nicht erreicht. Auch wenn die positive Lust für uns Menschen ein sehr flüchtiges Phänomen ist, so ist es zumindest derart intensiv, dass es für uns eine solche Attraktivität erlangt, dass wir von ihm als dem höchsten Strebensgut sprechen können. Dem Glück wird durch eine negative Bestimmung alles Faszinierende genommen, eine nicht plausible Beschneidung dessen, was wir gewöhnlich als Glück begreifen. Mit dem Kontrast zum Schmerz muss man als Preis leben. Diese Kritik ist insofern berechtigt, als wir uns im Leben gewiss lieber für etwas Faszinierendes engagieren, greift aber nur bedingt, da Epikur nichts gegen positive Lüste einzuwenden hat, wenn sie nicht zu einem übermäßigen Leid führen. Dennoch, das Faszinierende eines Rausches oder einer ekstatischen Erfahrung vermittelt das epikureische Glück nicht. Für die Adressaten der Klinischen Sozialarbeit ist das seelische und auch körperliche Leiden jedoch eine sehr reale Lebenserfahrung, deren Linderung oder gar Befreiung durchaus etwas hochgradig Erstrebenswertes ist. Zu erfahren, wie man dieses Glück erlangen kann, ist daher durchaus etwas, was zu berücksichtigen ist.

Eine zweite ernstzunehmende Kritik richtet sich gegen die These, dass Lust im Streben überhaupt als höchstes Gut direkt intendierbar sei, und zielt darauf ab, dass dem Hedonismus letztlich *keine vollständige Ethik* gelingt (vgl. Krämer 1992: 134-139). Diese Argumentationslinie verläuft sinngemäß in etwa wie folgt: Die Empfindung von Lust kann nur als subjektives Begleitgefühl von material objektiven Gütern bestimmt werden, die Lust kommt deshalb nur als ein kriterieller Maßstab in Betracht, der anzeigt, dass man die richtigen Güter verfolgt – als Handlungsziel scheidet die Lust aber aus.

„Freude liegt in der ungehinderten Aufmerksamkeit, die von der Sache, mit der man sich beschäftigt, selbst hervorgerufen wird.“

(Höffe 1992: 74)

Wer die Lust wolle, der muss hingegen bestimmte Güter wollen und hoffen, dass sich im Verfolgen dieser Güter die Lust einstellt, die man sich davon verspricht.

„Während Objekte – oder der Sachverhalt ihrer Aneignung bzw. ihres Besitzes – stets unmittelbar intendiert werden können, ist dies bei den (Wohl)Gefühlen allenfalls indirekt in der *intentio obliqua* möglich, d.h. in einem zusätzlichen Akt der Reflexion, der an frühere Erfahrungen einer Äquivalenz-Relation zwischen objektiven Gütern (oder Werten) und der zugehörigen Gefühlsqualität anknüpft.“

(Krämer 1992: 135)

Es ist sogar so, je mehr man die Lust will, desto weniger wird sie sich einstellen, da die nötige Selbstvergessenheit im Tätigsein dadurch gestört wird – das so genannte hedonistische Paradox ist damit angesprochen (vgl. Krämer 1992: 135 oder Spaemann 1989: 50). Wir müssen die Güter, v.a. Tätigkeiten, um ihrer selbst willen wollen, ansonsten wird das signifikante Auswirkungen auf die Qualität und Intensität der Begleitgefühle haben. Der Hedonismus in der Form der Lust als höchstes Gut gibt deshalb keine ausreichende Zielformulierung an die Hand – die Frage, welche Güter man verfolgen soll, wird nicht hinreichend beantwortet (vgl. Krämer 1984: 13 ff). Diese Beobachtung ist insofern richtig, wenn man davon absieht, dass es beim epikureischen Hedonismus im Wesentlichen um die Beseitigung des aktuellen Leids geht, denn dieses ist sehr wohl direkt erstrebbar (vgl. Krämer 1992: 136). Die Beseitigung von aktuellen Schmerz- und Leidzuständen ist ein objektivierbares Ziel.

„Festzuhalten ist daher an einem minimalistischen, basalen negativen Hedonismus, der ein ‚hedonisches Minimum‘ elementarer Schmerz- und Bedürfnisfreiheit zu verfolgen anhält und dafür geeignete Ratschläge, Mittel und Maßnahmen situationsbezogener oder präventiver Art zur Verfügung stellt.“

(Krämer 1992: 138)

Wenn man also den Epikureismus auf diesen grundlegenden Aspekt einschränkt, ist sein Wert für die Lebensführung begründbar zu rechtfertigen. Er bietet in diesem Sinne sowohl therapeutische als auch präventive Kunstgriffe, deren Aneignung sich durchaus lohnen kann. Festzuhalten bleibt aber die Kritik des Kyrenaismus, dass schmerz- und leidfrei die Zielproblematik des eigenen Lebens bestehen bleibt. Die Bezugnahme auf einen Güterobjektivismus, wie auch immer dieser zu begründen ist, ergibt sich auch aufgrund des folgenden Gedankenexperiments Robert Spaemanns:

„Stellen wir uns einen Menschen vor, der bewusstlos auf einem Operationstisch liegt; in sein Gehirn sind Drähte eingeführt. Durch diese wird ein leichter elektrischer Strom geleitet, der einen Zustand chronischer Euphorie erzeugt. Es wird versichert, der Zustand der Euphorie werde so lange andauern, bis man mit dem Abschalten des Geräts zugleich das Leben dieses Menschen beende.“

(Spaemann 1989: 60 f)

Ist dieser vollkommen von Lust erfüllter Zustand wirklich als Inbegriff von Glück plausibel? Zweifel sind jedenfalls berechtigt und die Schlussfolgerung, dass es wahrscheinlich kein Glück um den Preis des Wirklichkeitsverlusts gibt.

Eine weitere wesentliche Kritik kommt von Seiten der Moral: *Kann ein Epikureer anständig und selbstlos sein?* Der von Epikur propagierte hedonistische Individualismus beinhaltet in der Tat ein tendenziell antisoziales Lustkalkül (vgl. Werle 2002: 325). „Aufgrund der einzigen Geltung des Lustprinzips, verliert er ein anderes Maß aus den Augen, das ihn zur Solidarität gegenüber den Mitmenschen verpflichtet“ (Pieper 2007: 98). Bei Schopenhauer wird eindringlich vor der Gesellschaft gewarnt, sie sei ein wesentlicher Quell von Leid und Elend. Moralisch zu sein ist im Epikureismus kein Selbstzweck, sondern wird bestenfalls zum Mittel zur Erlangung des Glücks degradiert (vgl. Forscher 1993: 41 ff). Ein Rätsel bleibt dabei die Freundschaft, bei der Epikur durchaus zur Opferbereitschaft für den Freund aufruft. Jedoch ist das nicht plausibel erklärbar, da Freunde nur als Förderer oder Gegner eigener Interessen wahrgenommen werden (vgl. Marcuse 1972: 75).

Anzumerken ist, dass mit Epikur alleine eben keine moralische Lebensform zu begründen ist, sondern dass, im Sinne einer Integrativen Ethik, ausschließlich die nichtmoralische Lebensführung dadurch reguliert werden kann. Um moralisch zu sein, bedarf es einer zusätzlichen Perspektive auf die Lebensführung. In Frage kommt z.B. der Utilitarismus, in dem das hedonistische Prinzip mit einer moralischen Sichtweise verbunden worden ist (vgl. Höffe 1992: 285 ff und Höffe 2003).

„ ... jedermann müsse sein Luststreben auf Bedingungen der Vereinbarkeit mit dem Luststreben aller anderen einschränken bzw. sich so erziehen, dass eben das allgemeine Wohlbefinden zu einem integrierenden Bestandteil seines Wohlbefindens werde, ...“

(Spaemann 1978: 8)

Hieraus wird deutlich, dass die moralische Kritik einerseits berechtigt ist, andererseits der Epikureismus aber mit einer sollensethischen Theorie verbunden werden kann.

4.2 Spezielle Glückstheorie - aphoristisch-essayistische Empfehlungen und Warnungen

Im Kontext des Recovery-Ansatzes in der Sozialpsychiatrie wurde als Leitziel in der Begleitung von chronisch psychisch kranken Menschen ausgegeben, sich gemeinsam mit ihnen um ein erfülltes und glückliches Leben zu kümmern. Nicht die Beseitigung von einzelnen Symptomen oder Beeinträchtigungen steht im Vordergrund, sondern die gemeinsame Suche nach dem, was für ein erfülltes Leben im Ganzen zuträglich ist. Deuten wir dies nun epikureisch und beziehen deren Weisheiten auf die Lebensfelder, die in einem

Beratungs- und Begleitungsprozess in der Klinischen Sozialarbeit eine zentrale Rolle spielen, so erhalten wir neben dem epikureischen Glücksprinzip des negativen Hedonismus zahlreiche Empfehlungen und Warnungen, die bei der Suche nach einem besseren Leben auf den Versuch hin erprobt werden können. Bislang ist dieser Aspekt kaum bis nicht reflektiert worden, im Berufsalltag wird daher meist auf die Lebensweisheit der Fachkraft und dessen Team zurückgegriffen. Diesen Erfahrungsschatz erweiternd sowie wohl wissend um die Bedeutung und die Grenzen einer epikureischen Ethik sollen nun im Sinne einer speziellen Ethik Lebensregeln in der Form von ausgewählten Aphorismen der drei epikureischen Meisterdenker, geordnet im Hinblick auf die Lebensfelder eines personenzentrierten Hilfeplangesprächs sowie unter der Rubrik „allgemeine präventive Empfehlungen und Warnungen“, vorgestellt werden. Da Maximen in Form von Aphorismen eine besondere Art des schriftlichen Dialogs darstellen, ist zu dessen Gebrauch folgender Gedanke Nietzsches als Leseanleitung zu berücksichtigen:

„Ein Aphorismus, rechtschaffen geprägt und ausgegossen, ist damit, dass er abgelesen ist, noch nicht ‚entziffert‘; vielmehr hat nun erst dessen *Auslegung* zu beginnen, zu der es einer Kunst der Auslegung bedarf. ... Freilich tut, um dergestalt das Lesen als *Kunst* zu üben, eins vor allem not, was heutzutage gerade am besten verlernt worden ist – ...–, zu dem man beinahe Kuh und jedenfalls *nicht* ‚moderner Mensch‘ sein muss: das *Wiederkäuen* ...“
(Nietzsche, KSA 5: 255 f [Vorrede 8])

Erst die wiederholte Beschäftigung mit einem Aphorismus erschließt den Sinn der darin enthaltenen Maximen, die auf den Versuch hin für die eigene Lebensführung erschlossen werden können. Ein besonderer Vorzug der aphoristischen Erfahrungskonservierung ist die narrative Form, die bekanntlich eine wirkungsvolle Vermittlung verspricht – ein Umstand, der sich nicht zufällig auch in den bedeutenden Schriften der großen Religionsgemeinschaften wieder findet.

Bevor das Aphorismenarchiv, das keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt, als spezielle Ebene einer Maximenethik für die Beratung präsentiert wird, sollen noch ein paar allgemeine Überlegungen im Sinne der Epikureer in Bezug auf die Klinische Sozialarbeit vorangestellt werden. Aus der allgemeinen Glückstheorie der Epikureer kann erschlossen werden, dass eine chronische psychische Erkrankung eine schwerwiegende Hypothek im Hinblick auf das Empfinden von Lust darstellt. Ängste, paranoide Wahrnehmungsmuster, manisch-depressives Erleben, Zwänge oder Suchtverhalten stellen gravierende und ernstzunehmende seelische Leidensformen dar.

„Durch Zweifelsucht kann unser ganzes Dasein zerstört und für immer zum Trümmerhaufen werden.“
(Epikur, Aphorismen und Fragmente, bei Werle 2002: 30)

„Man ist entweder unglücklich durch Furcht oder durch unbegrenzte und leere Begierde. Wenn man diese Dinge zügelt, kann man das seligmachende Denken erreichen.“
(Epikur bei Porphyrius, bei Hossenfelder 1996: 197)

Wenn schon keine vollständige Beseitigung in Aussicht steht, ist das Bemühen um Linderung eine vordringliche epikureische Lebensaufgabe, um die *Lustbilanz nachhaltig im Plus zu halten*. Bedenkt man, dass ein chronischer Krankheitsverlauf die Aussicht auf vermeintliche Glücksgüter wie Ruhm, Reichtum und Macht in weite Ferne rücken lässt, dann ist neben dem Einsatz von Psychopharmaka, deren Nutzen anhand des hedonistischen Kalküls bewertet werden muss, v.a. auf dreierlei einzugehen: Zum einen auf einen *epikureischen Umgang mit diesem Schicksalsschlag* und zum anderen auf all das, *was im Leben Lust erzeugen kann*, um der gegebenen Unlust der Erkrankung genügend entgegensetzen zu können. Schließlich ist besonders darauf zu achten, dass man sich neben dem Leid aufgrund der Erkrankung *nicht noch mehr vermeidbares Leid durch eine ungeeignete Lebensführung zuführt* – ein großes Gewicht auf der Seite der Unlust liegt schließlich schon auf der Waage. Hieraus wird ersichtlich, dass in der Lebensgestaltung gründlich auf das hedonistische Kalkül zu achten ist, damit man sich nicht noch mehr Leidensformen einhandelt, wie dies bspw. anhand der Jagd nach Konsumgütern (finanzielle Probleme) oder der Befriedigung des Hungers über die Sättigung hinaus (massives Übergewicht) vielfältig zu beobachten ist. Aus all dem ergibt sich folgende Einteilung des epikureischen Aphorismenarchivs: Zunächst werden unter der Rubrik „Allgemeine präventive Empfehlungen und Warnungen“ Maximen präsentiert, die in allen Lebensfeldern einer personenzentrierten Hilfeplanung zu beachten sind. Im Anschluss sind im Abschnitt „Empfehlungen und Warnungen zur Linderung von Schmerzen“ therapeutische Lebensregeln im Umgang mit erfahrenen Übeln versammelt. Diese können v.a. für einen zu suchenden Umgang mit der Erkrankung und ihren Auswirkungen in der Klinischen Sozialarbeit verwendet werden. Die drei letzten Rubriken beziehen sich wieder direkt auf Lebensfelder der personenzentrierten Hilfeplanung. Die dort versammelten epikureischen Maximen haben in erster Linie eine präventive Funktion.

4.2.1 Allgemeine präventive Empfehlungen und Warnungen

„Die Natur lehrt, die Gaben des Schicksals eher gering zu achten und im Glück zu wissen, was Unglück ist, im Unglück aber das Glückhaben nicht hoch zu veranschlagen; ferner die guten Gaben des Schicksals ohne Geschrei anzunehmen, gegen seine übel erscheinenden Gaben aber gerüstet zu sein; und daß alles Gut und Übel der Masse kurzlebig ist und die Weisheit sich auf keine Weise mit dem Schicksal einlässt.“

(Epikur bei Porphyrius, bei Hossenfelder 1996: 274)

* * *

„Wie uns die Güter, die wir erwarten, aufrichten, so erfreuen uns die, an die wir uns erinnern. Die Toren werden von der Erinnerung an die Übel gequält, die Weisen erheitern die vergangenen, in dankbarem Gedenken erneuerten Güter. Es liegt an uns, daß wir das Negative gleichsam mit ewigem Vergessen zuschütten und das Positive in angenehmer und lustvoller Erinnerung behalten. Wenn wir die Vergangenheit freilich mit besonders scharfem Geiste mustern, dann kommt es dazu, daß sich Betrübniß einstellt, wenn sie übel, Freude, wenn sie gut ist.“

(Der epikureische Dialogpartner Torquatus bei Cicero, bei Hossenfelder 1996: 263)

* * *

„Unsern Wünschen ein Ziel stecken, unsere Begierden im Zaume halten, unsern Zorn bändigen, stets eingedenk, daß dem einzelnen nur ein unendlich kleiner Teil alles Wünschenswerten erreichbar ist, hingegen viele Übel jeden treffen müssen, ..., - ist eine Regel, ohne deren Beobachtung weder Reichtum, noch Macht verhindern können, daß wir uns armselig fühlen. ...“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 203)

* * *

„Lebensregel Nr. 18

Man muß seine Phantasie im Zügel halten in allen Dingen, die unser Wohl und Weh, unser Hoffen und Fürchten betreffen. Malt man sich in der Phantasie mögliche Glücksfälle und ihre Folgen aus, so macht man sich die Wirklichkeit noch ungenießbarer, man baut Luftschlösser und muß sie nachher, durch die Enttäuschung, teuer bezahlen. Aber noch schlimmere Folgen kann das Ausmalen möglicher Unglücksfälle haben: es kann, wie Gracián sagt, die Phantasie zu unserm häßlichen Henker machen. Wenn man nämlich das Thema zu schwarzen Phantasien ganz aus der Ferne nähme und aus freien Stücken wählte; so könnte es nicht schaden: denn beim Erwachen aus dem Traume wüßten wir gleich, daß es alles rein ersonnen

sei, und es enthielte eine Warnung gegen entfernte, aber doch mögliche Unglücksfälle. Allein mit solchen pflegt unsere Phantasie sich nicht zu beschäftigen, so nützlich es auch sein könnte: ganz müßigerweise baut sie bloß heitere Luftschlösser: hingegen wenn irgendein Unglück uns wirklich schon bedroht, so ist oft die Phantasie beschäftigt, es auszumalen, wobei sie es stets vergrößert, es näher bringt und noch fürchterlicher macht, als es ist. Einen solchen Traum können wir nun nicht beim Erwachen abschütteln, wie den heitern: diesen widerlegt die Wirklichkeit sogleich, und was daran noch Mögliches sein sollte, überlassen wir dem Schicksal. Nicht so beim Erwachen aus finstern Phantasien: uns fehlt der Maßstab des Grades der Möglichkeit der Sache: wir haben sie uns nahe gebracht, sie stehn vor uns, ihre Möglichkeit im allgemeinen ist gewiß, diese wird uns zu Wahrscheinlichkeit, und wir leiden große Angst. Dinge, die unser Wohl und Weh betreffen, müssen wir bloß mit der Urteilskraft anfassen, die mit Begriffen und *in abstracto* operiert, in trockener und kalter Überlegung: die Phantasie darf ihnen nicht nahen: denn urteilen kann sie nicht: sie hält uns ein Bild vor: und dieses bewegt das Gemüt unnützer und oft sehr peinlicher Weise. – Also: die Phantasie gezügelt!“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 55 f)

* * *

„Zum Leitstern seiner Bestrebungen soll man nicht *Bilder der Phantasie* nehmen, sondern deutlich gedachte *Begriffe*. Meistens aber geschieht das Umgekehrte. Man wird nämlich, bei genauerer Untersuchung, finden, daß was bei unsern Entschließungen in letzter Instanz, den Ausschlag gibt, meistens nicht die Begriffe und Urteile sind, sondern ein Phantasiebild, welches die eine der Alternativen repräsentiert und vertritt. ... - Besonders in der Jugend fixiert sich das Ziel unseres Glücks in Gestalt einiger Bilder, die uns vorschweben und oft das halbe, ja das ganze Leben hindurch verharren. Sie sind eigentlich neckende Gespenster: denn, haben wir sie erreicht; so zerrinnen sie in nichts, indem wir die Erfahrung machen, daß sie gar nichts, von dem was sie verhießen, leisten. Dieser Art sind einzelne Szenen häuslichen, bürgerlichen, gesellschaftlichen, ländlichen Lebens, Bilder der Wohnung, Umgebung, der Ehrenzeichen, Respektbezeugungen usw. usw. *chaque fou a sa marotte* (Jeder Narr hat seine Kappe.): auch das Bild der Geliebten gehört oft dahin. Daß es uns so ergehe ist wohl natürlich: denn das Anschauliche wirkt, weil es das Unmittelbare ist, auch unmittelbarer auf unsern Willen, als der Begriff, der abstrakte Gedanke, der bloß das Allgemeine gibt, ohne das Einzelne, welches doch gerade die Realität enthält: er kann daher nur mittelbar auf unsern Willen wirken. Und doch ist es nur der Begriff, der Wort hält: daher ist es Bildung, nur ihm

zu trauen. Freilich wird er wohl mitunter der Erläuterung und Paraphrase durch einige Bilder bedürfen: nur cum grano salis (mit einem Körnchen Salz, ein wenig Verstand).“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 205 ff)

* * *

„Die vorhergegangene Regel läßt sich der allgemeineren subsumieren, daß man überall Herr werden soll über den Eindruck des Gegenwärtigen und Anschaulichen überhaupt. Dieser ist gegen das bloß Gedachte und Gewusste unverhältnismäßig stark, nicht vermöge seiner Materie und Gehalt, die oft sehr gering sind; sondern vermöge seiner Form, der Anschaulichkeit und Unmittelbarkeit, als welche auf das Gemüt eindringt und dessen Ruhe stört, oder seine Vorsätze erschüttert. Denn das Vorhandene, das Anschauliche, wirkt, als leicht übersehbar, stets mit seiner ganzen Gewalt auf einmal: hingegen Gedanken und Gründe verlangen Zeit und Ruhe, um stückweise durchdacht zu werden; daher man sie nicht jeden Augenblick ganz gegenwärtig haben kann. Demzufolge reizt das Angenehme, welchem wir, infolge der Überlegung, entsagt haben, uns doch bei seinem Anblick; ebenso kränkt uns ein Urteil, dessen gänzliche Inkompetenz wir kennen; erzürnt uns eine Beleidigung, deren Verächtlichkeit wir einsehn; ebenso werden zehn Gründe gegen das Vorhandensein einer Gefahr überwogen vom falschen Schein ihrer wirklichen Gegenwart, usf. In allem diesen macht sich die ursprüngliche Unvernünftigkeit unsers Wesen geltend. ... Wo wir nun denselben nicht ganz überwältigen können, mittelst bloßer Gedanken, da ist das beste einen Eindruck durch den entgegengesetzten zu neutralisieren, z.B. den Eindruck einer Beleidigung durch Aufsuchen derer, die uns hochschätzen; den Eindruck einer drohenden Gefahr durch wirkliches Betrachten des ihr Entgegenwirkenden. ...“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 207 f)

* * *

„Ein wichtiger Punkt der Lebensweisheit besteht in dem richtigen Verhältnis, in welchem wir unsere Aufmerksamkeit teils der Gegenwart, teils der Zukunft widmen, damit nicht die eine uns die andere verderbe. Viele leben zu sehr in der Gegenwart: die Leichtsinnigen; - andere zu sehr in der Zukunft: die Ängstlichen und Besorglichen. Selten wird einer genau das rechte Maß halten. Die, welche, mittelst Streben und Hoffen, nur in der Zukunft leben, immer vorwärtssehn und mit Ungeduld den kommenden Dingen entgegenzueilen, als welche allererst das wahre Glück bringen sollen, inzwischen aber die Gegenwart unbeachtet und ungenossen vorbeiziehn lassen, sind, trotz ihrer altklugen Mienen, jenen Eseln in Italien zu vergleichen, deren Schritt dadurch beschleunigt wird, daß an einem, ihrem Kopf angehefteten Stock ein Bündel Heu hängt, welches sie daher stets dicht vor sich sehn und zu erreichen hoffen. Denn

sie betrügen sich selbst um ihr ganzes Dasein, indem sie stets nur ad interim (vorläufig, für den Moment) leben, - bis sie tot sind. – Statt also mit den Plänen und Sorgen für die Zukunft ausschließlich und immerdar beschäftigt zu sein, oder aber uns der Sehnsucht nach der Vergangenheit hinzugeben, sollten wir nie vergessen, daß die Gegenwart allein real und allein gewiß ist; hingegen die Zukunft fast immer anders ausfällt, als wir sie denken; ja, auch die Vergangenheit anders war; und zwar so, daß es mit beiden, im ganzen, weniger auf sich hat, als es uns scheint. Denn die Ferne, welche dem Auge die Gegenstände verkleinert, vergrößert sie dem Gedanken. Die Gegenwart allein ist wahr und wirklich; sie ist die real erfüllte Zeit, und ausschließlich in ihr liegt unser Dasein. Daher sollten wir sie stets einer heitern Aufnahme würdigen, folglich jede erträgliche und von unmittelbaren Widerwärtigkeiten, oder Schmerzen, freie Stunde mit Bewusstsein als solche genießen, d.h. sie nicht trüben durch verdrießliche Gesichter über verfehlt Hoffnungen in der Vergangenheit, oder Besorgnisse für die Zukunft. Denn es ist durchaus töricht, eine gute gegenwärtige Stunde von sich zu stoßen, oder sie sich mutwillig zu verderben, aus Verdruß über das Vergangene, oder Besorgnis wegen des Kommenden. Der Sorge, ja, selbst der Reue, sei ihre bestimmte Zeit gewidmet: danach aber soll man über das Geschehene denken:

... (Aber so sehr es uns kränkte, wir wollen es lassen geschehn sein / Und, so schwer es uns wird, den Unmut zähmen im Herzen.)

und über das Künftige:

... (Doch das liegt im Schoße der Götter.)

hingegen über die Gegenwart: ... (Jeden einzelnen Tag sieh als besonderes Leben an.) (Sen.) und diese allein reale Zeit sich so angenehm wie möglich machen. Uns zu beunruhigen sind bloß solche künftige Übel berechtigt, welche gewiß sind und deren Eintrittszeit ebenfalls gewiß ist. Dies werden aber sehr wenige sein: denn die Übel sind entweder bloß möglich, allenfalls wahrscheinlich; oder sie sind zwar gewiß; allein ihre Eintrittszeit ist völlig ungewiß. Läßt man nun auf diese beiden Arten sich ein; so hat man keinen ruhigen Augenblick mehr. Um also nicht der Ruhe unsers Lebens durch ungewisse, oder unbestimmte Übel verlustig zu werden, müssen wir uns gewöhnen, jene anzusehn, als kämen sie nie; diese, als kämen sie gewiß nicht sobald. Je mehr nun aber einem die Furcht Ruhe läßt, desto mehr beunruhigen ihn die Wünsche, die Begierden und Ansprüche. Goethes so beliebtes Lied, >ich hab' mein' Sach auf nichts gestellt<, besagt eigentlich, daß erst nachdem der Mensch aus allen möglichen Ansprüchen herausgetrieben und auf das nackte, kahle Dasein zurückgewiesen ist, er derjenigen Geistesruhe teilhaft wird, welche die Grundlage des menschlichen Glückes ausmacht, indem sie nötig ist, um die Gegenwart, und somit das ganze Leben, genießbar zu

finden. Zu eben diesem Zwecke sollten wir stets eingedenk sein, daß der heutige Tag nur einmal kommt und nimmer wieder. Aber wir wähnen, er komme morgen wieder: morgen ist jedoch ein anderer Tag, der auch nur einmal kommt. Wir aber vergessen, daß jeder Tag ein integrierender und daher unersetzlicher Teil des Lebens ist, und betrachten ihn vielmehr als unter demselben so enthalten, wie die Individuen unter dem Gemeinbegriff. – Ebenfalls würden wir die Gegenwart besser würdigen und genießen, wenn wir, in guten und gesunden Tagen, uns stets bewußt wären, wie, in Krankheiten, oder Betrübnissen, die Erinnerung uns jede schmerz- und entbehungslose Stunde als unendlich beneidenswert, als ein verlorenes Paradies, als einen verkannten Freund vorhält. Aber wir verleben unsre schönen Tage, ohne sie zu bemerken: erst wann die schlimmen kommen, wünschen wir jene zurück. Tausend heitere, angenehme Stunden lassen wir, mit verdrießlichem Gesicht, ungenossen an uns vorüberziehn, um nachher, zur trüben Zeit, mit vergeblicher Sehnsucht ihnen nachzuseufzen. Statt dessen sollten wir jede erträgliche Gegenwart, auch die alltägliche, welche wir jetzt so gleichgültig vorüberziehn lassen, und wohl gar noch ungeduldig nachschieben, - in Ehren halten, stets eingedenk, daß sie eben jetzt hinüberwallt in jene Apotheose der Vergangenheit, woselbst sie fortan, vom Lichte der Unvergänglichkeit umstrahlt, vom Gedächtnisse aufbewahrt wird, um, wann dieses einst, besonders zur schlimmen Stunde, den Vorhang lüftet, als ein Gegenstand unsrer innigen Sehnsucht sich darzustellen.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 165-168)

* * *

„Lebensregel Nr. 34

Wenn man auf seinen zurückgelegten Lebenslauf zurücksieht und so manches verfehltes Glück, so manches herbeigezogenes Unglück erblickt, >des Lebens labyrinthisch irren Lauf< ... -; so kann man in Vorwürfen gegen sich selbst leicht zu weit gehen. Denn unser Lebenslauf ist keineswegs so schlechthin unser eignes Werk; sondern das Produkt zweier Faktoren, nämlich der Reihe der Begebenheiten und der Reihe der Entschlüsse, und zwar noch so, daß unser Horizont in beiden sehr beschränkt ist und wir unsre Entschlüsse nicht von weitem vorhersagen können, noch weniger aber die Begebenheiten voraussehn, sondern von beiden nur die gegenwärtigen kennen, deshalb wir, wenn unser Ziel noch ferne liegt, gar nicht einmal grade darauf zusteuern können, sondern nur approximativ und nach Mutmaßungen, d.h. wir müssen nach Maßgabe der Umstände uns jeden Augenblick entschließen, in der Hoffnung es so zu treffen, daß es uns dem Hauptziel näher bringt: so sind die vorliegenden Umstände und unsre Grundabsichten zweien nach verschiedenen Seiten ziehenden Kräften zu vergleichen, und die daraus entstehende Diagonale ist unser Lebenslauf.“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 70 f)

* * *

„Lebensregel Nr. 40

Gewöhnlich suchen wir das Trübe der Gegenwart aufzuhellen durch Spekulation auf günstige Möglichkeiten und bilden uns hundert chimärische Hoffnungen ein, von denen jede schwanger ist mit einem *Disappointment*, wenn sie, wie meistens, unerfüllt bleibt: statt dessen sollten wir lieber alle schlimmen Möglichkeiten zum Gegenstand unsrer Spekulation machen, welches teils Vorkehrungen veranlassen würde, ihnen vorzubeugen, teils angenehme Überraschungen, wenn sie nicht eintreten. <Finstre und ängstliche Charaktere werden manche imaginäre, aber weniger wirkliche Leiden antreffen als heitere und sorglose: denn wer alles schwarz sieht und immer das Schlimmste befürchtet, wird sich nicht so oft verrechnet haben, als wer stets den Dingen heitre Farbe und Aussicht leiht.>.“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 85)

* * *

„Um mit vollkommener *Besonnenheit* zu leben und aus der eigenen Erfahrung alle Belehrung, die sie enthält, herauszuziehn, ist erfordert, daß man oft zurückdenke und was man erlebt, getan, erfahren und dabei empfunden hat rekapituliere, auch sein ehemaliges Urteil mit seinem gegenwärtigen, seinen Vorsatz und Streben mit dem Erfolg und der Befriedigung durch denselben vergleiche. Dies ist die Repetition des Privatissimums (Privatvorlesung für einen einzelnen; Anmerkung im Originaltext), welches jedem die Erfahrung liest. Auch läßt die eigene Erfahrung sich ansehen als der Text; Nachdenken und Kenntnisse als der Kommentar dazu. Viel Nachdenken und Kenntnisse, bei wenig Erfahrung, gleicht den Ausgaben, deren Seiten zwei Zeilen Text und vierzig Zeilen Kommentar darbieten. Viel Erfahrung, bei wenig Nachdenken und geringen Kenntnissen, gleicht den bipontinischen Ausgaben (Ausgaben der griechischen und römischen Klassiker; Anmerkung im Originaltext), ohne Noten, welche vieles unverstanden lassen.

Auf die hier gegebene Anempfehlung zielt auch die Regel des Pythagoras, daß man abends, vor dem Einschlafen, durchmustern solle, was man den Tag über getan hat. Wer lebt, ohne je seine Vergangenheit zu ruminieren, vielmehr nur immerfort sein Leben abhaspelt, dem geht die klare Besonnenheit verloren: sein Gemüt wird ein Chaos, und eine gewisse Verworrenheit kommt in seine Gedanken, von welcher alsbald das Abrupte, Fragmentarische, gleichsam Kleingehackte seiner Konversation zeugt. Dies ist um so mehr der Fall, je größer die äußere Unruhe, die Menge der Eindrücke, und je geringer die innere Tätigkeit seines Geistes ist.

Hierher gehört die Bemerkung, daß, nach längerer Zeit und nachdem die Verhältnisse und Umgebungen, welche auf uns einwirkten, vorübergegangen sind, wir nicht vermögen, unsere damals durch sie erregte Stimmung und Empfindung uns zurückzurufen und zu erneuern: wohl aber können wir unserer eigenen, damals von ihnen hervorgerufenen *Äußerungen* uns erinnern. Diese nun sind das Resultat, der Ausdruck und der Maßstab jener. Daher sollte das Gedächtnis, oder das Papier, dergleichen, aus denkwürdigen Zeitpunkten, sorgfältig aufbewahren. Hiezu sind Tagebücher sehr nützlich.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 170-172)

* * *

„Man überlege in Vorhaben reiflich und wiederholt, ehe man dasselbe ins Werk setzt, und selbst nachdem man alles auf das gründlichste durchdacht hat, räume man noch der Unzulänglichkeit aller menschlichen Erkenntnis etwas ein, in Folge welcher es immer noch Umstände geben kann, die zu erforschen oder vorherzusehn unmöglich ist und welche die ganze Berechnung unrichtig machen könnten. Dieses Bedenken wird stets ein Gewicht auf die negative Schale legen und uns anraten, in wichtigen Dingen, ohne Not, nichts zu rühren: *quieta non movere* (Ruhendes nicht bewegen!). Ist man aber einmal zum Entschluß gekommen und hat Hand ans Werk gelegt, so daß jetzt alles seinen Verlauf zu nehmen hat und nur noch der Ausgang abzuwarten steht; dann ängstige man sich nicht durch stets erneuerte Überlegung des bereits Vollzogenen und durch wiederholtes Bedenken der möglichen Gefahr: vielmehr entschlage man der Sache sich jetzt gänzlich, halte das ganze Gedankenfach derselben verschlossen, sich mit der Überzeugung beruhigend, daß man alles zu seiner Zeit reiflich erwogen habe. ... Kommt dennoch ein schlimmer Ausgang; so ist es weil alle menschlichen Angelegenheiten dem Zufall und dem Irrtum unterliegen. Daß *Sokrates*, der Weiseste der Menschen, um nur in seinen eigenen, persönlichen Angelegenheiten das Richtige zu treffen, oder wenigstens Fehlritte zu vermeiden, eines warnenden *Dämonions* (innere Stimme, Gewissen) bedurfte, beweist, daß hiezu kein menschlicher Verstand ausreicht. ...“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 193 f)

* * *

„Neurasthenie

Genauso unbeständig wie das Wetter, ist in dieser Zeit der Regen- und Hagelschauer unsere Stimmung. Ein gebildeter und sonst durchaus vernünftiger Freund sagte mir gestern: >Ich bin unzufrieden mit mir; sobald ich nicht mehr arbeite oder am Bridgetisch sitze, wälze ich in meinem Kopf tausend Kleinigkeiten, die mich, rascher noch, als auf dem Gefieder einer

Taube die Farbe wechselt, von Freude in Traurigkeit und von Traurigkeit in Freude versetzen. Diese Kleinigkeiten – ein zu schreibender Brief, eine verpasste Straßenbahn, ein zu schwerer Überzieher – nehmen für mich ein Gewicht an, das dem eines regelrechten Unglücks gleichkommt. Umsonst predige ich mir Vernunft; umsonst versuche ich mir zu sagen, daß mich das alles gleichgültig lassen sollte; meine Argumente haben ebenso wenig Kraft wie der Ton einer durchnäßten Trommel. Kurz, ich bin ein bißchen neurasthenisch.< Lassen Sie die großen Worte und versuchen Sie, der Sache auf den Grund zu gehen, antwortete ich. Ihr Zustand ist der aller andern auch. Sie haben nur das Unglück, intelligent zu sein, zuviel über sich nachzudenken und verstehen zu wollen, warum Sie bald traurig, bald froh sind; und weil die Ihnen bekannten Gründe nicht ausreichen, sich das zu erklären, klagen Sie sich selber an. In Wirklichkeit fallen die Gründe, die einer hat, glücklich oder unglücklich zu sein, überhaupt nicht ins Gewicht; die Sache hängt von unserem Körper und dessen Funktionen ab, und selbst der robusteste Organismus hat, je nach dem Wetter, dem Essen, der ihm zugemuteten geistigen und körperlichen Anstrengung, mehrmals täglich seinen Hoch- und seinen Tiefpunkt; Ihre Stimmung aber steigt und fällt damit, wie ein Schiff mit der Flut. Für gewöhnlich haben diese Schwankungen nur den Wert kaum merklicher Nuancen; solange man etwas zu tun hat, denkt man nicht daran; sobald man aber Zeit hat, daran zu denken, und an nichts anderes mehr denkt, stellen sich Gründe in Massen ein, und diese Gründe, die in Wahrheit Wirkungen sind, nehmen Sie dann für Ursachen. Ein einigermaßen beweglicher Geist findet, wenn er traurig ist, ebenso viele Gründe für sein Traurigsein, wie er im umgekehrten Fall für sein Frohsein findet; oft dient derselbe Grund sogar doppelt. Pascal, der körperlich anfällig war, erschrak über die gewaltige Menge von Sternen; dabei kam der erhabene Schauer, den er bei ihrem Anblick empfand, wahrscheinlich nur daher, daß er sich, ohne es zu bemerken, an seinem Fenster erkältet hatte. Ein anderer, mit dessen Gesundheit es besser bestellt ist, wird in der gleichen Lage von den Sternen als von stummen Freunden sprechen. Beide jedenfalls werden über den gestirnten Himmel alle möglichen schönen Dinge sagen, die gleichermaßen an der eigentlichen Frage vorbeitreffen. Spinoza bemerkt einmal, einen von Leidenschaften freien Menschen könne es nicht geben; der Weise häufe aber in seiner Seele einen derartigen Vorrat glücklicher Gedanken an, daß mit ihm verglichen die Leidenschaften klein erschienen. Auch ohne Spinoza auf diesem schwierigen Weg zu folgen, kann sich doch jeder nach seinem Vorbild in Gestalt von Musik, Malerei, Gesprächen, soviel verfügbares Glück verschaffen, daß dem gegenüber seine Melancholien verblassen. Der Gesellschaftsmensch vergißt über seinen kleinen Verpflichtungen seine Leber; wir sollten uns schämen, aus unserer nützlichen Arbeit, unseren Büchern und unseren Freunden, nicht einen

noch weit größeren Nutzen zu ziehen. Vielleicht, daß wir uns für das, was Wert hat im Leben, nicht planmäßig genug interessieren? Wir verlassen uns zu sehr darauf. Nicht ganz leicht manchmal, auch zu wollen, was man sich wünscht.“

(Alain 1982: 15 ff)

* * *

„Leiden der Einbildungskraft

Die Einbildungskraft ist schlimmer noch als ein chinesischer Henker; sie dosiert die Furcht gleichsam; sie läßt sie uns als Feinschmecker auskosten. Ein wirkliches Unglück schlägt nur einmal zu, und der Schlag erschlägt das Opfer; einen Augenblick vorher war es genauso, wie wir sind, wenn wir an nichts Böses denken. Ein Spaziergänger wird von einem Auto erfaßt, zwanzig Meter weit mitgeschleift und ist auf der Stelle tot. Das Drama ist aus; es hat weder eigentlich begonnen noch gedauert; Dauer verschafft ihm erst die Reflexion. Weshalb ich, der ich an den Unfall denke, ihn völlig falsch sehe; ich denke nämlich daran als einer, der zwar dauernd im Begriff steht, überfahren zu werden, es aber nie wird. Ich stelle mir das Auto vor, das auf mich zukommt; in Wirklichkeit würde ich mich in Sicherheit bringen, wenn ich es auf mich zukommen sähe; aber da ich mich an die Stelle dessen versetze, der überfahren worden ist, bringe ich mich nicht in Sicherheit. Ich spiele mir das Überfahrenwerden sozusagen in Zeitlupe vor; ich halte den Film sogar von Zeit zu Zeit an; dann lasse ich ihn wieder von vorne laufen und sterbe lebendigen Leibs tausend Tode. Dem, der gesund ist, erscheint Kranksein unerträglich, eben weil er gesund ist, wie Pascal einmal bemerkt hat. Ohne Zweifel nimmt uns jede schwere Krankheit derart mit, daß wir schließlich nicht mehr von ihr spüren, als sie uns jeweils spüren läßt. Eine Tatsache, selbst die unangenehmste, hat den Vorteil, daß sie dem Spiel der Möglichkeiten ein Ende setzt und uns eben dadurch, daß sie nicht mehr bevorsteht, eine neue Zukunft eröffnet. Ein Mensch, der leidet, erhofft sich als höchstes Glück einen Zustand, der ihn gestern noch unglücklich gemacht hätte. Wir sind eben weit weiser, als wir meinen. Die wirklichen Übel verfahren mit uns so rasch wie der Henker. Er rasiert einem die Nackenhaare, schneidet einem den Hemdkragen ab, bindet einem die Arme und stößt einen zum Schafott. Mir, der ich daran denke, erscheint die Sache lang, weil ich mir das Geräusch der Schere und seine Hand auf meiner Schulter vorzustellen versuche. In Wirklichkeit verdrängt ein Eindruck den anderen, und die tatsächlichen Gedanken des Verurteilten sind wahrscheinlich Schauer, wie sie einen in Stücke geschnittenen Wurm durchlaufen; wir meinen, der Wurm leide darunter, in Stücke geschnitten zu sein; aber in welchem der Stücke ließe sich sein Leiden unterbringen? Man leidet darunter, wenn man jemand, den man früher kannte, als kindisch gewordenen Greis oder stumpfsinnigen

Trunkenbold wieder findet. Man leidet darunter, weil man ihn gleichzeitig sieht, wie er ist und wie er einmal war. Aber die Schritte der Natur sind glücklicherweise nicht widerruflich; erst jeder neue Schritt ermöglicht den nächsten; das Elend, das einen als Zuschauer sozusagen massiert anspringt, verteilt sich in Wahrheit auf viele Jahre; und eben das Elend dieses Augenblicks schlägt eine Brücke zum Elend des nächsten. Ein alter Mann ist kein junger Mann, der unter dem Altgewordensein leidet; und ein Mensch, der stirbt, ist kein Mensch, der lebt. Deshalb schmerzt der Tod nur die Lebenden; deshalb bedrückt das Unglück nur die Glücklichen; kurz, man ist ohne alle Heuchelei empfindlicher für fremdes als für eigenes Leid. Daher die Gefahr, sich über das Leben ein falsches Urteil zu bilden, das, wenn man nicht achtgibt, das Leben vergiftet. Anstatt auf tragisch zu machen, muss man mit aller Kraft den gegenwärtigen Augenblick denken.“

(Alain 1982: 27 f)

* * *

„Die Macht des Vergessens

Die Methode der Polizei, einen Trunkenbold dadurch zu heilen, daß sie ihm ein feierliches Versprechen abnimmt, verrät deutlich die Denkweise des Praktikers; ein Theoretiker würde sich nicht auf sie verlassen, denn in seinen Augen sind Gewohnheiten und Laster eines Menschen etwas fest in ihm Eingegrabenes. Die Denkweise der Naturwissenschaft auch auf den Menschen übertragend, gelten ihm dessen Eigenschaften als ebenso unveränderlich wie die Eigenschaften von Eisen und Schwefel. Ich dagegen glaube, daß uns unsere Tugenden und Laster in den meisten Fällen ebenso äußerlich sind, wie es der Natur des Eisens äußerlich ist, geschmiedet zu werden, oder der des Schwefels, zur Herstellung von Streichhölzern und Schießpulver zu dienen. Im Fall des Betrunkenen sehe ich auch, warum; das Bedürfnis entsteht hier aus der Gewohnheit; denn so viel trinken, wie er trinkt, macht Durst und benimmt den Verstand. Der erste Anstoß zu trinken aber ist nur schwach; ein feierliches Versprechen kann ihn sehr wohl überwinden; und diese kleine innere Anstrengung macht unseren Mann so nüchtern, als hätte er seit zwanzig Jahren nur Wasser getrunken. Auch das Gegenteil kommt vor; ich bin nüchtern; aber ich könnte in kurzem und ohne jede Anstrengung zum Trunkenbold werden. Ich habe früher gern gespielt; da sich die Umstände änderten, habe ich nicht mehr daran gedacht; ich würde das Spiel noch immer lieben, sobald ich wieder spielen würde. In jeder Leidenschaft gibt es eine Portion Eigensinn, vor allem aber einen verhängnisvollen Irrtum: wir halten uns nicht mehr für frei. Wer keinen Käse mag, probiert ihn erst gar nicht, weil er ja doch zu wissen meint, daß er ihn nicht mag. So meinen Junggesellen oft, daß sie es nicht aushalten könnten, verheiratet zu sein. Jede Verzweiflung

enthält unglücklicherweise so viel innere Bestätigung, daß der Verzweifelte alles ablehnt, was sie lindern könnte. Diese Illusion – denn dafür halte ich sie – ist natürlich; von dem, was einem fehlt, macht man sich notwendigerweise ein falsches Bild. Solange ich trinke, kann ich mir nicht vorstellen, daß ich nicht tränke; denn eben durch mein Trinken halte ich ja die Nüchternheit fern. Dasselbe gilt von der Traurigkeit, vom Spiel und von allem anderen auch. Bevor man umzieht, nimmt man Abschied von den Wänden, die man verlassen soll; kaum jedoch stehen die Möbel auf der Straße, liebt man bereits die neue Wohnung und die alte ist vergessen. Alles wird sehr schnell vergessen; die Gegenwart beweist ihre Kraft, und mit sicherer Bewegung paßt man sich ihr an. Jeder hat das wer weiß wie oft erlebt, und keiner will es glauben. Die Gewohnheit ist eine Art Idol, das Macht hat durch unseren Gehorsam; und was uns hier täuscht, ist unser Denken; denn was uns nicht möglich ist, zu denken, halten wir auch nicht für möglich, zu tun. Die Einbildungskraft regiert die menschlichen Verhältnisse, nur weil sie sich nicht von der Gewohnheit freimachen kann; die Einbildungskraft ist nämlich unerfinderisch; erfinderisch ist allein die Aktion. Mein Großvater entwickelte mit siebzig Jahren eine Abscheu vor fester Nahrung und lebte rund fünf Jahre lang von Milch. Man sprach davon als von einer Manie, und das Wort war hier ganz am Platz. Eines Tages sah ich ihn bei einem Familienessen plötzlich nach einem Hühnerbein greifen; und die sechs oder sieben Jahre, die er noch lebte, aß er genauso wie alle anderen auch. Zweifellos ein Akt des Mutes; aber des Mutes wogegen? Gegen die Meinung; und zwar sowohl die Meinung der andern wie die, die er von sich selber hatte. Eine glückliche Natur, wird man sagen. Keineswegs. Alle sind so; sie wissen es nur nicht; deshalb spielt jeder seine Rolle.“

(Alain 1982: 79 ff)

* * *

„Trost

Glück und Unglück lassen sich unmöglich vorstellen. Ich spreche hier weder von den eigentlichen Vergnügen, noch von Schmerzen wie Rheumatismus oder Zahnweh; von denen kann man sich ein Bild machen, indem man sich ihre Ursachen vorstellt, welche eine ganz bestimmte Wirkung haben; wenn ich mir zum Beispiel kochendes Wasser über die Hand gieße oder von einem Auto überfahren werde oder mir die Hand klemme, kann ich sowohl meinen wie den Schmerz eines anderen einigermaßen richtig einschätzen. Wenn es sich aber um jene Färbung der Stimmung handelt, welche Glück und Unglück ausmacht, läßt sich weder für einen anderen noch für einen selber das Geringste vorstellen. Alles hängt hier vom Gang unserer Gedanken ab, und man denkt nicht, wie man will; d.h. aber doch wohl, daß man

auch von unangenehmen Gedanken plötzlich befreit werden kann, ohne daß man weiß, warum. Das Theater zum Beispiel reißt uns auf eine Weise hin, die geradezu lächerlich ist, wenn man die Ursachen bedenkt, mit denen es das bewirkt; ein großmäuliger Held und eine Frau, die so tut, als ob sie weint, entlocken einem Tränen, richtige Tränen; dank einiger schlecht deklamierter Verse trägt man einen Augenblick lang alles Leid der Welt. Einen Augenblick später ist man von sich selber und allem Leid tausend Meilen entfernt. Kummer und Trost fallen ein und fliegen davon wie Vögel. Man könnte darüber erröten; es könnte einem Scham einjagen, mit Montesquieu sagen zu müssen: ‚Ich habe noch nie einen Kummer gehabt, den eine Viertelstunde Lektüre nicht zerstreut hätte.‘ Dabei doch klar, daß man, wenn man wirklich liest, ganz bei dem Gelesenen ist. Ein Mensch, der auf einem Karren zur Guillotine gefahren wird, ist zweifellos zu beklagen; gleichwohl wäre er auf seinem Karren nicht unglücklicher, als ich es im Augenblick bin, wenn er an etwas anderes dächte. Wenn er zum Beispiel die Schlaglöcher in der Straße zählte, würde er an die Schlaglöcher in der Straße denken. Durchaus möglich, daß ihn im letzten Augenblick ein Plakat beschäftigte, das er von weitem zu lesen versuchte. Was wissen wir davon? Und was weiß er davon? Ich erinnere mich der Erzählung eines Freundes, der um ein Haar ertrunken wäre. Er war zwischen der Kaimauer und einer Schiffswand ins Wasser gefallen und eine gute Weile unten geblieben; man hatte ihn leblos herausgezogen; er kehrte also gewissermaßen vom Tod zurück. Das aber sind seine Erinnerungen: Er befand sich mit geöffneten Augen unter Wasser und sah vor sich ein Tau schwimmen; er sagte sich, dass er das Tau ergreifen könnte, spürte aber gar keine Lust dazu; der Anblick des grünlich schimmernden Wassers und des schwimmenden Taus füllten sein Denken ganz aus. Das waren, wie er mir erzählte, seine letzten Augenblicke.“

(Alain 1982: 148 f)

* * *

„Schlaumeier

Wer sich voll Wut einem Hustenanfall überläßt, hofft sich damit von einem leisen Kitzel in der Kehle zu befreien; er erreicht das Gegenteil: er reizt mit dieser Methode die Kehle noch mehr; er gerät außer Atem, und die Anstrengung entkräftet ihn. Deshalb erzieht man in Krankenhäusern die Patienten dazu, nicht zu husten; das ist möglich einmal, indem man sich nach Kräften vom Husten abhält; sodann, indem man im selben Augenblick, in dem man sich anschickt zu husten, seinen Speichel hinunterschluckt, denn die eine Bewegung schließt die andere aus; endlich, indem man sich von dem leisen Kitzel in der Kehle nicht zum Zorn reizen läßt; gelingt es einem nämlich, nicht darauf zu achten, beruhigt er sich von selbst. Analog gibt es Kranke, die sich kratzen und sich damit ein blindes, mit Schmerz vermischtes

Vergnügen verschaffen, das sie anschließend mit um so heftigerem Juckreiz bezahlen. Genauso wie die, welche mit Fleiß husten, steigern auch sie sich in eine Art Wut gegen sich selber hinein. Beider Methode gleicht der jenes sprichwörtlichen Schlaumeiers, der ins Wasser sprang, um sich vor dem Regen zu schützen. Die Schlaflosigkeit bietet ein ähnliches Schauspiel; auch in ihr leidet man unter dem, was man sich selber zufügt. Denn nichts hindert einen, eine Zeitlang ruhig zu liegen, ohne zu schlafen; schließlich ist man in einem Bett doch ganz gut aufgehoben. Aber der Kopf mischt sich ein; man sagt sich, daß man schlafen will; man gibt sich alle Mühe zu schlafen; man verwendet seine ganze Aufmerksamkeit und seinen ganzen Willen darauf, mit dem Erfolg, daß eben diese Anstrengung einen wach erhält. Oder man ärgert sich; man zählt die Stunden; man macht sich Vorwürfe, die kostbare Zeit der Ruhe nicht besser zu verwenden; zugleich wirft man sich im Bett herum. Wiederum die Methode des oben erwähnten Schlaumeiers. Oder man hat irgendeinen Grund zur Unzufriedenheit und kommt so oft wie möglich darauf zurück; man blättert in seiner eigenen Geschichte wie in einem Schreckensroman, den man auf dem Tisch findet; man wühlt sich hinein in seinen Kummer; man genießt ihn; man wiederholt ihn sich, um ihn nur ja nicht zu vergessen; man läßt alles Ärgerliche, das einem daraus erwachsen kann, sorgsam Revue passieren. Kurz, man reizt das Übel durch Kratzen. Wiederum die beschriebene Schlaumeiermethode. Ein Verliebter, dem seine Angebetete den Laufpaß gegeben hat, möchte gar nicht an etwas anderes denken; er beschwört das entschwundene Glück und die Reize der Ungetreuen; er quält sich selber nach Herzenslust. Wenn er aber schon an nichts anderes denken kann, sollte er sein Unglück zumindest unter einem anderen Gesichtswinkel betrachten; er sollte sich sagen, daß die Betreffende eine dumme Gans ist, welche ihre erste Jugend bereits hinter sich hat; er sollte sich das Leben ausmalen, das er an ihrer Seite geführt hätte, wenn sie erst in die Jahre gekommen wäre; er sollte sich eingehend die verflossenen Freuden examinieren und überlegen, wie viel davon nur auf Konto seiner Begeisterung gegangen war; er sollte sich die Verstimmungen ins Gedächtnis rufen, über die man hinweggeht, solange man glücklich ist, die aber im Unglück einen Trost gewähren. Schließlich sollte er seine Aufmerksamkeit auf ein weniger reizvolles körperliches Merkmal der Dame richten; ob Auge, Nase, Mund, Hand, Fuß oder Stimme, man findet so etwas immer; ich gebe allerdings zu, daß dieses Heilmittel Heroismus voraussetzt. Sich in eine schwierige Arbeit zu stürzen, ist leichter. Jedenfalls darf man sich nicht seinem Unglück hingeben, sondern muß alles tun, um sich zu trösten. Wer es guten Willens versucht, wird rascher getröstet sein, als er glaubt.“

(Alain 1982: 152 ff)

* * *

„Erkenne dich selbst

Ich las gestern in einer Annonce: >Das große Geheimnis! Das sichere Mittel, im Leben Erfolg zu haben, Einfluß auf seine Mitmenschen zu gewinnen und sie sich günstig zu stimmen. Es handelt sich um ein Lebensfluidum, das jeder besitzt, von dem aber nur der berühmte Professor X die Anwendung weiß. Für 10 Francs wird er sie Ihnen verraten. Von nun an wird man sagen, daß alle, die in ihren Unternehmungen nicht zum Ziel kommen, keine 10 Francs übrig hatten.< Da die Zeitung, welche diese Annonce gedruckt hat, sie nicht umsonst druckt, ist anzunehmen, daß der Erfolgsprofessor und Fluidumverkäufer Kunden findet. Darüber nachdenkend, kam mir in den Sinn, daß der Professor wahrscheinlich geschickter ist, als er selber weiß. Denn was tut er, von seinem Fluidum einmal ganz abgesehen? Wenn er den Leuten ein wenig Selbstvertrauen gibt, ist das bereits viel, jedenfalls genug, sie der kleinen Schwierigkeiten, aus denen man so leicht Berge macht, Herr werden zu lassen. Schüchternheit ist ein arges Hindernis, oft sogar das einzige Hindernis. Aber ich gehe noch weiter; ich stelle fest, daß er sie, ohne sich dessen recht bewußt zu sein, zu Aufmerksamkeit, Nachdenken und Methode erzieht. Bei der angeblichen Anwendung eines solchen Fluidums dreht es sich immer darum, sich irgend etwas intensiv vorzustellen. Ich nehme an, daß der Professor die Leute so nach und nach dazu bringt, sich konzentrieren zu können. Schon damit aber hat er sein Geld verdient. Denn erstens werden sie auf diese Weise davon abgehalten, an sich selber, ihre Vergangenheit, ihre Mißerfolge und ihren Magen zu denken; und das befreit sie von einem täglich schwerer werdenden Gewicht. Wie viele, die ihr Leben damit verbringen, sich und andere anzuklagen! Zweitens kommen sie dazu, sich ernsthaft über ihre Ziele, ihre Mitmenschen und die Verhältnisse klarzuwerden und nicht, wie im Traum, alles durcheinander zu schmeißen. Daß sie danach Erfolg haben, ist nicht weiter verwunderlich. Ich rechne dabei gar nicht die günstigen Zufälle ein, die für den Professor arbeiten. Ungünstige Zufälle gibt es unter diesen Umständen ohnehin nicht mehr. Im allgemeinen glaubt jeder, er hätte Feinde, und er täuscht sich. Die Menschen sind gar nicht so beständig; nur pflegt man Feindschaften für gewöhnlich aufmerksamer als Freundschaften. Zum Beispiel glauben Sie, daß der oder jener Ihnen übelwolle; er selber hat die Sache wahrscheinlich längst vergessen; allein durch Ihr Gesicht erinnern Sie ihn wieder daran. Ein Mensch hat kaum andere Feinde als sich selber. Mit seinen Fehltrüben, seinen leeren Befürchtungen, seiner Verzweiflung und Mutlosigkeit schadet er selber sich am meisten. Jemanden also sagen: >Ihr Schicksal hängt von Ihnen selber ab<, ist ein Rat, der seine 10 Francs wert ist; das Fluidum bekommt man noch gratis dazu. Zur Zeit des Sokrates gab es in Delphi bekanntlich eine von Apoll inspirierte Sybille, die jedem, der wollte, Ratschläge verkaufte. Nur hatte der Gott, darin

ehrlicher als unser Fluidumverkäufer, sein Geheimnis am Tempelgiebel angeschrieben. Und wenn einer das Orakel aufsuchte, um zu erfahren, was die Dinge für oder gegen ihn bereithielten, konnte er, noch bevor er eintrat, den für alle gleich nützlichen Spruch lesen: >Erkenne dich selbst.<“

(Alain 1982: 164 f)

* * *

„Eine Kur

Nachdem sie einander von den Bädern erzählt hatten, die sie nahmen, und von der Diät, die sie befolgten, sagte der erste: ‚Ich mache seit zwei Wochen eine Kur in guter Laune und befinde mich dabei sehr wohl. Es gibt Zeiten, in denen die Gedanken bitter werden, in denen man an allem etwas auszusetzen findet und weder bei anderen noch bei sich selber mehr etwas Schönes feststellt. Wenn es soweit gekommen ist, muß man sich einer Kur in guter Laune unterziehen. Sie besteht darin, seine gute Laune sowohl jeder Art von Pech wie jenen Kleinigkeiten gegenüber zu bewahren, die einen, wenn man sich nicht in Kur befände, in Verwünschungen ausbrechen ließen. Aber zu Kurzwecken ist dieser kleine Ärger ebenso nützlich, wie Berge nützlich sind, sich die Beinmuskeln zu stärken.‘ ‚Es gibt lästige Leute‘, sagte der zweite, ‚die sich zusammentun, um gemeinschaftlich zu klagen und anzuklagen; für gewöhnlich flieht man sie; aber wenn man eine Kur in guter Laune macht, sucht man sie umgekehrt auf; sie sind für diese Kur dasselbe, was für gymnastische Übungen Hanteln sind. Man fängt mit den leichtesten an und geht stufenweise zu den schwersten über. So teile ich meine Freunde und Bekannte nach dem Grad ihrer schlechten Laune ein und nehme sie mir der wachsenden Schwierigkeit nach vor. Sind sie noch gereizter und ausfälliger als gewöhnlich, sage ich mir: ‚Eine gute Gelegenheit! Nur Mut! Werde auch damit noch fertig!‘ ‚Auch alltägliche Dinge‘, sagte der dritte, ‚sind oft so, wie es einer Kur in guter Laune förderlich ist. Ein angebranntes Ragout, altes Brot, Hitze und Staub, zu bezahlende Rechnungen und ein fast leeres Portemonnaie geben Gelegenheit zu nützlichen Übungen. Wie beim Boxen sagt man sich: ‚Ich muß diesen Schlag entweder abwehren oder einstecken.‘ Für gewöhnlich brüllt man los wie ein Kind und schämt sich so sehr darüber, derart zu brüllen, daß man noch mehr brüllt. Macht man aber eine Kur in guter Laune, sieht die Sache anders aus; man nimmt sie hin wie einen Wasserguß; man schüttelt sich; man zuckt die Achseln; dann streckt man sich und lockert seine Muskeln; man wirft sie aufeinander wie nasse Wäschestücke; woraufhin man Appetit bekommt und das Leben schmackhaft findet. Aber ich verlasse sie jetzt‘, schloß er; ‚Sie sehen mir zu heiter aus; Sie können mir bei meiner Kur nichts mehr nützen.‘“

(Alain 1982: 180 f)

* * *

„Von der Unentschlossenheit

Descartes sagt von der Unentschlossenheit, sie sei von allen Übeln das größte. Er sagt es mehr als einmal und erklärt es nie. Ich kenne nichts, was mehr Licht auf die Natur des Menschen würde. Alle Leidenschaften und ihre ganze Sterilität lassen sich von daher erklären. Glücksspiele gefallen so, weil sie unsere Entschlußkraft stärken. Im Glücksspiel ist, genauso genommen, alles egal, und man muß wählen. Für die Vernunft stellt dieses abstrakte Risiko gleichsam eine Beleidigung dar; trotzdem muß man wählen. Das Spiel gibt einem auf der Stelle Antwort; ein Bedauern, wie es sonst so leicht unsere Gedanken vergiftet, ist hier nicht möglich; es ist nicht möglich, weil keine Vernunft bei der Sache ist. Man kann nicht sagen: >Wenn ich das gewußt hätte<, weil es zur Spielregel gehört, dass man nichts weiß. Deshalb wundert es mich gar nicht, daß das Spiel das einzige Heilmittel gegen die Langeweile ist; denn Langeweile besteht hauptsächlich darin, daß man überlegt, obwohl man weiß, daß es unnütz ist, zu überlegen. Ein Verliebter, der nicht mehr schläft, oder ein Mensch, dessen Ehrgeiz enttäuscht worden ist: woran leiden sie eigentlich? Diese Art von Leiden liegt ganz im Denken, obwohl man ebenso gut sagen könnte, daß sie ganz im Körper liege. Die Erregung, die den Schlaf vertreibt, kommt nur von den leeren Entschlüssen, die nichts entscheiden und, indem sie auf den Körper zurückwirken, diesen wie einen Karpfen auf dem Trockenen zappeln lassen. Es gibt etwas Gewalttätiges in der Unentschlossenheit. >Schluß jetzt; ich werde mit allem brechen.< Aber sogleich sieht der Gedanke Versöhnungsmöglichkeiten. Man wägt die Folgen des einen Schrittes gegen die des anderen ab, ohne je von der Stelle zu kommen. Die Wohltat wirklichen Handelns besteht darin, dass die Möglichkeit, für die man sich nicht entschieden hat, vergessen wird und, genauso genommen, auch gar nicht mehr existiert, weil das Handeln alles verändert hat. Nur in Gedanken handeln dagegen ist nichts; alles bleibt, wie es war. In jedem Handeln gibt es ein Element Glücksspiel; denn man muß seine Überlegungen abbrechen, bevor der Gegenstand erschöpft ist. Ich habe schon oft gedacht, daß Furcht nichts anderes als die Empfindung einer sozusagen muskulären Unentschlossenheit ist. Man fühlt sich zum Handeln aufgefordert und unfähig, zu handeln. Der Schwindel läßt das Wesen der Furcht noch reiner erkennen, da das Übel hier nur von einem Zweifel herrührt, mit dem man nicht fertig wird. Der Grund, weshalb man Furcht hat, ist immer zuviel Geist. Das Schlimme bei dieser Art von Übeln ist, daß man sich für unfähig hält, sich von ihnen freizumachen. Man erscheint sich selber als Mechanismus und verachtet sich. Der ganze Descartes steckt in dem oben angeführten

souveränen Urteil, das sowohl die Ursachen wie das Heilmittel aufzeigt. Soldatische Tugend; ich verstehe, daß Descartes hat dienen wollen. Turenne war dauernd in Bewegung; auf diese Weise heilte er sich von der Unentschlossenheit und übertrug sie auf den Gegner. Descartes verfährt in seinen Gedanken nicht anders. Er macht sich ein Programm daraus, sich zu bewegen und zu entscheiden. Unentschlossenheit wäre bei einem Mathematiker von Grund auf komisch, denn sie nähme kein Ende. Wieviele Punkte hat eine Gerade? Weiß man wirklich, was man denkt, wenn man zwei Parallelen denkt? Der Mathematiker entscheidet kurzerhand, daß man's weiß, und schwört einzig, nichts an seiner Entscheidung zu ändern und nie wieder darauf zurückzukommen. Sieht man genau hin, ist eine Theorie nichts als ein definierter und beschworener Irrtum. Die ganze Kraft des Geistes bei diesem Spiel besteht darin, nie zu meinen, er habe etwas festgestellt, wenn er nur etwas entschieden hat. Darauf beruht das Geheimnis, immer sicher zu sein, ohne je etwas zu glauben. Er hat beschlossen: ein schönes Wort, zwei Bedeutungen in einer.“

(Alain 1982: 189 ff)

4.2.2 Empfehlungen und Warnungen zur Linderung von Schmerzen

Die folgende Sammlung von Aphorismen behandelt Maximen, wie man am besten mit einem Übel umgeht. Da eine psychische Erkrankung zu den Übeln zu zählen ist, findet man nun Anregungen, welcher Umgang Linderung erzeugen kann.

„Behandeln muß man die Schicksalsschläge mit der Dankbarkeit für das Verlorene und mit der Erkenntnis, daß man das Vergangene nicht ungeschehen machen kann.“

(Epikur, Weisungen 55, bei Krautz 1997: 93)

* * *

„Lebensregel Nr. 6

Willig tun was man kann und willig leiden was man muß. ... [>Wir sollen leben nicht wie wir wollen, sondern wie wir können, ...].“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 45)

* * *

„Lebensregel Nr. 11

Wenn etwas Unglückliches ein Mal da ist und nicht zu helfen; sich auch nicht den Gedanken erlauben, daß es anders sein könnte: ... Sonst ist man ein ... [Selbstquäler (Terenz)]. Doch hat

das Umgekehrte den Nutzen, uns durch die Selbstzüchtigung für ein ander Mal vorsichtiger zu machen.“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 46)

* * *

„Lebensregel Nr. 15

Ein Mann, der bei allen Unfällen des Lebens gelassen bleibt, zeigt bloß, daß er weiß, wie ungeheuer und wie tausendfältig die möglichen Übel des Lebens sind und der deshalb das gegenwärtige ansieht als einen sehr kleinen Teil dessen, was kommen könnte: und umgekehrt, wer dieses letztere weiß und bedenkt, wird stets gelassen bleiben. ...“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu ein, bei Volpi 1999: 50)

* * *

„Lebensregel Nr. 27

Öfter die betrachten, welche schlimmer daran sind als wir, denn die, welche besser zu sein scheinen. Bei unsern wirklichen Übeln ist der wirksamste Trost die Betrachtung viel größerer Leiden anderer: nächst dem, der Umgang mit den sociis malorum [Leidensgefährten], die mit uns im selben Fall sind.“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu ein, bei Volpi 1999: 64 f)

* * *

„Die traurige und die heitere Marie

Durchaus nützlich, einmal über das zirkuläre Irresein nachzudenken, besonders über jenen Fall der >traurigen und der heiteren Marie<, den einer unserer Psychiater in seiner Klinik beobachtet und anschließend beschrieben hat. Dieses Mädchen war mit der Regelmäßigkeit einer Uhr eine Woche heiter und die nächste traurig. War sie heiter, ging alles gut; sie liebte den Regen genauso wie die Sonne; der geringste Freundschaftsbeweis versetzte sie in Entzücken; dachte sie an jemand, den sie gern hatte, erblickte sie darin einen persönlichen Glücksfall. Sie langweilte sich nie; was immer ihr auch durch den Kopf ging, war erfreulich. Kurz, sie befand sich in dem Zustand, den ich jedem wünsche. Denn jedes Ereignis läßt sich von zwei Seiten betrachten: es ist niederschmetternd oder tröstlich, je nachdem man will; woran man sieht, daß die Anstrengungen, die man macht, um glücklich zu sein, niemals umsonst sind. Aber nach einer Woche veränderte alles die Farbe. Sie verfiel einer verzweifelten Schwermut; nichts interessierte sie mehr; unter ihrem Blick welkte alles dahin. Sie glaubte weder mehr ans Glück noch an Freundschaft. Niemand hatte sie je geliebt; und die Leute hatten durchaus recht: sie hielt sich für dumm und langweilig; sie verschlimmerte ihr Übel, indem sie ständig drüber nachdachte; mit methodischer Konsequenz brachte sie sich

sozusagen Stück für Stück um. Sie sagte zum Beispiel: >Sie versuchen mir einzureden, daß Sie sich für mich interessieren; aber ich falle nicht herein auf Ihre Komödie.< Machte ihr jemand ein Kompliment, wollte er sich über sie lustig machen; schenkte ihr jemand etwas, wollte er sie demütigen. Ein Geheimnis war gleich ein schwarzes Komplott. Gegen diese Leiden der Einbildungskraft gibt es kein Mittel, da selbst die günstigsten Umstände dem Unglücklichen vergeblich lächeln. Glücklichein setzt eben weit mehr Entschluß und Willen voraus, als man meint. Aber der Psychiater sollte eine noch weit erstaunlichere Lektion entdecken. Um das Rätsel dieses merkwürdigen Stimmungswechsels aufzuklären, nahm er unter anderem auch eine Zählung der Blutkörperchen seiner Patientin vor. Und dabei stellte sich endlich das Gesetz heraus. Gegen Ende einer Heiterkeitsperiode nahm die Zahl der Blutkörperchen ab, gegen Ende einer Traurigkeitsperiode nahm sie zu. Blutarmut und Blutfülle waren also die Ursachen der jeweiligen Phantasmagorie. Wenn Marie wieder traurig war, konnte ihr der Arzt jetzt auf ihre leidenschaftlichen Ausbrüche antworten: >Trösten Sie sich; morgen werden Sie wieder glücklich sein.< Aber das wollte sie nicht glauben. Ein Freund, der sich gern als melancholisches Temperament bezeichnet, bemerkte dazu: >Doch ganz klar! Ich kann schließlich nicht durch Nachdenken meine Blutkörperchen vermehren. Also ist alle Philosophie umsonst. Freude und Traurigkeit suchen uns nach ebenso mechanischen Gesetzen heim wie Sommer und Winter, Sonne und Regen. Mein Wunsch, glücklich zu sein, hat ebenso wenig Einfluß auf das eine, wie mein Wunsch, spazierenzugehen, auf das andere. Nicht ich lasse es regnen; nicht ich erzeuge die Melancholie in mir, ich erdulde sie, und ich weiß, daß ich sie erdulde; aber das ist ein schwacher Trost.< So einfach indes ist die Sache nicht. Gebe ich mich finsternen Gedanken, düsteren Ahnungen, drückenden Erinnerungen hin, spiele ich mir meine Traurigkeit gleichsam vor und genieße sie; weiß ich indes, daß nur Blutkörperchen dahinterstecken, lache ich darüber und schicke die Traurigkeit in den Körper zurück; sie ist dann nur mehr Erschöpfung oder Krankheit. Schließlich läßt sich Bauchweh leichter ertragen als ein Verrat. Sagt man nicht besser, es fehle einem an Blutkörperchen, als es fehle einem an wahren Freunden? Die Leidenschaft lehnt sowohl die Vernunftgründe ab wie das Brom; die von mir angedeutete Methode öffnet gleichzeitig beiden die Tür.“

(Alain 1982: 12 ff)

* * *

„Melancholie

Vor einiger Zeit traf ich einen Freund, der an einem Nierenstein litt und dementsprechend düsterer Verfassung war. Wie bekannt, macht diese Art von Krankheit traurig; als ich ihm das

sagte, stimmte er mir bei; woraufhin ich schloß: >Da Sie wissen, daß diese Krankheit traurig macht, sollten Sie sich nicht darüber verwundern, daß Sie traurig sind, und sich auch nicht die Laune verderben lassen deswegen.< Diese Bemerkung brachte ihn zum Lachen, was bereits kein schlechtes Resultat war. Das schließt nicht aus, daß ich in dieser, zugegeben, etwas albernem Form gleichwohl etwas Wichtiges gesagt hatte, das sich die, welche ein Kummer plagt, nur selten klarmachen. Tiefe Traurigkeit ist immer die Folge eines körperlichen Krankheitszustandes; ein Kummer, der keine Krankheit ist, läßt uns weit mehr Ruhepausen, als wir glauben; solange nicht zusätzlich Erschöpfung oder ein irgendwo sitzender Stein unsere Gedanken verdüstert, hat der Gedanke an unser Unglück sogar eher etwas Verwunderliches als Betrübliches. Die meisten streiten das ab; sie behaupten, daß das, was sie im Unglück leiden mache, eben der Gedanke an ihr Unglück sei; tatsächlich schwer in dieser Lage, bestimmten Vorstellungen, die uns quälen, keine Stachel und Krallen zuzuschreiben. Aber betrachten wir jene Kranken, die man als Melancholiker bezeichnet; wir stellen fest, daß sie in schlechthin jedem Gedanken einen Grund finden, traurig zu sein; jedes Wort verletzt sie; bedauert man sie, fühlen sie sich allein auf der Welt. Ihr ganzes Dasein dient einzig dazu, immer wieder ihre Aufmerksamkeit auf den eigenen Zustand zu versammeln; und wenn sie sich selber die angeblichen Gründe für ihr Traurigsein aufzählen, genießen sie ihre Traurigkeit als wahre Feinschmecker. Nun bietet uns aber der Melancholiker nur vergrößert das Bild eines jeden, der Kummer hat. Was von ihm gilt: daß nämlich Traurigkeit krankhaft ist, muß für alle gelten. Das übertriebene Leid kommt zweifellos von den Gedanken, die wir darauf verwenden und mit denen wir sozusagen dauernd die wunde Stelle abtasten. Von dieser Art der Verrücktheit, die die Leidenschaften bis zur Wut steigert, kann man sich befreien, wenn man sich sagt, daß Traurigkeit nur eine Krankheit ist, die man, ohne zu rasonieren, genauso ertragen muß wie jede andere auch. Die Prozession mißvergnügter Gedanken wird damit zerstreut; man nimmt seinen Kummer nicht anders, als man ein Bauchweh nimmt; man bringt es zu einer Melancholie, die stumm ist und beinahe ohne Bewußtsein; man klagt nicht mehr an, man erträgt; und unterdes ruht man aus und bekämpft damit die Traurigkeit so, wie sie bekämpft werden muß. Nichts anderes bezweckte auch das Gebet: jener unbegreiflichen Majestät und unerforschlichen Weisheit gegenüber, die alles wohl überlegt hat, verzichtete der Fromme darauf, sich Gedanken zu machen; und es gibt sicherlich kein aus lauterem Herzen gesprochenes Gebet, das nicht auf der Stelle viel erreicht hat: schon die Unruhe besiegen, ist viel. Aber auch auf dem Weg der Vernunft kann man sich dieses die Einbildungskraft einschläfernde Opium verschaffen, das uns davon abhält, uns Punkt für Punkt unser Unglück aufzuzählen.“

(Alain 1982: 18 f)

* * *

„Körperhaltungen

Noch der gewöhnlichste Mensch wird zum Künstler, wenn er sein Unglück mimt. Ist ihm, wie man sagt, schwer ums Herz, preßt er noch zusätzlich die Hände gegen die Brust, bis alle Muskeln sich gegenseitig blockieren. Auch wenn gar kein Feind zu sehen ist, beißt er die Zähne aufeinander und ballt die Fäuste. Und selbst wenn diese Verwirrung stiftenden Gesten nicht nach außen sichtbar werden, deutet er sie doch im Innern seines Körpers an, was eine noch stärkere Wirkung hat. Man wundert sich manchmal, daß einem, wenn man nicht schlafen kann, immer wieder dieselben, meist quälenden Gedanken durch den Kopf gehen; man kann beinah wetten, daß daran die gerade beschriebene Mimik schuld ist. Gegen alle Leiden moralischer Natur, aber auch gegen alle Krankheiten in ihrem Anfangsstadium, muß man mit Entspannung und Gymnastik angehen: ein Mittel, das fast immer hilft; man denkt nur zu selten daran. Die Gesten der Höflichkeit haben große Macht über unsere Gedanken; und es hilft sowohl gegen schlechte Laune wie gegen Magenschmerzen, wenn man Liebenswürdigkeit, Wohlwollen und Freude mimt; die dazu erforderlichen Bewegungen – Verbeugungen und Lächeln – haben nämlich das Gute, die ihnen entgegengesetzten Bewegungen des Zorns, des Mißtrauens und der Traurigkeit unmöglich zu machen. Darum sind gesellschaftliche Veranstaltungen so beliebt: sie geben Gelegenheit, das Glück zu mimen; und diese Komödie heilt uns mit Sicherheit von der Tragödie, was nicht eben wenig ist. Nützlich für den Arzt, in dieser Hinsicht einmal über die religiöse Andachtshaltung nachzudenken; denn der kniende, nach vorn gebeugte Körper entlastet die Organe und erleichtert ihre Funktionen. >Neig den Kopf, stolzer Sigamber!< Man verlangt von ihm nicht, daß er seinen Zorn fahren läßt; man verlangt von ihm nur, daß er schweigt, die Augen schließt und sich zu einer Körperhaltung der Sanftmut bequemt; auf diese Weise wird alles Gewalttätige seines Charakters ausgelöscht, wenn schon nicht für lange oder gar für immer, so doch auf der Stelle und für einen Augenblick. Die Wunder der Religion sind keineswegs Wunder. Ein schönes Schauspiel, wenn ein Mensch einen ihm lästigen Gedanken verscheucht; er zuckt die Achseln, als wolle er seine Muskeln ordnen; er schüttelt den Kopf, damit sich andere Wahrnehmungen einstellen; mit einer Handbewegung wischt er seine Sorgen weg und schnipst mit den Fingern: beinah der Anfang eines Tanzes. Wenn ihn in diesem Augenblick noch die Harfe Davids überrascht und seine Bewegungen in Zucht nimmt, bis alle Ungeduld und aller Zorn gewichen sind, ist er auf der Stelle geheilt. Ich liebe die Geste der Verblüffung und Ratlosigkeit; man kratzt sich hinter den Ohren, und diese List

lenkt ab von der Geste, die den Stein wirft oder die Lanze schleudert. Die Geste, welche befreit, und die Geste, welche hinreißt, liegen hier nämlich ganz nah beieinander. Der Rosenkranz, der zugleich die Gedanken und die Finger beschäftigt, ist gewiß eine bewunderungswürdige Erfindung. Aber das Geheimnis des Weisen, daß der Wille zwar keine Macht über die Leidenschaften, wohl dagegen über die Bewegungen hat, ist noch schöner. Schließlich leichter, eine Geige zu nehmen und darauf zu spielen, als sich ins Unabänderliche fügen.“

(Alain 1982: 45 f)

* * *

„Im Regen

Es gibt wahrhaftig genug wirkliche Übel; das hindert jedoch nicht, daß die meisten sie durch einen Akt ihrer Einbildungskraft noch vermehren. Kein Tag, an dem man nicht mindestens einem Menschen begegnet, der sich über seinen Beruf beklagt; und was er sagt, erscheint durchaus überzeugend; denn auszusetzen gibt es an allem etwas: nichts ist vollkommen. Sie zum Beispiel sind Lehrer und beklagen sich darüber, daß Sie junge Dummköpfe unterrichten müssen, die sich für nichts interessieren; Sie sind Ingenieur und ersticken in Papierkram; Sie sind Rechtsanwalt und plädieren vor Richtern, die schlafen, anstatt Ihnen zuzuhören. Was Sie sagen, ist zweifellos wahr; diese Art Dinge kann man fast immer glauben. Wenn Sie dazu noch einen schlechten Magen und undichte Schuhe haben, dann verstehe ich Sie; beides zusammen ist Grund genug, das Leben und die Menschen zu verfluchen. Sie müssen sich nur über eins klar sein: daß die Sache eine Schraube ohne Ende ist, daß nämlich Traurigkeit Traurigkeit erzeugt. Denn damit, daß Sie sich derart über Ihr Schicksal beklagen, vermehren Sie Ihr Unglück; Sie nehmen sich von vornherein die Möglichkeit, noch über etwas zu lachen, und selbst Ihr Magenleiden wird dadurch verschlimmert. Wenn Sie einen Freund hätten, der sich ähnlich bitter über alles beklagte, würden Sie zweifellos versuchen, ihn zu beruhigen und ihm die Welt in einem anderen Licht zu zeigen. Warum aber sollten Sie dieser Freund nicht auch sich selbst gegenüber sein? Jawohl, ganz im Ernst, man muß sich ein wenig gern haben und gut zu sich sein. Denn oft hängt alles von der ersten Einstellung ab, zu der man sich entschließt. Ein Autor der Antike hat gesagt, jedes Ereignis gleiche einem Krug mit zwei Henkeln, und es sei unklug, den Krug just an dem Henkel zu fassen, der einem in die Hand schneide. Der Sprachgebrauch hat immer den als Philosophen bezeichnet, der jedem Vorkommnis die beste Seite abzugewinnen weiß; denn einzig das hilft. Man muß für, nicht gegen sich Partei ergreifen. Wir sind alle so beredete Anwälte, daß wir auch Gründe zum Zufriedensein finden, wenn wir es darauf anlegen. Ich habe immer wieder beobachtet, daß die

Menschen sich hauptsächlich aus Gedankenlosigkeit, zum Teil sogar aus Höflichkeit, über ihren Beruf beklagen. Wenn man sie dazu bringt, nicht von dem zu sprechen, was sie in ihrem Beruf auszustehen haben, sondern was sie in ihm leisten, werden sie zu entflammten Dichtern. Eben zum Beispiel fällt ein kleiner Regen; Sie sind auf der Straße; Sie öffnen Ihren Schirm; das genügt. Wozu noch die Bemerkung: ‚Schon wieder dieser elende Regen!‘ Das macht weder den Regentropfen, noch den Wolken, noch dem Wind das geringste aus. Warum also nicht gleich sagen: ‚Welch netter kleiner Schauer!‘ Ich weiß, Sie werden sagen, daß das den Regentropfen nichts ausmache; ganz richtig; aber es macht Ihnen selber etwas aus; es wird Ihnen davon warm werden; denn das ist die Wirkung auch der kleinsten Freudenregung, und Sie befinden sich in genau dem Zustand, in dem man sich nicht erkältet, wenn es regnet. Und nehmen Sie die Menschen genauso wie den Regen. Das sei nicht so leicht, werden Sie sagen. Und ob! Mit den Menschen ist es sogar noch leichter als mit dem Regen. Denn dem Regen macht Ihr Lächeln nichts aus, wohl dagegen den Menschen; die Höflichkeit läßt sie Ihr Lächeln erwidern, und schon das macht sie sogleich weniger traurig und weniger langweilig. Ganz davon abgesehen, daß Sie sehr leicht Entschuldigungen für sie finden, wenn Sie einmal in sich selber nachsehen. Mark Aurel sagte sich jeden Morgen: ‚Ich werde heute einem Eitlen, einem Lügner, einem langweiligen Schätzer begegnen; sie sind so nur aus Unwissenheit.‘“
(Alain 1982: 155 ff)

* * *

„Von der Verzweiflung

‚Ein Schuft würde sich einer solchen Kleinigkeit wegen nicht umgebracht haben‘, meinte jemand. Nicht das erste Mal, daß sich ein ehrlicher Mensch für entehrt hält, Selbstmord begeht und von denselben Menschen beklagt wird, von denen er sich verachtet glaubte. Und ich frage mich, wie es kommt, daß ein Mensch, der gerecht und vernünftig zu sein versucht, oft nur dazu über gewisse Leidenschaften Herr geworden zu sein scheint, um anschließend anderen zum Opfer zu fallen; weiter frage ich mich, mit Hilfe welcher Gedanken sich die Verzweiflung bekämpfen läßt. Sich vor ein schwieriges Problem gestellt sehen, seine Lösung suchen und sie nicht finden, dementsprechend nicht wissen, wozu man sich entschließen soll und sich in einem fort im Kreis drehen: schon das eine Qual, wird man sagen, und auch die Vernunft verfüge über Stachel, uns zu verwunden. Keineswegs! Eben damit, diesem Irrtum nicht zu verfallen, muß man anfangen. Es gibt viele Probleme, in denen man nicht klarsieht, ohne daß einen die Sache weiter aufregt. Ein Richter oder ein Konkursverwalter können zu dem Schluß kommen, daß der ihnen vorliegende Fall hoffnungslos ist, ohne darum den Appetit oder den Schlaf zu verlieren. Was uns an einem unentwirrbaren Problem verwundet,

ist nicht so sehr das unentwirrbare Problem, als der Widerstand gegen seine Unentwirrbarkeit, d.h. der Wunsch, daß die Dinge anders seien, als sie sind. In jeder Leidenschaft gibt es diesen Widerstand gegen das Unabänderliche, glaube ich. Wenn zum Beispiel jemand darunter leidet, eine dumme oder eitle oder herzlose Frau zu lieben, so deshalb, weil er sich darauf versteift, sie anders zu wollen, als sie ist. Desgleichen, wenn jemand vor dem unvermeidlichen Ruin steht; obwohl er weiß, daß der Ruin unvermeidlich ist, versteift sich die Leidenschaft darauf, zu hoffen, und befiehlt ihm, den Weg in Gedanken noch einmal zu gehen, um vielleicht eine Abzweigung zu finden, die woanders hinführt. Aber der Weg liegt hinter einem; man befindet sich, wo man sich befindet; in der Zeit kann man weder einen Weg zurück- noch ihn zweimal gehen. Darum meine ich, daß ein starker Charakter der ist, der sich das Unvermeidliche seiner Lage klarmacht und davon ausgehend zu einer neuen Zukunft aufbricht. Das ist allerdings nicht leicht; man muß sich darin an kleinen Dingen geübt haben; sonst entwickelt sich die Leidenschaft zum Löwen, der stundenlang am Gitter seines Käfigs vorbeistreift, als hoffte er jedes Mal, wenn er am einen Ende angekommen ist, das andere vielleicht doch noch nicht ganz richtig betrachtet zu haben. Kurz, die Traurigkeit, welche aus der Beschäftigung mit dem Vergangenen entsteht, ist unnütz und schädlich, weil sie uns vergeblich suchen und nachdenken läßt. Deshalb war Reue für Spinoza eine weitere Schuld. ‚Aber‘, wird der Traurige sagen, ‚wenn ich traurig bin, kann ich schließlich nicht heiter sein; die Sache hängt von meinem Säftehaushalt, von meiner Müdigkeit und vom Wetter ab.‘ Gut. Wiederholen Sie sich das nur ernsthaft selber; führen Sie die Traurigkeit auf ihre wahren Ursachen zurück; ich glaube, daß das Ihre düsteren Gedanken vertreibt, so wie der Wind die Wolken vertreibt. Die Erde wird dann beladen sein mit Übeln, aber der Himmel klar; das ist immerhin etwas; wenn Sie die Traurigkeit in den Körper zurückschicken, haben Sie Ihre Gedanken von ihr befreit. Denn erst der Gedanke verleiht der Traurigkeit Flügel und macht aus ihr einen Kummer, der mich ständig umkreist; während ich ihm durch Reflexion die Flügel breche und es dann nur mehr mit einem schleichenden Kummer zu tun habe. Ich habe ihn zwar noch vor Füßen, aber nicht mehr vor Augen. Das Verteufelte ist nur, daß wir mit unserem Kummer immer so hoch hinauswollen.“

(Alain 1982: 141 ff)

* * *

„Hygiene des Geistes

Ich las gestern einen Artikel über eine bestimmte Art von Geisteskranken, die dadurch, daß sie immer alles aus demselben Gesichtswinkel betrachten, schließlich dahin kommen, sich für verfolgt zu halten und gemeingefährlich werden. Diese Lektüre stürzte mich in traurige

Gedanken (denn was wäre trauriger, als über Verrücktheit nachzudenken?), brachte mir aber gleichzeitig eine gute Antwort in Erinnerung, die ich einmal gehört hatte. Als man sich in Gegenwart eines Weisen über jemand unterhielt, der halb verrückt war, unter Verfolgungswahn litt und außerdem noch ständig kalte Füße hatte, sagte der Weise: >Ganz einfach! Mangelnde Blut- und mangelnde Ideenzirkulation.< Ein Ausspruch, über den nachzudenken lohnt. Jeder von uns hat in Form von Träumen und komischen Ideenassoziationen so viele Verrücktedgedanken, wie er will. Vor allem das innere Sprechen stolpert leicht und bringt uns durch einen Aussprachefehler auf irgend etwas Absurdes. Nur bleiben wir nicht dabei. Beim normalen Menschen findet, wie in einem Mückenschwarm, ein ständiger Wechsel der Ideen statt. Und wir achten so wenig auf unsere verrückten Ideen und vergessen sie so schnell, daß wir auf die Frage: >Woran denkst du?< nie genau Antwort geben können. Diese Ideenzirkulation kann bis zur Gedankenflucht führen. Gleichwohl besteht in ihr die Gesundheit des Geistes; und wenn ich zu wählen hätte, würde ich lieber oberflächlich sein als manisch. Ich weiß nicht, ob Lehrer und Professoren darüber genügend nachgedacht haben. Wenn es nach ihnen ginge, käme es vor allem darauf an, über tiefeingewurzelte und nur schwer zu erschütternde Ideen zu verfügen. Von frühester Jugend an werden wir durch ihre lächerlichen Gedächtnisübungen darauf abgerichtet, und unser ganzes Leben schleppen wir Rosenkränze schlechter Merkverse und hohler Maximen mit uns herum, die uns bei jedem Schritt dazwischenkommen. Anschließend werden wir dann noch auf das Wiederkäuen einer bestimmten Fachlitanei gedrillt. Die Sache wird gefährlich im Alter, wenn unsere versiegenden Säfte unsere Gedanken bitter machen; wie früher die in Verse gebrachten Regeln der lateinischen Grammatik, rezitieren wir dann unsere Traurigkeit. Man muß die Geister umgekehrt lockern. Als oberste Regel der Hygiene des Geistes würde ich aufstellen: >Habe nie zweimal denselben Gedanken.< Der Hypochonder wird darauf erwidern: >Dazu kann ich nichts; daran ist mein Gehirn schuld, das einmal mehr und einmal weniger durchblutet ist.< Richtig. Aber es gibt eine Methode, das Gehirn zu massieren; man braucht dazu nur seine Ideen zu wechseln, und das ist nicht schwer, wenn man ein bißchen darin geübt ist. Es gibt zwei unfehlbare Methoden, das Gehirn zu purgieren. Die eine besteht darin, um sich zu blicken und sozusagen eine Bilderdusche zu nehmen; die andere darin, von den Wirkungen auf die Ursachen zurückzugehen: ein bewährtes Mittel, schwarze Gedanken zu verjagen, da uns die Kette von Ursache und Wirkung auf die Reise schickt und uns selber entführt. Diese Methode stellt gleichsam eine andere Art dar, das Orakel zu befragen, so, als ob ich nicht darüber nachdächte, wieso mir die Pythia gesagt hat, ich würde als Geizhals enden, sondern mich damit beschäftigen, wieso ihr Mund gerade dieses und nicht ein anderes

Wort gebildet hat; im gleichen Augenblick bin ich bei Vokalen und Konsonanten, und die ganze Phonetik betritt die Szene. Jemand hatte etwas Erschreckendes geträumt. Ich forderte ihn auf, die Ursachen seines Traumes ausfindig zu machen, die oft nur in den Begleitempfindungen kleiner körperlicher Verstimmungen bestehen. Er stürzte sich in allerlei Hypothesen und war von seinem Traum befreit. Die Zirkulation war wiederhergestellt.“
(Alain 1982: 182 ff)

4.2.3 Empfehlungen und Warnungen bei der Aufnahme und Gestaltung zwischenmenschlicher Beziehungen

„Die Natur hat uns zur Gemeinschaft geschaffen.“

(Epikur, Aphorismen und Fragmente, bei Werle 2002: 33)

* * *

„Die Fähigkeit, Freundschaft zu gewinnen, ist unter allem, was Weisheit zur Glückseligkeit beitragen kann, bei weitem das Bedeutendste.“

(Epikur, Hauptlehrsätze 27, bei Werle 2002: 23)

* * *

„Dieselbe Erkenntnis, kraft deren wir getrost sind, daß kein Schrecknis ewig ist oder auch nur lange währt, läßt uns auch einsehen, daß uns inmitten der zeitlich begrenzten Schrecknisse die Freundschaft erst die richtige Sicherheit verleiht.“

(Epikur, Hauptlehrsätze 28, bei Werle 2002: 23)

* * *

„Wer ständig Hilfe fordert, auch wer sie niemals leistet, ist kein Freund. Der eine will für seine Zuneigung von uns Leistung kaufen, der andere beraubt uns für alle Zukunft der tröstenden Hoffnung.“

(Epikur, Aphorismen und Fragmente, bei Werle 2002: 29)

* * *

„Nicht durch Mitklagen, sondern durch mitsorgende Hilfe beweist man dem Freunde seine Teilnahme.“

(Epikur, Aphorismen und Fragmente, bei Werle 2002: 31)

* * *

„Zuerst mußst du dich umsehen, mit welchen Leuten du ißt und trinkst, eher als was du ißt und trinkst. Denn ohne Freund ist das Leben eine Abfütterung von Löwe und Wolf.“

(Epikur, bei Seneca, bei Hossenfelder: 280)

* * *

„Jede Freundschaft ist um ihrer selbst willen erstrebenswert, ihren Ursprung aber hat sie vom Nutzen.“

(Gnomologium Vaticanum Epicureum, bei Hossenfelder 1996: 280)

* * *

„Wir brauchen nicht so sehr den Nutzen von seiten der Freunde als das Vertrauen in den Nutzen.“

(Gnomologium Vaticanum Epicureum, bei Hossenfelder 1996: 280)

* * *

„Laß uns das betrachten, was von dir über die Freundschaft gesagt worden ist. Darunter glaube ich eine Äußerung Epikurs selbst zu erkennen, daß die Freundschaft von der Lust nicht getrennt werden könne und deshalb gepflegt werden müsse, weil, da man ohne sie nicht sicher und ohne Furcht leben könne, man auch nicht lustvoll leben könne.“

(Epikur, bei Cicero, Hossenfelder 1996: 280)

* * *

„Die Epikureer meinen, daß auch die Freundschaft durch den Nutzen entstehe. Freilich müsse jemand den Anfang machen (denn wir besäten ja auch die Erde). Zusammengehalten aber werde sie durch die Gemeinsamkeit des Lusterlebens.“

(Epikur, bei Diogenes Laertius, bei Hossenfelder 1996: 280)

* * *

„Über die Freundschaft

Es ist noch ein Punkt übrig, der mit dieser Untersuchung in engster Verbindung steht, nämlich die Freundschaft, von der ihr behauptet, sie könne, wenn die Lust das höchste Gut sei, gar nicht bestehen. Epikur selbst drückt sich über sie also aus: Unter allen Dingen, die die Weisheit zum glückseligen Leben darbiete, gebe es nichts Wichtigeres als die Freundschaft, nichts Reichhaltigeres, nichts Erfreulicheres. Und dies hat er nicht allein mit Worten, sondern ungleich mehr durch sein Leben, durch seine Handlungen und Sitten bewiesen. Und von welcher Bedeutung dies sei, zeigen die Dichtungen der Alten. Denn so viele und verschiedenartige es auch von ihnen gibt, so finden sich doch in ihnen vom grauesten Altertum an kaum drei Paare von Freunden, wenn man, von Theseus ausgehend, bis zum Orestes hinabsteigt. Epikur hingegen, wie große und in welcher inniger Liebe übereinstimmende Scharen von Freunden hielt er in einem, und zwar engen Hause um sich vereint! Und so halten es auch jetzt noch die Epikureer. Doch kehren wir zur Sache zurück! Von den Personen zu reden ist nicht notwendig. In dreifacher Weise, sehe ich, haben die

Unsrigen von der Freundschaft gesprochen. Die einen behaupten zwar, die Vergnügungen, die sich auf Freunde bezögen, seien nicht um ihrer selbst willen in so hohem Grade zu erstreben, wie wir unsere eigenen erstrebten; gleichwohl wissen sie diesen Satz, durch welchen manchen die Stützen der Freundschaft zu wanken scheinen, zu behaupten und sich leicht, wie ich glaube, herauszuhelfen. Denn sowenig die Tugenden, von denen ich zuvor geredet habe, ebenso wenig, sagen sie, lasse sich die Freundschaft von der Lust trennen. Da nämlich die Einsamkeit und ein Leben ohne Freude voll von Nachstellungen und Furcht ist, so mahnt die Vernunft selbst, Freundschaften uns zu verschaffen, durch deren Stiftung die Seele sich gekräftigt fühlt und mit denen sie die Hoffnung, daß sie eine Quelle angenehmer Genüsse sein werden, unzertrennlich verbunden sieht. Und wie Haß, Mißgunst, Verachtung anderer den Vergnügungen widerstreben, so ist die Freundschaft nicht nur die treueste Beförderin, sondern auch Stifterin von Vergnügungen sowohl für unsere Freunde als für uns selbst, und diese genießt man nicht bloß in der Gegenwart, sondern man wird durch sie auch zur Hoffnung auf andere in der nächsten und späteren Zukunft aufgerichtet. Weil wir nun auf keine Weise ohne Freundschaft einen festen, dauerhaften und ununterbrochenen Lebensgenuß haben, ja die Freundschaft selbst nur dann erhalten können, wenn wir die Freunde wie uns selbst lieben: darum wird einerseits ebendieser Zweck in der Freundschaft erreicht, so wie andererseits die Freundschaft mit der Lust verknüpft ist. Denn wir freuen uns über die Freude der Freunde auf gleiche Weise wie über die unsrige, und ebenso empfinden wir Schmerz bei ihrer Betrübniß. Darum wird der Weise ebenso gegen seinen Freund gesinnt sein wie gegen sich selbst, und Mühen, die er seiner Lust wegen übernehmen würde, wird er gleichfalls um der Lust des Freundes willen übernehmen; und was von den Tugenden gesagt wurde, wie sie stets den Vergnügungen innewohnten, dasselbe muß von der Freundschaft gesagt werden. Denn vortrefflich drückt sich Epikur etwa in folgenden Worten aus: >Der nämliche Grundsatz, der die Seele kräftigt, daß sie kein Übel als ewig oder langwierig fürchtet, ist es auch, der uns die Einsicht verschafft, daß in dieser Lebenszeit selbst der Schutz der Freundschaft der festeste sei.< Andere Epikureer sind etwas verzagt euren Vorwürfen gegenüber; gleichwohl erweisen sie sich ganz scharfsinnig. Sie besorgen nämlich, wenn wir meinten, die Freundschaft sei um unserer eigenen Vergnügungen willen zu erstreben, so möchte die ganze Freundschaft gleichsam zu hinken scheinen. Daher sagen sie, die ersten Zusammenkünfte, Verbindungen und Wünsche nach Gründung eines geselligen Verkehrs hätten im Streben nach Lust ihren Grund; wenn aber fortgesetzter Umgang Vertraulichkeit erzeugt habe, alsdann erblühe eine so innige Liebe, daß, wenn auch kein Nutzen aus der Freundschaft hervorgehe, doch die Freunde selbst um ihrer selbst willen geliebt würden. Denn

wenn wir Orte, Tempel, Städte, Gymnasien, wenn wir das Marsfeld, wenn wir Hunde, Pferde, kurzweilige Übungen und Jagden durch die Gewohnheit liebzugewinnen pflegen: wie ungleich leichter und mit wie größerem Recht dürfte dieses im Umgang mit Menschen möglich sein! Endlich gibt es auch einige, die behaupten, es bestehe ein gewisser Bund unter den Weisen, daß sie ihre Freunde nicht weniger als sich selbst lieben. Die Möglichkeit hiervon begreifen wir und sehen es auch häufig geschehen, und es ist einleuchtend, daß zu einem angenehmen Leben kein geeigneteres Mittel gefunden werden könne als eine solche Verbindung. Aus all dem läßt sich beurteilen, daß das Wesen der Freundschaft nicht gestört wird, wenn man das höchste Gut in der Lust sieht, sondern vielmehr, daß ohne diesen Grundsatz die Begründung der Freundschaft überhaupt nicht möglich ist.

(Der epikureische Dialogpartner Torquatus bei Cicero, bei Werle 2002: 88-91)

* * *

„Am schönsten ist der Anblick unserer Mitmenschen dann, wenn das erste Zusammentreffen harmonisch verläuft oder mindestens viel Mühe auf diesen Zweck verwendet wird.“

(Epikur, Weisungen 61, bei Krautz 1997: 93)

* * *

„Derjenige geht am besten mit der Verunsicherung durch die Außenwelt um, der sich das, bei dem es möglich ist, zum Verbündeten macht, und das, bei dem es nicht möglich ist, wenigstens nicht zum Feind. Wo er aber auch das nicht vermag, meidet er jeden Kontakt und streitet nur um das, bei dem es vorteilhaft ist, dies zu tun.“

(Epikur, Hauptlehrsätze 39, bei Hossenfelder 1996: 275 f)

* * *

„Schädigungen von seiten der Menschen entstehen entweder durch Haß oder durch Neid oder durch Geringschätzung, die der Weise alle durch vernünftige Überlegung überwindet.“

(Epikur, bei Diogenes Laertius, bei Hossenfelder 1996: 276)

* * *

„Einige wollten berühmt und angesehen werden, weil sie glaubten, sich so die Sicherheit vor den Menschen zu verschaffen. Wenn also das Leben solcher Leute sicher ist, dann haben sie das natürliche Gut erhalten; wenn aber unsicher, dann haben sie nicht, worum sie sich ursprünglich gemäß der Eigenart ihrer Natur bemühten.“

(Epikur, Hauptlehrsätze 7, bei Hossenfelder 1996: 276)

* * *

„Wenn auch die Sicherheit vor den Menschen sich bis zu einem gewissen Grade auf Macht und Vermögen stützen läßt, so entsteht doch die ungetrübteste Sicherheit aus der Ruhe und Zurückgezogenheit vor der Menge.“

(Epikur, Hauptlehrsätze 14, bei Hossenfelder 1996: 276)

* * *

„Überhaupt aber kann jeder im vollkommensten Einklange nur mit sich selbst stehn; nicht mit seinem Freunde, nicht mit seiner Geliebten: denn die Unterschiede der Individualität und Stimmung führen allemal eine, wenn auch geringe, Dissonanz herbei.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 175)

* * *

„Um durch die Welt zu kommen, ist es zweckmäßig, einen großen Vorrat von *Vorsicht* und *Nachsicht* mitzunehmen: durch erstere wird man vor Schaden und Verlust, durch letztere vor Streit und Händel geschützt. Wer unter Menschen zu leben hat, darf keine Individualität, sofern sie doch einmal von der Natur gesetzt und gegeben ist, unbedingt verwerfen; auch nicht die schlechteste, erbärmlichste, oder lächerlichste. Er hat sie vielmehr zu nehmen, als ein Unabänderliches, welches infolge eines ewigen und metaphysischen Prinzips, so sein muß, wie es ist, und in den argen Fällen soll er denken: >Es muß auch solche Käuze geben.< Hält er es anders; so tut er Unrecht und fordert den andern heraus, zum Kriege auf Tod und Leben. Denn seine eigentliche Individualität, d.h. seinen moralischen Charakter, seine Erkenntniskräfte, sein Temperament, seine Physiognomie usw. kann keiner ändern. Verdammen wir nun sein Wesen ganz und gar; so bleibt ihm nichts übrig, als in uns einen Todfeind zu bekämpfen: denn wir wollen ihm das Recht zu existieren nur unter der Bedingung zugestehn, daß er ein anderer werde, als er unabänderlich ist. Darum also müssen wir, um unter Menschen leben zu können, jeden, mit seiner gegebenen Individualität, wie immer sie auch ausgefallen sein mag, bestehn und gelten lassen, und dürfen bloß darauf bedacht sein, sie so, wie ihre Art und Beschaffenheit es zuläßt, zu benutzen; aber weder auf ihre Änderung hoffen, noch sie, so wie sie ist, schlechthin verdammen (Bei manchem ist am klügsten zu denken: >Ändern werde ich ihn nicht; also will ich ihn benutzen.<). Dies ist der wahre Sinn des Spruches: >Leben und leben lassen.< Die Aufgabe ist indessen nicht so leicht, wie sie gerecht ist; und glücklich ist zu schätzen, wer gar manche Individualitäten auf immer meiden darf. – Inzwischen übe man, um Menschen ertragen zu lernen, seine Geduld an leblosen Gegenständen, welche, vermöge mechanischer, oder sonst physischer Notwendigkeit, unserm Tun sich hartnäckig widersetzen; wozu täglich Gelegenheit ist. Die dadurch erlangte Geduld lernt man nachher auf Menschen übertragen, indem man sich

gewöhnt, zu denken, daß auch sie, wo immer sie uns hinderlich sind, dies vermöge einer ebenso strengen, aus ihrer Natur hervorgehenden Notwendigkeit sein müssen, wie die, mit welcher die leblosen Dinge wirken; daher es ebenso töricht ist, über ihr Tun sich zu entrüsten, wie über einen Stein, der uns in den Weg rollt.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 213 f)

* * *

„Wie man das Gewicht seines eigenen Körpers trägt, ohne es, wie doch das jedes fremden, den man bewegen will, zu fühlen; so bemerkt man nicht die eigenen Fehler und Laster, sondern nur die der andern. - Dafür aber hat jeder am andern einen Spiegel, in welchem er seine eigenen Laster, Fehler, Unarten und Widerlichkeiten jeder Art deutlich erblickt. Allein meistens verhält er sich dabei wie der Hund, welcher gegen den Spiegel bellt, weil er nicht weiß, daß er sich selbst sieht, sondern meint, es sei ein anderer Hund. Wer andre bekrittelt arbeitet an seiner Selbstbesserung. Also die, welche die Neigung und Gewohnheit haben, das äußerliche Benehmen, überhaupt das Tun und Lassen der andern im stillen, bei sich selbst, einer aufmerksamen und *scharfen Kritik* zu unterwerfen, arbeiten dadurch an ihrer eigenen Besserung und Vervollkommnung: denn sie werden entweder Gerechtigkeit, oder doch Stolz und Eitelkeit genug besitzen, selbst zu vermeiden, was sie oft strenge tadeln. Von den Toleranten gilt das Umgekehrte: nämlich ... (Diese Erlaubnis geben wir und bitten sie uns dagegen aus.). Das Evangelium moralisiert recht schön über den Splitter im fremden, den Balken im eigenen Auge: aber die Natur des Auges bringt es mit sich, daß es nach außen und nicht sich selbst sieht: daher ist, zum Innewerden der eigenen Fehler, das Bemerkn und Tadeln derselben an andern ein sehr geeignetes Mittel. Zu unserer Besserung bedürfen wir eines Spiegels. Auch hinsichtlich auf Stil und Schreibart gilt diese Regel: wer eine neue Narrheit in diesen bewundert, statt sie zu tadeln, wird sie nachahmen. ...“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 233 f)

* * *

„Für sein Tun und Lassen darf man keinen andern zum Muster nehmen; weil Lage, Umstände, Verhältnisse nie die gleichen sind, und weil die Verschiedenheit des Charakters auch der Handlung einen verschiedenen Anstrich gibt, daher ... (Wenn zwei dasselbe tun, so ist es nicht dasselbe.). Man muß, nach reiflicher Überlegung und scharfem Nachdenken, seinem eigenen Charakter gemäß handeln. Also auch im Praktischen ist Originalität unerläßlich: sonst paßt was man tut nicht zu dem, was man ist.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 243)

* * *

„Vom Privatleben

Es war La Bruyère, glaube ich, der einmal gesagt hat, es gebe zwar gute, aber keine amüsanten Ehen. Höchste Zeit, daß sich die Menschheit aus den Sumpfniederungen der falschen Moralisten freimacht. Wenn es nach ihnen ginge, genösse und beurteilte man Glück nicht anders als eine Frucht. Aber sogar einer Frucht muß man erst dazu verhelfen, gut zu sein. Das gilt weit mehr noch von der Ehe und allen anderen menschlichen Verhältnissen; sie sind nicht dazu da, genossen oder erlitten, sondern geschaffen zu werden. Eine Gesellschaft ist kein schattiger Platz, an dem man sich, je nach Wind und Wetter, wohl fühlt oder nicht; sie ist im Gegenteil der Ort der Wunder, wo Regen und Sonnenschein durch reinen Zauber gemacht werden. Jeder tut wer weiß was für sein Geschäft oder seine Karriere. Aber gemeinhin tut niemand etwas dafür, auch bei sich zu Hause glücklich zu sein. Ich habe schon oft über die Höflichkeit geschrieben und sie doch noch nie genug gelobt. Ich halte Höflichkeit nämlich keineswegs für Lüge; ich meine auch nicht, daß man sie auf Fremde beschränken sollte; ich behaupte vielmehr, daß ein Gefühl um so mehr der Höflichkeit bedarf, je aufrichtiger und delikater es ist. Ein Geschäftsmann, der sagt: >Scheren Sie sich zum Teufel<, glaubt zweifellos zu sagen, was er meint; aber da beginnt die Täuschung. Alles Unmittelbare in unserem Leben ist falsch. Ich öffne beim Erwachen die Augen; alles, was ich sehe, ist falsch; an mir die Dinge zu sichten, zu beurteilen und auf ihren Platz zurückzuschicken. Jeder erste Eindruck ist ein kurzer Traum, und wahrscheinlich sind Träume kurze Wachstrecken ohne Urteil. Warum aber sollte es mit unseren ersten Gefühlsregungen besser stehen? Hegel sagt, das unmittelbare oder natürliche Bewußtsein sei immer in Melancholie getaucht und unglücklich. Ein Satz, der mir sehr folgenreich erscheint. Wenn das Nachdenken über einen selber nichts ins Lot rückt und zurechtbiegt, ist es nur ein müßiges Spiel. Auf Fragen, die man sich selber stellt, antwortet man notwendigerweise schlecht. Der Gedanke, der nur sich selber spiegelt, endet in Langeweile oder Traurigkeit oder Zorn. Machen Sie den Versuch; fragen Sie sich: >Was soll ich lesen, um mir die Zeit zu vertreiben?< Schon gähnen Sie. Sie müssen eben zu lesen anfangen. Das Begehren, das sich nicht in einen Willensakt fortsetzt, verfliegt. Jene Psychologen aber, die uns anhalten möchten, unsere eigenen Gedanken zu studieren, sind durch diese Beobachtungen gerichtet. Denken heißt wollen. Nun gelingt das, was im öffentlichen Leben sehr leicht gelingt: daß sich nämlich jeder beherrscht und korrigiert, im Privatleben viel schwerer. Hier streckt sich sozusagen jeder auf seinen Gefühlen aus. Zum Schlafen ist das gut; aber im Halbschlaf der Familie nimmt alles leicht Schärfe an. Gerade die Besten werden dadurch oft zu einer fürchterlichen Heuchelei veranlaßt. Anstatt ihre Gefühle willentlich zu verändern, verwenden sie ihre Willenskraft darauf, sie zu verbergen. Die erste

Idee ist tatsächlich die, schlechte Laune, Traurigkeit und Langeweile für ebenso unabänderlich zu nehmen wie Regen und Wind; und wie alle ersten Ideen, ist auch diese falsch. Kurz, die wirkliche Höflichkeit besteht darin, zu empfinden, was man empfinden soll. Man fühlt sich ja doch auch zu Respekt und Gerechtigkeit verpflichtet. Das zuletzt genannte Beispiel ist gut, darüber nachzudenken; sich trotz der gegenteiligen ersten Regung dazu zwingen, gerecht zu sein, ist kein Betrug und keine Heuchelei, sondern die Rechtschaffenheit selbst. Warum aber sollte es mit der Liebe nicht genauso sein? Liebe ist nichts Natürliches; nicht einmal ein Begehren ist lange natürlich. Unsere wahren Gefühle sind deshalb Werke.“
(Alain 1982: 93 ff)

* * *

„Vom Mitleid

Es gibt eine Form von Güte, die eine der Plagen unseres Daseins darstellt: Güte nämlich, die das Leben verdüstert und in Traurigkeit ausmündet; für gewöhnlich nennt man sie Mitleid. Man muß einmal beobachten, wie eine empfindsame Frau mit einem Menschen spricht, der abgezehrt aussieht und für schwindsüchtig gilt. Der tränenfeuchte Blick, der Tonfall und was sie ihm sagt, alles spricht dem Armen eindeutig das Urteil. Aber er regt sich nicht darüber auf; er erträgt das Mitleid, wie er seine Krankheit erträgt. So war es immer. Jeder trägt dazu bei, die Traurigkeit des Kranken zu vermehren; jeder wiederholt ihm: >Es tut mir so leid, Sie in einem solchen Zustand zu sehen.< Es gibt Leute, die etwas vernünftiger sind und zumindest ihre Worte besser in der Gewalt haben. Dann sind die aufmunternden Redensarten dran. >Nur Mut; das schöne Wetter wird Sie schon wieder auf die Beine bringen.< Aber der Tonfall will nicht zu ihren Worten passen. Er hat noch immer den Charakter einer herzerreißenden Klage. Selbst wenn es sich dabei nur um eine Nuance handeln sollte, der Kranke registriert sie; ein überraschter Blick sagt ihm mehr als alle Worte. Wie sich also verhalten? Nicht traurig sein, sondern hoffen; man kann einem Menschen nur soviel Hoffnung machen, als man selber hat. Also mit der Hilfe der Natur rechnen, die Zukunft rosig sehen und glauben, daß das Leben schon den Sieg davontragen wird. Die Sache ist leichter, als man meint, weil sie natürlich ist. Jeder Lebende glaubt, daß das Leben den Sieg davontragen wird, sonst würde er auf der Stelle sterben. Diese Lebensfreude läßt einen den armen Kerl vergessen; und eben diese Lebensfreude gilt es, auf ihn zu übertragen. Also ihn nicht zu sehr bemitleiden. Nicht zwar gefühllos sein, aber ihm mit freundschaftlicher Fröhlichkeit begegnen. Niemand schätzt es, Mitleid zu erregen; und wenn ein Kranker sieht, daß sein Anblick die Fröhlichkeit eines guten Menschen nicht zum Verstummen bringt, so ermutigt und tröstet ihn das. Vertrauen ist ein Wunderelixier. Wir sind vergiftet von Religion; wir sind an Geistliche gewöhnt, die der

Hinfälligkeit und dem Leiden nachspüren, um die Sterbenden mit Ermahnungen zu erledigen, welche die anderen sich eine Lehre sein lassen. Ich hasse diese Leichenbitterberedsamkeit. Man sollte über das Leben, nicht über den Tod predigen; man sollte Hoffnung verbreiten und nicht Furcht; kurz, man sollte gemeinsam die Freude hegen, die unseren wirklichen Reichtum ausmacht. Das war das Geheimnis der großen Weisen, und das wird das Licht von morgen sein. Die Leidenschaften sind traurig. Der Haß ist traurig. Die Freude wird die Leidenschaften und den Haß töten. Beginnen wir damit, uns klarzumachen, daß Traurigkeit weder je edel, noch schön, noch nützlich ist.“

(Alain 1982: 144 f)

* * *

„Wohlwollen

>Wie selten, daß man sich über jemand freuen kann!< Schon das Anmaßende dieses La Bruyèreschen Satzes sollte uns vorsichtig stimmen. Denn der gesunde Menschenverstand verlangt doch, daß man sich den gegebenen Bedingungen seiner Umgebung anpaßt, und es ist ungerecht und misanthropisch, den Durchschnittsmenschen zu verdammen. Ich jedenfalls hüte mich davor, meine Mitmenschen so zu beurteilen, als wäre ich ein Zuschauer, der seinen Platz bezahlt hat und nun verlangt, daß man ihn unterhalte. Mir in Gedanken unsere Normalverfassung klarmachend, nehme ich umgekehrt von vorneherein das Schlimmste an; zum Beispiel nehme ich an, daß mein Gesprächspartner einen schwachen Magen oder Kopfweg oder Geldsorgen oder häuslichen Ärger hat. Unbeständiger Himmel, sage ich mir, Märzhimmel, Grau und Blau gemischt; gelegentlich kommt die Sonne heraus, aber im allgemeinen weht ein scharfer Wind, und es regnet; macht nichts, ich habe meinen Mantel und meinen Schirm. Soweit gut. Aber man kommt der Sache noch näher, wenn man an den nur schlecht im Gleichgewicht gehaltenen Körper denkt, der sozusagen immer auf der Kippe steht, bei der geringsten Berührung zusammenzuckt und sich, je nach seiner eigenen Verfassung und Einflüssen von außen, leicht zu ärgerlichen Gesten und Reden hinreißen läßt; und von eben diesem unbeständigen menschlichen Körper erwarte ich die beständigen Gefühle, die Zuneigung, die Liebenswürdigkeit, auf die ich ein Recht zu haben meine. Gleichzeitig achte ich, der an anderen alles bemerkt, auf mich selber kaum. Ich biete dem anderen also genau das, was an ihm zu finden mich verwundert: ein mit Geist behaftetes Tier nämlich, das man bald zu hoch, bald zu niedrig einschätzt und das kein Zeichen von sich geben kann ohne zehn andere, oder vielmehr, das, unfähig zur Auswahl, mit seiner ganzen Person Zeichen von sich gibt. Aus diesem Durcheinander muß ich dann, einem Goldwäscher gleich, das geringste Körnchen heraussuchen; und zwar muß ich selber diese Arbeit tun, da

kein Mensch die eigenen Äußerungen der gleichen Kritik unterwirft wie die der anderen. Ich bin also höflich; mehr noch, ich gebe dem andern Kredit; ich übersehe das Geröll und die Schlacken und konzentriere mich auf seinen wirklichen Gedanken. Dabei stelle ich eine Wirkung fest, mit der man nie genügend rechnet. Das Wohlwollen, das ich ihm entgegenbringe, beseitigt die Hemmungen des Schüchternen, der mir mißtrauisch und in Waffen gegenübertritt. Kurz, einer der beiden, die wie Wolken aufeinanderprallen, muß zu lächeln anfangen; und wenn nicht Sie es sind, der als erster lächelt, sind Sie ein Dummkopf. Kein Mensch, von dem man nicht alles mögliche Böse sagen könnte; aber auch das Gegenteil ist der Fall. Und der Mensch ist nun einmal so eingerichtet, daß es ihn keineswegs erschreckt, zu mißfallen; denn der Zorn, welcher Mut gibt, folgt der Schüchternheit auf dem Fuß; und die Empfindung, unliebenswürdig zu sein, verstärkt die Bereitschaft zur Unliebenswürdigkeit noch. An Ihnen, der Sie das begriffen haben, bei diesem Spiel nicht mitzumachen. Versuchen Sie's einmal; eine überraschende Erfahrung wartet auf Sie; viel leichter nämlich, die Stimmung der anderen zu steuern als die eigene; und wer vorsichtig die Stimmung seines Gesprächspartners steuert, wird damit zum Arzt der eigenen Stimmung; denn sowohl in der Unterhaltung wie beim Tanz ist jeder der getreue Spiegel des anderen.“

(Alain 1982: 173 f)

* * *

„Beleidigungen

Wenn ein Grammophon Sie plötzlich mit Schimpfworten überschüttete, würde Sie das nur zum Lachen bringen. Auch wenn ein Mensch, der schlechte Laune hat, aber gerade heiser ist, seinem Zorn dadurch Luft machte, daß er eine Platte mit Beschimpfungen ablaufen ließe, würde niemand annehmen, daß das auf ihn gemünzt wäre. Wenn es aber ein menschlicher Mund ist, der die Beschimpfung äußert, wird jeder sie für beabsichtigt oder zumindest im Augenblick ernstgemeint halten. Was dabei täuscht, ist der Anschein von Sinn, den alle durch einen menschlichen Mund geäußerten Worte haben, auch wenn sie nicht im geringsten überlegt sind. Descartes hat seine schönste, aber nur selten gelesene Abhandlung, den *Traktat über die Leidenschaften*, zu dem einzigen Zweck geschrieben, um zu erklären, wieso unser Körper auf Grund seiner Bauart und der Gewohnheit dazu neigt, die Gedanken zu mimen. Sogar für uns selber. Denn wenn wir in Zorn geraten, stellen wir uns hundert Dinge vor, die unseren körperlichen Aufruhr unterstützen und eben durch die Lebhaftigkeit der Vorstellung als Beweis dienen; gleichzeitig ergehen wir uns in Reden, die so überzeugend sind, daß sie selbst uns rühren. Bringt das Gesetz der Nachahmung es dann dahin, daß sich ein anderer ebenfalls erregt und uns antwortet, ist das schönste Drama im Gang, obwohl auf der Hand

liegt, daß die Gedanken, anstatt den Worten voranzugehen, ihnen folgen. Die Wahrheit eines Theaterstücks besteht zweifellos darin, daß die Personen nicht aufhören, über das, was sie gesagt haben, nachzudenken. Ihre Worte sind gleichsam Orakelsprüche, deren Sinn sie suchen. In einer guten Ehe erreichen die im Zorn geäußerten Reden oft den Gipfel des Lächerlichen. Und daß man über sie lacht, ist das einzige, was diese Improvisationen verdienen. Aber die meisten verkennen den Automatismus der Gefühle; wie homerische Helden nehmen sie alles wörtlich. Daher dann ihre Haßempfindungen, die man gleichwohl imaginär nennen muß. Ich bewundere die Selbstsicherheit eines Menschen, der haßt. Einem Zeugen, der sich in Wut redet, hört ein Richter gar nicht erst zu. Aber als Privatperson glaubt er sich alles. Einer unserer verwunderlichsten Irrtümer ist die Meinung, daß sich im Zorn ein lange verheimlichter Gedanke offenbare; das trifft zu höchstens in einem von tausend Fällen, denn um zu sagen, was er denkt, muß ein Mensch bei sich sein. Die Sache leuchtet ein, aber der Eifer, die passende Antwort zu geben, läßt uns unsere Einsicht vergessen. Der Abbé Pirard in Stendhals *Rot und Schwarz* sieht die Gefahr; er sagt: >Ich habe gelegentlich Anfälle von Jähzorn; gut möglich, daß wir eines Tages aufhören, miteinander zu sprechen.< Weiter kann man die Naivität nicht gut treiben. Wenn mein Zorn Grammophoncharakter hat, ich meine ein Produkt meiner Galle, meines Magens oder meines Kehlkopfes ist, und wenn ich das weiß, kann ich dann nicht den schlechten Tragöden in mir jederzeit zurückpfeifen? Unsere Flüche – im allgemeinen Ausrufe ohne jeden Sinn – sind wahrscheinlich dazu erfunden worden, seinem Zorn ein Ventil zu verschaffen, ohne etwas Verletzendes und Nichtwiedergutmachendes zu sagen. Das Benehmen unserer Kutscher bei Verkehrsstockungen wäre also ausgesprochen philosophisch. Das Komische ist nur, daß von diesen Blindschüssen gelegentlich doch einer trifft. Man kann mich ruhig auf Russisch beschimpfen, ich verstehe kein Wort. Wie aber, wenn ich zufällig Russisch verstünde? In Wirklichkeit ist jede Beschimpfung Kauderwelsch. Das verstehen heißt verstanden haben, daß es bei Beschimpfungen nichts zu verstehen gibt.“

(Alain 1982: 175 ff)

* * *

„Gute Laune

Wenn ich zufällig ein Lehrbuch der Moral zu verfassen hätte, würde ich den obersten Platz unter den Pflichten der guten Laune einräumen. Ich weiß nicht, welche barbarische Religion uns gelehrt hat, daß Traurigkeit etwas Großes sei und daß der Weise über den Tod nachdenken müsse und dabei sein eigenes Grab graben. Als ich zehn Jahre alt war, besuchte ich einmal das Kloster *La Trappe*; ich sah die Gräber, an denen sie täglich arbeiteten, und die

Leichenkappelle, in der die Toten, zur Erbauung der Lebenden, eine Woche lang aufgebahrt blieben. Diese schaurigen Bilder und der sie begleitende Leichengeruch haben mich lange verfolgt; aber die Sache war zu dick aufgetragen. Alles in mir revoltierte gegen diese weinerlichen Mönche; und ich befreite mich von ihrer Religion wie von einer Krankheit. Was nicht sagt, daß ich von dieser Religion nicht geformt worden bin; wir alle sind es. Wir stöhnen bereitwillig schon beim kleinsten Anlaß. Und selbst wenn uns die Umstände einen wirklichen Schmerz schicken, glauben wir uns verpflichtet, ihn vor aller Welt auszubreiten. In diesem Punkt sind Vorurteile im Schwang, die nach Sakristei riechen. Einem Menschen, der nur genügend zu weinen versteht, ist man bereit, alles zu verzeihen. Man muß einmal gesehen haben, welche Tragödien an Gräbern aufgeführt werden. Der Redner ist wie erstickt, und nur mühsam bringt er die Worte hervor. Ein Mensch der Antike würde uns deswegen verachten. Er würde sagen: >Der da spricht, ist kein Tröster, kein Führer fürs Leben also, sondern ein Tragöde, ein Lehrer der Traurigkeit und des Todes.< Was aber würde er erst zu unserem *Dies irae* sagen? Wahrscheinlich würde er auch diese Hymne zum Theater rechnen. >Nur wenn ich frei bin von Qual, kann ich mir das Schauspiel niederschmetternder Gefühle leisten<, würde er sagen. >In diesem Fall ist das eine gute Lektion für mich. Sobald mich aber ein wirklicher Schmerz quält, habe ich nur mehr die eine Pflicht, mich ans Leben zu klammern und meinem Unglück mannhaft entgegenzutreten. Das heißt, von den Toten mit so viel Freundschaft und Freude zu sprechen wie möglich. Sie dagegen würden mit ihrer Verzweiflung den Toten Scham machen, wenn die Toten sie sehen könnten.< Jawohl, nachdem wir mit den Lügen der Priester aufgeräumt haben, bleibt uns die Aufgabe, das Leben vornehm zu leben und nicht uns und unsere Mitmenschen mit tragischen Deklamationen zu quälen. Das gilt auch für die kleinen Misereen des Lebens: sie weder erzählen noch aufbauschen. Gut sein zu den andern und sich selber. Die wirkliche Nächstenliebe besteht darin, ihnen leben zu helfen. Güte und Liebe sind froh.“

(Alain 1982: 178 f)

* * *

„Freundschaft

Freundschaft ist ein Brunnen wunderbarer Freuden. Man versteht das ohne weiteres, wenn man sich klarmacht, daß Freude ansteckend wirkt. Bereitet mein Kommen einem Freund Freude, läßt mich das Schauspiel dieser Freude sogleich selber Freude empfinden; so wird die Freude dem, der sie bereitet, wiedergegeben; gleichzeitig werden Vorräte von Freude erschlossen, und beide sagen sich: >Ich hatte in mir Glück liegen, mit dem ich nichts anfang.< Ich gebe zu, daß die Quelle der Freude inwendig ist und es kein betrüblicheres Schauspiel

gibt, als wenn Leute, die mit sich und der Welt unzufrieden sind, einander mit Gewalt zum Lachen zu bringen versuchen. Allerdings ist ebenfalls zu bemerken, daß der zufriedene Mensch, wenn er allein ist, leicht seine Zufriedenheit vergißt; seine Freude schläft ein; er gerät in einen Zustand von Stupidität und Gefühllosigkeit. Das innere Gefühl muß sich äußere Bewegung machen. Wenn mich ein Tyrann einsperrte, um mir Respekt vor der Macht beizubringen, würde ich mir zur Gesundheitsregel machen, ganz für mich allein jeden Tag einige Mal zu lachen. Ich würde meiner Freude genauso Bewegung verschaffen wie meinen Beinen. Nehmen Sie ein Bündel trockener Zweige; dem äußeren Anschein nach sind sie ebenso träge wie Erde; läßt man sie liegen, wo sie sind, werden sie auch langsam zu Erde; gleichwohl enthalten sie verborgene, ihnen von der Sonne mitgeteilte Glut. Bringt man die kleinste Flamme an sie heran, hat man alsbald ein prasselndes Feuer. Dazu war nur nötig, an der Tür zu rütteln und den Gefangenen aufzuwecken. Ähnlich muß auch Freude erst aufgeweckt werden. Wenn ein kleines Kind zum erstenmal lacht, drückt sein Lachen keineswegs etwas aus; es lacht nicht, weil es glücklich ist; ich würde eher umgekehrt sagen, daß es glücklich ist, weil es lacht; es macht ihm Spaß, zu lachen, wie es ihm Spaß macht, zu essen; aber essen muß es zuerst. Das gilt nicht nur vom Lachen; man braucht auch Worte, um zu wissen, was man denkt. Solange man allein ist, kann man nicht man selber sein. Die Tröpfe von Moralisten behaupten, daß Lieben sich selber vergessen heiße: eine bei weitem zu simple Auffassung; je mehr man aus sich selber herausgeht, desto mehr ist man man selber, desto mehr fühlt man sich auch leben. Laß das Holz in deinem Keller nicht verkommen.“

(Alain 1982: 187 f)

* * *

„Vergnügen bereiten

Ich sprach von einer Lebenskunst, die man lehren müßte. Als ihre oberste Maxime würde ich den Satz aufstellen: >Vergnügen bereiten.< Er wurde mir nahegelegt von einem Menschen, den ich als leicht aufbrausend kannte und der seither seinen Charakter geändert hat. Im ersten Augenblick verwundert eine solche Regel. Denn heißt Vergnügen bereiten nicht lügen und schmeicheln, also sich zum Höfling erniedrigen? Verstehen wir die Sache recht; es handelt sich darum, Vergnügen zu bereiten immer dann, wenn es ohne Lüge und Niedrigkeit möglich ist. Das aber ist fast immer der Fall. Wenn wir mit schneidender Stimme und gerötetem Gesicht eine unangenehme Wahrheit äußern, liegt ein Temperamentausbruch, man könnte auch sagen eine kurze Krankheit vor, die wir nicht zu behandeln verstehen; umsonst versuchen wir diesen zu deuten; die Sache bleibt zweifelhaft, wenn wir dabei nicht etwas aufs Spiel gesetzt haben und vor allem, wenn sie nicht genau überlegt war. Ich möchte daraus

folgenden Satz der Moral ableiten: >Sei unverschämt höchstens aus freiem und wohlwogenem Entschluß und immer nur Menschen gegenüber, die mehr Macht haben als du.< Besser freilich, die Wahrheit zu sagen, ohne die Stimme zu erheben, und noch besser, sich innerhalb, was wahr ist, auf das Lobenswerte zu beschränken. Fast an allem gibt es etwas zu loben; denn die wahren Beweggründe werden wir nie erfahren, und es kostet uns nicht das geringste, statt Feigheit Mäßigung, statt Vorsicht Freundlichkeit als Motiv anzunehmen. Vor allem bei jungen Leuten sollte man immer alles von der besten Seite sehen und ihnen ein schönes Bild ihrer Selbst entwerfen; sie werden diesem Bild zuerst glauben und dann gleichen, wohingegen Kritik gar nichts nützt. Wenn es sich zum Beispiel um einen Dichter handelt, behalte und zitiere man seine schönsten Verse; wenn um einen Politiker, lobe man ihn für das Böse, das er nicht getan hat. Mir kommt hier eine Erzählung aus dem ersten Schuljahr in Erinnerung. Ein kleiner Kerl, der bis dahin nur dummes Zeug gemacht hatte, schrieb eines Tages sauber eine halbe Seite Auf- und Abstriche. Die Lehrerin ging an den Bankreihen entlang und teilte Fleißkärtchen aus; als sie keine Anstalten machte, die mit soviel Mühe geschriebene halbe Seite auch nur zur Kenntnis zu nehmen, sagte der Kleine: >Scheiße! Das hat man nun davon!< (Das Viertel, in dem die Schule lag, war keins der vornehmen Pariser Viertel.) Woraufhin die Lehrerin zurückkam und ihm wortlos ein Fleißkärtchen gab; es handelte sich um Auf- und Abstriche, nicht um gepflegte Ausdrucksweise. Aber das sind schwierige Fälle. Es gibt genügend andere, in denen man jederzeit und ohne Zögern höflich und zuvorkommend sein kann. Machen Sie es sich zur Regel, zu lachen, wenn Sie in einer Menge gestoßen und geschubst werden; Sie ersparen sich damit sowohl den Zorn wie die Scham, zornig geworden zu sein. Ich fasse also Höflichkeit als eine Art Gymnastik gegen die Leidenschaften auf. Höflichkeit heißt, mit jeder Geste und jedem Wort ausdrücken: >Regen wir uns nicht auf; verderben wir uns diese Minute nicht.< Ist das die Güte, welche das Evangelium empfiehlt? Nein. Güte ist oft indiskret und demütigend. Wahre Höflichkeit dagegen besteht in einer ansteckenden Freude, die alle Reibungen beseitigt. Und diese Höflichkeit wird nirgendwo gelehrt. Ich habe in der sogenannten guten Gesellschaft eine Menge gekrümmter Rücken, aber noch keinen einzigen höflichen Menschen getroffen.“

(Alain 1982: 205 f)

* * *

„Die Pflicht, glücklich zu sein

Unglücklich oder unzufrieden zu sein, ist leicht; es genügt, den Prinzen zu spielen, sich hinzusetzen und darauf zu warten, daß einem jemand die Zeit vertreibt; der Blick, welcher das Glück einer Ware gleich abschätzt, taucht alles in die Stimmung der Langeweile; ein

Schauspiel, das nicht ohne Größe ist, denn alles verwerfen setzt Kraft voraus; allerdings sehe ich in dieser Haltung auch Gereiztheit und Zorn auf die, denen wie Kindern schon Kleinigkeiten zu Instrumenten des Glücks werden. Ich fliehe also. Die Erfahrung hat mich gelehrt, daß es unmöglich ist, jemand zu zerstreuen, der sich mit sich selber langweilt. Umgekehrt ist es schön, das Schauspiel des Glücks mitanzusehen. Was gäbe es Schöneres als ein Kind? Allerdings ist es auch mit Leib und Seele bei seinem Spiel dabei; es erwartet nicht, daß ein anderer für es spielt. Das Kind, das schmollt, bietet uns freilich wieder das Schauspiel dessen, der jede Freude von sich weist; glücklicherweise vergessen Kinder rasch. Wahrscheinlich aber kennt jeder einige große Kinder, die nicht aufgehört haben, zu schmollen. Daß sie triftige Gründe dafür vorbringen können, glaube ich; glücklich zu sein, ist immer schwer; es ist ein beständiger Kampf sowohl gegen Ereignisse wie gegen Menschen; und es ist durchaus möglich, daß man in diesem Kampf unterliegt; es gibt zweifellos Ereignisse, die stärker als der Schüler der Stoa sind; aber ebenso zweifellos gibt es die Pflicht, sich erst dann besiegt zu geben, wenn man mit aller Kraft gekämpft hat. Vor allem scheint mir klar, daß man unmöglich glücklich sein kann, wenn man es nicht will; man muß sein Glück wollen und machen. Worauf man dabei noch nicht genügend hingewiesen hat, ist, daß man auch den anderen gegenüber die Pflicht hat, glücklich zu sein. Man sagt zwar, daß nur der Glückliche geliebt wird; aber man vergißt, daß diese Belohnung durchaus verdient ist; denn das Unglück, die Langeweile, die Verzweiflung liegen in der Luft; deshalb sind wir Dank und Kranz schuldig denen, die durch ihr Beispiel die Luft von Miasmen reinigen. Deshalb gibt es nichts Wichtigeres in der Liebe als das Gelöbnis, glücklich zu sein. Was wäre schwerer zu ertragen, als die, welche man liebt, traurig oder unglücklich zu sehen? Sowohl Mann wie Frau sollten ständig daran denken, daß das schönste Geschenk, das einer dem anderen machen kann, das eigene Glück ist. Als Belohnung für die, welche den Entschluß gefaßt haben, glücklich zu sein, möchte ich geradezu die Verleihung einer Art Bürgerkrone vorschlagen. Denn meiner Meinung nach sind die ganzen Leichen, Ruinen und Rüstungsausgaben das Werk von Menschen, die es nie verstanden haben, glücklich zu sein, und nicht ertragen können, andere glücklich zu sehen. Als Kind gehörte ich zur Spezies jener Schwergewichte, die sich nur langsam in Bewegung setzen und nur schwer aufbringen lassen. Deshalb kam es oft vor, daß sich ein von Traurigkeit und Langeweile abgezehrt Leichtgewicht damit vergnügte, mich zu kneifen und an den Haaren zu ziehen, bis ein kräftiger Fausthieb der Sache ein Ende machte. Ich habe mir diese Erfahrung zur Lehre gereichen lassen, und wenn ich heute einem jener Gnome begegne, die es nicht aushalten, daß andere in Frieden leben, und deshalb zum Krieg hetzen, weiß ich Bescheid. Gar nicht erst nötig, mir ihre Gründe

anzuhören. Das ruhige Frankreich und das ruhige Deutschland sind in meinen Augen robuste Kinder, die von einer Handvoll bössartiger Gesellen gequält und schließlich zum Äußersten gebracht werden.“

(Alain 1982: 223 f)

4.2.4 Empfehlungen und Warnungen zu den Lebensfeldern Reichtum, Haushaltsführung, Wohnen und gesunde Lebensweise

Reichtum, Haushaltsführung, Wohnen

„Der Reichtum, den die Natur verlangt, ist begrenzt und leicht zu beschaffen, der dagegen, nach dem wir in törichtem Verlangen streben, geht ins Ungemessene.“

(Epikur, Hauptlehrsätze 15, Werle 2002: 20)

* * *

„Auf die Frage, wie man reich würde, antwortet Epikur: ‚Nicht durch die Vermehrung des Vermögens, sondern durch die Beschneidung des Großteils des Bedarfs.‘“

(Epikur, bei Stoabaeus, bei Hossenfelder 1996: 261)

* * *

„Wenn du jemanden reich machen willst, gib ihm nicht mehr Geld, sondern nimm ihm von seiner Begierde.“

(Epikur, bei Stoabaeus, bei Hossenfelder 1996: 261)

* * *

„Man soll nicht aus Gier nach den fernen Gütern die nahen gering achten, sondern bedenken, daß auch diese einmal zu den sehnlich erwünschten gehört haben.“

(Epikur Aphorismen und Fragmente, Werle 2002: 29)

* * *

„Lebensregel Nr. 4 Über das Verhältnis der Ansprüche zum Besitz

... Die Güter, auf welche Anspruch zu machen einem Menschen nie in den Sinn gekommen ist, entbehrt er durchaus nicht, sondern ist, auch ohne sie, völlig zufrieden; während ein anderer, der hundert Mal mehr besitzt als er, sich unglücklich fühlt, weil ihm eines abgeht, darauf er Anspruch macht. Jeder hat, auch in dieser Hinsicht, einen eigenen Horizont des für ihn möglicherweise Erreichbaren: so weit wie dieser gehen seine Ansprüche. Wenn irgendein innerhalb desselben gelegenes Objekt sich ihm so darstellt, daß er auf dessen Erreichung vertrauen kann, fühlt er sich glücklich; hingegen unglücklich, wann eintretende

Schwierigkeiten ihm die Aussicht darauf benehmen. Das außerhalb dieses Gesichtskreises Liegende wirkt gar nicht auf ihn. Daher beunruhigen den Armen die großen Besitztümer der Reichen nicht, und tröstet andererseits den Reichen, bei verfehlten Absichten, das Viele nicht, was er schon besitzt. Der Reichtum gleicht dem Seewasser: je mehr man davon trinkt, desto durstiger wird man. – Dasselbe gilt vom Ruhm. – Daß nach verlorenem Reichtum, oder Wohlstande, sobald der erste Schmerz überstanden ist, unsre habituelle Stimmung nicht sehr verschieden von der früheren ausfällt, kommt daher, daß, nachdem das Schicksal den Faktor unsers Besitzes verkleinert hat, wir selbst nun den Faktor unserer Ansprüche gleich sehr vermindern. Diese Operation aber ist das eigentlich Schmerzhaftes, bei einem Unglücksfall: nachdem sie vollzogen ist, wird der Schmerz immer weniger, zuletzt gar nicht mehr gefühlt: die Wunde vernarbt. Umgekehrt wird, bei einem Glücksfall, der Kompressor unserer Ansprüche hinaufgeschoben, und sie dehnen sich aus: hierin liegt die Freude. Aber auch sie dauert nicht länger, als bis diese Operation gänzlich vollzogen ist: wir gewöhnen uns an das erweiterte Maß der Ansprüche und werden gegen den demselben entsprechenden Besitz gleichgültig. ... Die Quelle unserer Unzufriedenheit liegt in unsern stets erneuerten Versuchen, den Faktor der Ansprüche in die Höhe zu schieben, bei der Unbeweglichkeit des andern Faktors, die es verhindert.“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 37 ff)

* * *

„Lebensregel Nr. 25

Wir müssen es dahin zu bringen suchen, daß wir, was wir besitzen, mit eben den Augen sehn, wie wir es sehn würden, wenn es uns entrissen würde: was es auch sei, Eigentum, Gesundheit, Freunde, Geliebte, Weib und Kind: meistens fühlen wir den Wert erst nach dem Verlust. Bringen wir es dahin, so wird erstlich der Besitz uns unmittelbar mehr beglücken; und zweitens werden wir auch auf alle Weise dem Verlust vorbeugen, das Eigentum keiner Gefahr aussetzen, die Freunde nicht erzürnen, die Treue der Weiber nicht auf Proben stellen, die Gesundheit der Kinder bewachen u.s.f. Wir pflegen beim Anblick alles dessen, was wir nicht haben zu denken >wie, wenn das mein wäre?<, und dadurch machen wir uns die Entbehrung fühlbar. Statt dessen sollten wir bei dem, was wir besitzen, oft denken: >wie, wenn ich dieses verlöre?<“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 63)

* * *

„... Denn was der Reichtum über die Befriedigung der wirklichen und natürlichen Bedürfnisse hinaus noch leisten kann, ist von geringem Einfluß auf unser eigentliches

Wohlbehagen: vielmehr wird dieses gestört durch die vielen und unvermeidlichen Sorgen, welche die Erhaltung eines großen Besitzes herbeiführt. Dennoch aber sind die Menschen tausendmal mehr bemüht, sich Reichtum, als Geistesbildung zu erwerben; während doch ganz gewiß was man *ist*, viel mehr zu unsrem Glück beiträgt, als was man *hat*. Gar manchen daher sehn wir, in rastloser Geschäftigkeit, emsig wie die Ameise, vom Morgen bis zum Abend bemüht, den schon vorhandenen Reichtum zu vermehren. Über den engen Gesichtskreis des Bereiches der Mittel hiezu hinaus kennt er nichts: sein Geist ist leer, daher für alles andere unempfänglich. Die höchsten Genüsse, die geistigen, sind ihm unzugänglich: durch die flüchtigen, sinnlichen, wenig Zeit, aber viel Geld kostenden, die er zwischendurch sich erlaubt, sucht er vergeblich jene andern zu ersetzen. Am Ende seines Lebens hat er dann, als Resultat desselben, wenn das Glück gut war, wirklich einen recht großen Haufen Geld vor sich, welchen noch zu vermehren, oder aber durchzubringen, er jetzt seinen Erben überläßt. Ein solcher, wiewohl mit gar ernsthafter und wichtiger Miene durchgeführter Lebenslauf ist daher ebenso töricht, wie mancher andere, der geradezu die Schellenkappe zum Symbol hatte. ...“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 13 f)

* * *

„... *Vorhandenes Vermögen* soll man betrachten als eine Schutzmauer gegen die vielen möglichen Übel und Unfälle; nicht als eine Erlaubnis oder gar Verpflichtung, die Pläsiers der Welt heranzuschaffen. ...“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 58)

gesunde Lebensweise

„Allgemein lehrte Epikur mit Recht, wir müßten uns vor einer Kost hüten, die wir zwar zu genießen beehrten und erstrebten, die wir aber nach dem Verzehr zum Unerfreulichen rechneten. Eine solche ist jede reichliche und mächtige Kost. Und denen, die auf sie erpicht sind, ergeht es so, daß sie von Unkosten, Krankheiten, Übersättigung oder Ruhelosigkeit heimgesucht werden. Daher ist auch bei den einfachen Speisen die Übersättigung zu meiden und überall darauf zu sehen, was durch den Genuß oder Erwerb entsteht, welche Größe es hat und welche Unlust des Fleisches oder der Seele es beseitigt, damit nicht die Anstrengung, die mit jeder (Sache) verbunden ist, um einer (leeren) Freude willen geschieht, wie es das Leben der (Masse) zeigt. Denn man soll nirgendwo maßlos sein, sondern Grenze und Maß, wie sie in solchen Dingen gegeben sind, einhalten.“

(Epikur, bei Porphyrius, bei Hossenfelder 1996: 273)

* * *

„Das Fleischessen beseitigt weder eine natürliche Unlust noch etwas, das ohne Erfüllung zu Schmerz führt, und die Lust, die es bringt, ist erzwungen und rasch mit dem Gegenteil vermischt. Denn nicht zur Lebenserhaltung trägt es bei, sondern zur Variation der Lüste, ähnlich wie der Liebesgenuß oder das Trinken fremdländischer Weine, ohne die die Natur ebenso wohl fortbestehen kann. Die Dinge aber, ohne die sie wohl nicht fort dauern würde, sind in jedem Fall gering und lassen sich leicht und mit Gerechtigkeit und Freiheit, mit Ruhe und großer Gelassenheit beschaffen. Ferner steuert das Fleisch auch nichts zur Gesundheit bei, sondern ist der Gesundheit eher abträglich. Wodurch nämlich die Gesundheit erworben wird, dadurch bleibt sie auch erhalten; sie wird aber durch die einfachste und fleischlose Kost erworben, so daß sie durch diese auch erhalten bleiben dürfte.“

(Epikur, bei Porphyrius, bei Hossenfelder 1996: 274)

* * *

„Lebensregel 32

Wenigstens 9/10 unsers Glücks beruhen allein auf der Gesundheit. Denn zuvörderst hängt von ihr die Heiterkeit der Stimmung ab: wo diese vorhanden ist, scheinen die ungünstigsten feindlichsten äußern Verhältnisse erträglicher, als die glücklichsten, wo Kränklichkeit verdrießlich oder ängstlich macht. Man vergleiche die Art, wie man am gesunden und heitern Tage dieselben Dinge sieht, mit der Art, wie sie an kränklichen Tagen erscheinen. Nicht was die Dinge im äußern Zusammenhang der Erfahrung wirklich sind, sondern was sie für uns in unsrer Auffassung sind, macht uns glücklich oder unglücklich. Sodann kann die Gesundheit und sie begleitende Heiterkeit alles andere ersetzen, nichts aber sie. Endlich ist ohne sie kein äußres Glück genießbar, ist also für den kranken Besitzer nicht da: mit ihr ist alles eine Quelle des Genusses: daher ist ein gesunder Bettler glücklicher als ein kranker König. – Also ist es nicht ohne Grund, daß man sich gegenseitig immer nach dem Befinden erkundigt, nicht nach andern Dingen, uns sich wohl zu befinden wünscht: denn das ist 9/10 alles Glücks. – Hieraus folgt, daß es die größte aller Torheiten ist, seine Gesundheit zum Opfer zu bringen für was es auch sei, für Erwerb, für Gelehrsamkeit, für Ruhm, für Beförderung, nun gar für Wollust und flüchtige Genüsse. Vielmehr soll man alles und jedes stets ihr nachsetzen.“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 68)

* * *

„... Folglich sollten wir vor allem bestrebt sein, uns den hohen Grad vollkommener Gesundheit zu erhalten, als dessen Blüte die Heiterkeit sich einstellt. Die Mittel hiezu sind

bekanntlich Vermeidung aller Exzesse und Ausschweifungen, aller heftigen und unangenehmen Gemütsbewegungen, auch aller zu großer oder zu anhaltenden Geistesanstrengungen, täglich wenigstens zwei Stunden rascher Bewegung in freier Luft, viel kaltes Baden und ähnliche diätetische Maßregeln (Gesundheitsregeln). Ohne tägliche gehörige Bewegung kann man nicht gesund bleiben: alle Lebensprozesse erfordern, um gehörig vollzogen zu werden, Bewegung sowohl der Teile, darin sie vorgehn, als des Ganzen. Daher sagt Aristoteles mit Recht: ... Das Leben besteht in der Bewegung und hat sein Wesen in ihr. ...“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 20)

* * *

„... - Besonders aber gebe man dem Gehirn das zu seiner Refektion (Erholung) nötige, volle Maß des Schlafes; denn der Schlaf ist für den ganzen Menschen was das Aufziehen für die Uhr. ... Dieses Maß wird um so größer sein, je entwickelter und tätiger das Gehirn ist; es jedoch zu überschreiten wäre bloßer Zeitverlust, weil dann der Schlaf an Intension verliert was er an Extension gewinnt. ...“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 210 f)

* * *

„Die Kunst, sich wohl zu fühlen

Der innere Gleichmut empfängt zwar für gewöhnlich keine äußere Belohnung, ist aber zweifellos der Gesundheit förderlich. Ein glücklicher Mensch wird übersehen; der Ruhm wird ihm erst vierzig Jahre nach seinem Tod zuteil. Aber gegen Krankheit ist Glück die beste Waffe. Der Melancholiker wird darauf erwidern, daß Glück eine Wirkung sei und keine Ursache; aber das heißt, die Dinge zu sehr vereinfachen. Man liebt gymnastische Übungen, weil man kräftig ist, aber freiwillig betriebene gymnastische Übungen machen ihrerseits kräftig. Kurz, es gibt ein innerkörperliches Verhalten, welches die Abwehr von Krankheiten erleichtert, und ein anderes, welches sie erschwert. Natürlich kann man nicht so, wie man einen Finger ausstreckt, seine Eingeweide massieren; aber da Freude das eindeutige Zeichen für ein gutes innerkörperliches Verhalten ist, läßt sich mit Sicherheit annehmen, daß Gedanken, welche froh stimmen, auch zur Gesundheit disponieren. Man müßte sich also freuen, wenn man krank ist? Das ist doch absurd und unmöglich, werden Sie sagen. Einen Augenblick! Man hat schon oft darauf hingewiesen, daß der Krieg, von Kugeln und Granaten einmal abgesehen, der Gesundheit förderlich gewesen sei. Ich habe mich während der drei Jahre, in denen ich das Leben eines Wildkaninchens führte, welches beim geringsten Geräusch wieder ins Loch schlüpft, von der Richtigkeit der Sache überzeugen können. Drei

Jahre, ohne etwas anderes zu spüren als Müdigkeit und Schlafbedürfnis. Dabei schleppte ich wie alle, die denken, ohne zu handeln, seit meinem zwanzigsten Lebensjahr eine tödliche Krankheit mit herum. Man hat dieses körperliche Wohlbefinden mit der frischen Luft und dem aktiven Leben zu erklären versucht; aber ich sehe noch andere Ursachen. Ein Infanterieunteroffizier, derselbe, welcher sagte: ‚Furcht haben wir keine mehr, höchstens noch gelegentlich Angst‘, kam eines Tages mit glückstrahlendem Gesicht in meinen Unterstand. ‚Diesmal hat es geklappt‘, sagte er. ‚Ich habe Fieber; der Arzt hat es mir bestätigt; morgen muß ich wieder zu ihm. Vielleicht habe ich Typhus; ich kann mich kaum noch aufrechterhalten; alles um mich herum dreht sich. Endlich komme ich ins Lazarett. Nach zweieinhalb Jahren im Dreck habe ich dieses Glück ja wohl auch verdient.‘ Aber ich sah bereits, daß ihn die Freude wieder gesund machte. Am nächsten Tag war nicht mehr von Fieber die Rede, sondern davon, das zerschossene Flirey zu durchqueren und eine noch unangenehmere Stellung zu beziehen. Kranksein ist kein Vergehen; weder von seiten der Disziplin noch der Ehre läßt sich das geringste dagegen einwenden. Welcher Soldat, der nicht in einem jähen Anfall von Hoffnung an sich nach Symptomen einer Krankheit Ausschau gehalten hätte? Die Aussicht, vielleicht an einer Krankheit zu sterben, kam einem in jenen harten Tagen höchst verführerisch vor. Aber solche Gedanken bilden einen sicheren Schutz gegen jede Krankheit. Freude macht den Körper widerstandsfähiger, als der beste Arzt zustande brächte. Die Furcht vor Krankheit, die alles verschlimmert, besteht nicht mehr. Wenn es, wie man erzählt, Einsiedler gegeben hat, die als eine göttliche Gnade den Tod erwarteten, wundert es mich gar nicht, daß sie erst mit hundert Jahren gestorben sind. Die Zählebigkeit, die wir an Greisen beobachten, wenn sie aufgehört haben, sich noch für etwas zu interessieren, stammt wahrscheinlich daher, daß sie sich nicht mehr vor dem Sterben fürchten. Alles das sind Dinge, die zu wissen nützlich ist. So ist es nützlich, zu wissen, daß das, was den Reiter fallen läßt, seine Steifheit ist, die von der Furcht kommt. Sorglosigkeit ist eine wirkungsvolle List.“

(Alain 1982: 209 ff)

4.2.5 Empfehlungen und Warnungen im Umgang mit Arbeit und Beschäftigung; Freizeitgestaltung und Teilhabe am kulturellen Leben

„Lebensregel Nr. 30

Tätigkeit, etwas Treiben, oder nur Lernen ist zum Glück des Menschen notwendig. Er will seine Kräfte in Tätigkeit setzen und den Erfolg dieser Tätigkeiten irgendwie wahrnehmen. (Vielleicht weil es ihm dafür bürgt, daß seine Bedürfnisse durch seine Kräfte gedeckt werden

können.) – Darum fühlt man sich auf langen Vergnügungsreisen dann und wann sehr unglücklich. – Sich mühen und mit Widerstand zu kämpfen ist das wesentlichste Bedürfnis der menschlichen Natur: der Stillstand, der allgenugsam wäre im ruhigen Genuß, ist ihm etwas Unmögliches: Hindernisse überwinden ist der vollste Genuß seines Daseins: es gibt für ihn nichts Besseres. Die Hindernisse mögen nur materieller Art sein, wie beim Handeln und Treiben, oder geistiger Art, wie beim Lernen und Forschen: der Kampf mit ihnen und der Sieg über sie ist der Vollgenuß seines Daseins. Fehlt ihm die Gelegenheit dazu, so macht er sie, wie er kann: unbewußt treibt ihn dann seine Natur, entweder Händel zu suchen, oder Intriguen anzuspinnen, oder Gaunereien und sonst Schlechtigkeiten: nach Umständen. ...“
(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 66)

* * *

„ ... (Das Leben besteht in der Bewegung.) sagt Aristoteles, mit offenbarem Recht: und wie demnach unser physisches Leben nur in und durch eine unaufhörliche Bewegung besteht; so verlangt unser inneres, geistiges Leben fortwährend Beschäftigung, Beschäftigung mit irgend etwas, durch Tun oder Denken; einen Beweis hievon gibt das Trommeln mit den Händen oder irgendeinem Gerät, zu welchem unbeschäftigte und gedankenlose Menschen sogleich greifen. Unser Dasein nämlich ist ein wesentlich rastloses; daher wird die gänzliche Untätigkeit uns bald unerträglich, indem sie die entsetzlichste Langeweile herbeiführt. Diesen Trieb nun soll man regeln, um ihn methodisch und dadurch besser zu befriedigen. Daher also ist Tätigkeit, etwas treiben, womöglich, etwas machen, wenigstens aber etwas lernen, - zum Glück des Menschen unerläßlich: seine Kräfte verlangen nach ihrem Gebrauch und er möchte den Erfolg desselben irgendwie wahrnehmen. Die größte Befriedigung jedoch, in dieser Hinsicht, gewährt es etwas zu *machen*, zu verfertigen, sei es ein Korb, sei es ein Buch; aber daß man ein Werk unter seinen Händen täglich wachsen und endlich seine Vollendung erreichen sehe, beglückt unmittelbar. Dies leistet ein Kunstwerk, eine Schrift, ja selbst eine bloße Handarbeit; freilich, je edlerer Art das Werk, desto höher der Genuß. ... - Inzwischen treibe jeder etwas, nach Maßgabe seiner Fähigkeiten. Denn wie nachteilig der Mangel an planmäßiger Tätigkeit, an irgendeiner Arbeit, auf uns wirke, merkt man auf langen Vergnügungsreisen, als wo man, dann und wann, sich recht unglücklich fühlt; weil man, ohne eigentliche Beschäftigung, gleichsam aus seinem natürlichen Elemente gerissen ist. Sich zu mühen und mit dem Widerstande zu kämpfen ist dem Menschen Bedürfnis, wie dem Maulwurf das Graben. Der Stillstand, den die Allgenugsamkeit eines bleibenden Genusses herbeiführte, wäre ihm unerträglich. Hindernisse überwinden ist der Vollgenuß seines Daseins; sie mögen materieller Art sein, wie beim Handeln und Treiben, oder geistiger Art, wie beim Lernen und Forschen:

der Kampf mit ihnen und der Sieg beglückt. Fehlt ihm die Gelegenheit dazu, so macht er sie sich, wie er kann: je nachdem seine Individualität es mit sich bringt, wird er jagen, oder Bilboquet (Kugelfangen) spielen, oder, vom unbewußten Zuge seiner Natur geleitet, Händel suchen, oder Intriguen anspinnen, oder sich auf Betrügereien und allerlei Schlechtigkeiten einlassen, um nur dem ihm unerträglichen Zustande der Ruhe ein Ende zu machen. ...“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 203 ff)

* * *

„Langeweile

Ein Mann, der weder mehr etwas aufzubauen noch zu zerstören findet, ist tief unglücklich. Frauen – ich meine diejenigen, welche zu nähen und Kinder zu warten haben – werden wahrscheinlich nie verstehen, warum Männer ins Café gehen und Karten spielen. Nur sich selber zur Gesellschaft haben und über sich selber nachdenken, ist schädlich. In Goethes *Wilhelm Meister* gibt es eine Gesellschaft der Entsagenden, deren Mitglieder weder je an die Zukunft noch an die Vergangenheit denken dürfen. Eine gute Regel, soweit sie sich befolgen läßt. Damit sie sich befolgen läßt, müssen Augen und Hände etwas zu tun haben. Wahrnehmen und Handeln, das sind die beiden Heilmittel. Wenn man nur dasitzt und die Daumen dreht, fällt man umgekehrt schon bald der Furcht und dem Bedauern zur Beute. Denken ist eine Art Spiel, das keineswegs immer gesund ist. Für gewöhnlich dreht man sich dabei im Kreis. Deshalb konnte Rousseau schreiben: >Der Mensch, der nachdenkt, ist ein aus der Art geschlagenes Tier.< Die Not befreit uns aus dieser Situation, jedenfalls im allgemeinen. Nahezu jeder hat einen Beruf, und das ist gut. Was uns fehlt, sind kleine Nebenbeschäftigungen, in denen wir uns von unserer Hauptbeschäftigung erholen. Ich habe schon oft die Frauen um ihr Stricken und Sticken beneidet. Sie haben damit etwas Handfestes vor Augen; Vergangenheit und Zukunft beunruhigen sie deshalb nur wenig. Wohingegen die Männer bei geselligen Zusammenkünften nichts zu tun haben und dementsprechend wie Fliegen in einer Flasche durcheinander summen. Die Stunden, in denen man, ohne krank zu sein, nachts wach liegt, sind nur deshalb so gefürchtet, weil dann die Einbildungskraft kein Objekt hat und zu ungebunden ist in ihrer Betätigung. Ein Mensch legt sich um zehn Uhr schlafen und wälzt sich bis zwölf unter Qualen in seinem Bett herum; wäre er statt dessen im Theater, würde er sich selber völlig vergessen. Diese Überlegungen lassen die merkwürdigen Beschäftigungen verstehen, welche das Leben der Reichen ausfüllen. Sie haben tausend kleine Verpflichtungen, denen sie mit äußerstem Ernst nachgehen. Sie machen täglich ein Dutzend Besuche, und vom Konzert fahren sie ins Theater. Diejenigen unter ihnen, die ein etwas lebhafteres Temperament haben, stürzen sich auf die Jagd, in den Krieg oder irgendein

gefährliches Reiseabenteuer. Andere fahren Auto und warten schon jetzt auf die Gelegenheit, sich auch im Flugzeug den Hals brechen zu können. Sie gieren nach neuen Wahrnehmungen und Beschäftigungen. Sie wollen nicht in sich selber leben, sondern in der Welt. Wie einst die Mastodonten die Wälder abweideten, so sie mit ihren Augen die Erde. Die Einfachsten vergnügen sich damit, Fausthiebe auf Nase und Brust zu bekommen; das führt sie zur Gegenwart zurück, und sie sind glücklich. Kriege sind wahrscheinlich in erster Linie ein Mittel gegen die Langeweile; von daher ließe sich erklären, wieso gerade die, die am meisten zu verlieren haben in einem Krieg, die ersten zu sein pflegen, die sich mit ihm abfinden oder ihn sogar wünschen. Die Furcht, zu sterben, ist der Gedanke eines Müßigen; der Zwang, zu handeln, wie gefährlich die Sache auch sein mag, löscht die Furcht auf der Stelle aus. Eine Schlacht ist von allen Situationen zweifellos die, in der man am wenigsten an den Tod denkt. Daher das Paradox: ein je ausgefüllteres Leben man führt, desto weniger fürchtet man, es zu verlieren.“

(Alain 1982: 98 f)

* * *

„Handeln

Läufer, Ballspieler, Boxer lassen sich ihr Geschäft viel Mühe kosten. Man liest immer wieder, die Menschen suchten das Vergnügen; aber das ist nicht sicher; es scheint vielmehr umgekehrt, daß sie nur die Mühe suchen und lieben. Der alte Diogenes hat gesagt: >Das Beste im Leben ist Mühsal.< Man wird vielleicht einwenden, daß die Menschen in der Mühe, die sie suchen, eben ihr Vergnügen finden; aber das ist eine Verwechslung der Begriffe; sie finden in dieser Mühe nicht Vergnügen, sondern Glück: zwei ebenso verschiedene Dinge wie Freiheit und Sklaverei. Die Menschen wollen handeln, nicht dulden. Niemand von denen, die sich soviel Mühe machen, liebt die erzwungene Arbeit; genauso, wie niemand es liebt, dem Zwang der Notwendigkeit ausgesetzt zu sein. Aber sobald ich mir aus freiem Entschluß Mühe mache, bin ich zufrieden. Ich schreibe diese Artikel. >Reichlich viel Mühe<, wird ein Schriftsteller sagen, der von seiner Feder lebt; nur zwingt mich nichts, zu schreiben; und diese gewollte Arbeit ist ein Vergnügen oder, besser gesagt, ein Glück. Der Boxer liebt nicht die Schläge, die er wehrlos einstecken muß, sondern die, denen er sich freiwillig stellt. Nichts schöner, als ein schwer zu erringender Sieg, solange der Ausgang des Kampfes von uns abhängt. Im Grund lieben wir nur die Macht. Herkules bewies sich seine Macht in den Ungeheuern, die er erschlug. Als Verliebter empfand er nur mehr die Macht des Vergnügens und seine daraus folgende Versklavung; so wie er aber sind alle Menschen; das Vergnügen macht sie traurig. Der Geizige beraubt sich vieler Vergnügen und verschafft sich doch ein

lebhaftes Glücksgefühl, einmal indem er über das Vergnügen triumphiert, sodann indem er Macht ansammelt. Aber er muß diese Macht sich selber verdanken. Wer durch eine Erbschaft reich wird, gibt einen traurigen Geizigen ab, wenn er geizig ist; denn alles Glück ist dem Wesen nach Poesie, und Poesie heißt Aktion. Ein Glück, das einem in den Schoß fällt, liebt man nicht; man muß es sich selber erobern. Das Kind begnügt sich nicht mit den Gärten der Großen, sondern baut sich aus Sand und Strohhalmen einen eigenen. Läßt sich ein Sammler denken, der seine Sammlung nicht selber zusammengetragen, sondern fertig übernommen hätte? So glaube ich, daß das, was einem am Krieg gefällt, eben die Tatsache ist, daß man ihn macht. Sobald ein Mensch eine Waffe trägt, ist er in gewissem Sinn frei, und eine Kommandostelle, die ihn zum Kampf zwingen wollte, machte sich lächerlich. Sie braucht es auch gar nicht; sobald sich ein Mensch dieser Freiheit bewußt ist, tritt er in ein neues Leben ein und findet Gefallen daran. Mit dem Tod rechnen und ihn schließlich erleiden, muß man immer; aber wer ihn auf abgestecktem Feld herausfordert, kommt ihm gewissermaßen zuvor und fühlt sich stärker als er. Ein Soldat geht leichter dem Tod entgegen, als daß er ihn erwartet; das Schicksal, das man sich selber bestimmt, wird dem, welches einem die Zeit bringt, vorgezogen. Auch im Krieg ist also eine Art Poesie am Werk; sie hat zur Folge, daß man den Feind nicht einmal mehr haßt. Dieser Freiheitsrausch macht den Krieg verständlich. Eine Pest ist etwas Auferlegtes, ein Krieg dagegen etwas ähnlich frei Erfundenes wie ein Kartenspiel. Deshalb scheint mir Vernunft keine genügende Garantie für den Frieden zu sein. Man erträgt den Frieden nur aus Liebe zur Gerechtigkeit; und weil Gerechtigkeit schwerer zu verwirklichen ist als eine Brücke oder ein Tunnel, wird eines Tages auch Friede sein: nur deshalb.“

(Alain 1982: 107 ff)

* * *

„Diogenes

Der Mensch ist nur glücklich, wenn er etwas wollen und erfinden kann. Man sieht das am Kartenspiel; schon die Gesichter zeigen, daß jeder dabei seine Macht zu überlegen und zu entscheiden genießt; jeder Trumpf versetzt den Spieler in die Lage eines Cäsar, und jeden Augenblick gilt es, einen Rubikon zu überschreiten. Selbst beim Glücksspiel steht es dem Spieler frei, zu setzen oder nicht; manchmal setzt er, wie groß auch das Risiko sein mag, und manchmal hält er sich zurück, trotz aller Hoffnung; das heißt, er hat sich selber in der Gewalt: er regiert. Begehren und Furcht, die beiden zudringlichen Ratgeber in allen anderen Geschäften, haben hier keine Stimme, da es unmöglich ist, etwas vorauszusehen. Deshalb ist das Spiel die Leidenschaft der Stolzen. Wer sich bescheidet und seinen Lebensunterhalt mit

Gehorchen verdient, kann sich den Reiz des Bakkarats gar nicht erst vorstellen; wenn er aber einen Versuch macht mit diesem Spiel, wird er zumindest einen Augenblick lang den Rausch der Macht kennenlernen. Jeder Beruf gefällt oder mißfällt in dem Maß, in dem man dabei herrscht oder gehorcht. Der Fahrer einer Elektrischen hat weniger Glück als der Fahrer eines Bus. Die Jagd für sich allein bereitet schon deshalb Vergnügen, weil der Jäger dabei seine Absichten ändern kann, ohne jemand Rechenschaft zu geben. Das Vergnügen der Treibjagd ist damit verglichen gering, obwohl ein geschickter Schütze auch da noch seine Macht genießt, der Aufregung und Überraschung Herr zu werden. Deshalb lügen die, welche behaupten, daß der Mensch Vergnügen suche und die Mühe scheue. Das Vergnügen, das einen nichts kostet, langweilt; der Mensch bevorzugt bei weitem das Vergnügen, das er sich erst erobern muß; vor allem nämlich will er handeln; er liebt weder zu leiden noch zu erleiden; deshalb entscheidet er sich eher für tätige Mühe als für untätigen Genuß. Der paradoxe Diogenes pflegte zu behaupten, daß eben die Mühe gut sei; er meinte die Mühe, der man sich freiwillig unterzieht; denn die andere, die einem auferlegt wird, liebt niemand. Der Bergsteiger betätigt und beweist sich selber seine Macht, und der daraus resultierende Freudenüberschwang verklärt die verschneite Landschaft. Während derjenige, der sich von einer Bergbahn auf einen Gipfel tragen läßt, dort keineswegs dieselbe Sonne findet. Deshalb trifft es zwar zu, daß uns die Perspektive des Vergnügens täuscht, aber auf zweierlei Weise: das Vergnügen, zu dem es keiner Anstrengungen bedarf, gibt immer weniger, als es verspricht, das Vergnügen zu handeln dagegen umgekehrt immer mehr. Der Athlet trainiert, um den Preis zu gewinnen; aber durch die Schwierigkeiten, die er dabei überwindet, und die Fortschritte, die er dabei macht, wird ihm ein anderer Preis zuteil, den er in sich selber findet und der nur von ihm abhängt. Der Faule kann sich das nicht vorstellen, denn er sieht nur die Mühe und den einen Preis; er wägt beide gegeneinander ab und kommt zu keinem Entschluß; der Athlet aber, gestärkt durch das Training des Vortags, ist bereits wieder auf und genießt seine Macht und seinen Willen. So daß das einzig Angenehme die Arbeit ist; der Faule weiß das nicht; er kann es nicht wissen, oder wenn er's vom Hörensagen weiß, kann er's nicht glauben; weshalb die Rechnung des Vergnügens immer negativ aufgeht und in Langeweile endet. Wenn sich das Tier, das denkt, aber langweilt, ist der Zorn nie fern. Immerhin, die Langeweile des Sklaven erscheint mir weniger aggressiv als die des Herrn; denn so monoton seine Arbeit auch sein mag, es bleibt ihm immer etwas zu überlegen und zu erfinden. So herrscht der Reiche auf Grund seiner Traurigkeit und schlechten Laune, und die Schwäche des Arbeiters kommt daher, daß er zufriedener ist, als er zugibt. Er spielt den Aufsässigen nur.“

(Alain 1982: 112 ff)

* * *

„Aristoteles

Handeln, nicht hinnehmen, heißt die Grundlage des angenehmen Lebens. Aber weil Bonbons ein gewisses Vergnügen bereiten, ohne daß man mehr zu tun braucht, als sie im Mund zergehen zu lassen, möchten manche auf gleiche Weise das Glück genießen; sie täuschen sich sehr. Musik macht nur wenig Spaß, wenn man sich darauf beschränkt, sie zu hören, und sie nicht innerlich mitsingt, was einen klugen Mann einmal sagen ließ, er nehme Musik nicht mit dem Ohr auf, sondern mit der Kehle. Selbst das Vergnügen, Zeichnungen zu betrachten, wäre ärmlich, wenn man nicht selber kritzelte oder zumindest sammelte; man ist dann nicht mehr darauf beschränkt, nur zu urteilen, sondern man untersucht und erobert. Die Leute gehen ins Theater und langweilen sich dort mehr, als sie zugeben; sich nicht zu langweilen, müßten sie selber ein Stück erfinden oder zumindest selber spielen, was ebenfalls noch erfinden heißt. Jeder erinnert sich an solche Laienaufführungen, bei denen das Hauptvergnügen die Darsteller haben. Ich denke noch an die glückliche Zeit zurück, da ich nichts als ein Marionettentheater im Kopf hatte; allerdings schnitzte ich die Figuren auch selber aus Baumwurzeln; andere zogen sie an; um die Zuschauer kümmerte ich mich nicht; ihnen blieb das magere Vergnügen der Kritik überlassen: ein Vergnügen insofern, als es auch dazu noch einiger Erfindung bedarf. Wer Karten spielt, erfindet in einem fort und verändert dadurch den mechanischen Ablauf der Dinge. Sinnlos, den, der nicht spielen kann, zu fragen, ob er das Spiel liebe. Politik wird interessant, sobald man ihre Technik beherrscht; aber man muß sie lernen. Genauso mit allem anderen auch; man muß lernen, glücklich zu sein. Man behauptet, daß uns das Glück immer fliehe. Für das fertig gelieferte Glück trifft das zu, weil es kein fertig geliefertes Glück gibt. Dafür enttäuscht aber das Glück, das man sich selber erobert, auch nie. Es beruht auf Lernen, und man lernt immer. Je mehr man weiß, desto mehr ist man zu lernen imstande. Daher das Vergnügen, Latinist zu sein, das mit der Zeit nicht etwa abnimmt, sondern mit jedem Fortschritt, den man macht, größer wird. Dasselbe gilt vom Vergnügen, Musiker zu sein. Und Aristoteles macht die erstaunliche Feststellung, daß der wahre Musiker der ist, der am Musikmachen Gefallen findet. >Vergnügen ist ein Zeichen von Macht<, sagt er. Der angeführte Satz prägt sich ein durch die Vollkommenheit der Begriffe, die uns der Schulsprache entführen; hier muß man suchen, wenn man diesen erstaunlichen Geist verstehen will. Der sichere Maßstab für den wirklichen Fortschritt, den man in einer Sache macht, ist das Vergnügen, das man an ihr findet. Woraus hervorgeht, daß das einzig Befriedigende und Genußreiche die Arbeit ist. Ich meine die freie Arbeit, welche zugleich

Wirkung und Quelle der Macht darstellt. Kurz, noch einmal: nicht hinnehmen, sondern handeln. Jeder hat schon einmal einem Arbeiter zugesehen, der sich in der Freizeit ein kleines Haus baut. Man muß ihn beobachten, wie er jeden Stein in der Hand wiegt. Dieses Vergnügen gibt es in allen Tätigkeiten, denn der Arbeiter lernt und erfindet immer. Deshalb ist es ein großes Unheil, wenn mit der mechanischen Perfektion der Arbeit nicht nur die Langeweile einzieht, sondern der Arbeiter überdies keinen Anteil mehr an seiner Arbeit hat, so daß er sich nur mehr wiederholt, ohne an dem Produkt seiner Arbeit etwas zu lernen. Umgekehrt macht eben die ununterbrochene Kette der Arbeiten, in der jedes Resultat einen neuen Arbeitsakt ermöglicht, das Glück des freien Bauern aus. Allerdings wird dieses Glück, welches soviel Mühe kostet, in zunehmendem Maß verdächtigt, und immer steckt die verhängnisvolle Idee dahinter, daß es ein Glück gebe, welches man nur zu genießen brauche. Denn gut ist allein die Mühe, wie Diogenes sagte; aber es widerstrebt dem Geist, diesen Widerspruch auszuhalten; es bleibt ihm nichts anderes, als ihn zu beseitigen und die Mühe, die ihn das kostet, in Vergnügen des Denkens zu verwandeln.“

(Alain 1982: 119 ff)

* * *

„Arbeiten

In seinen *Erinnerungen aus einem Totenhaus* entwirft uns Dostojewski ein naturgetreues Bild des Sträflings; alle Lügen, die dem Wohlleben entspringen, sind weggewischt; und obwohl noch ein Rest notbedingter Lüge bleibt, erscheint hin und wieder das wahre Wesen des Menschen. Die Sträflinge arbeiten, und meist ist ihre Arbeit unnütz; zum Beispiel wracken sie ein altes Schiff ab, um daraus Brennholz zu machen, und das in einem Land, in dem Holz so gut wie nichts kostet. Sie wissen das auch; deshalb sind sie bei solchen Arbeiten faul, ungeschickt und traurig. Stellt man ihnen dagegen eine Aufgabe, welche schwierig ist, zeigen sie sich sofort anständig, erfinderisch und froh. Insbesondere, wenn es sich um eine wirklich nützliche Arbeit handelt wie zum Beispiel die, Schnee wegzuräumen. Aber man muß selber diese wunderbaren Seiten lesen, auf denen man Beschreibungen ohne jeden Kommentar findet. Man lernt aus ihnen, daß nützliche Arbeit nicht erst durch den Vorteil, der einem daraus erwächst, sondern bereits in sich selber ein Vergnügen ist. Zum Beispiel nehmen die Sträflinge freudig und mit Schwung eine Arbeit in Angriff, wenn man ihnen verspricht, daß sie danach freihaben werden; die Aussicht, vielleicht eine halbe Stunde zu gewinnen, läßt sie sogleich schneller arbeiten; aber dann gefällt ihnen das Problem rein als solches; und das Vergnügen, zu erfinden, zu wollen und dann zu tun, übersteigt bei weitem das Vergnügen der gewonnenen halben Stunde, die ja ohnehin nur eine halbe Stunde Zuchthaus mehr ist. Wenn

sie überhaupt erträglich ist, so nur dank der noch frischen Erinnerung an die Arbeit, welche Spaß machte. Wie die Spiele zeigen, macht offenbar nichts mehr Vergnügen als ein schwieriges, gemeinsam unternommenes Werk. Es gibt Erzieher, welche die Kinder für ihr ganzes Leben faul machen nur darum, weil sie darauf dringen, daß die Kinder immer beschäftigt sind; sie gewöhnen sich daraufhin an, langsam, das heißt schlecht zu arbeiten; als Folge ist der Arbeit ständig eine hemmende Müdigkeit beigemischt, während jedes für sich, wenn man Arbeit und Müdigkeit trennt, angenehm ist. Die ermüdende und langweilende Arbeit ähnelt den Spaziergängen, die man nur unternimmt, um sich Bewegung zu machen und Luft zu schnappen. Den ganzen Spaziergang über ist man denn auch müde. Während man sich noch bei der schwersten Arbeit beschwingt fühlt und unermüdlich ist; ist sie getan, genießt man zuerst seine Entspannung und dann den Schlaf.“

(Alain 1982: 125 f)

* * *

„Reisen

In den Ferien wimmelt die Welt von Leuten, die von einem Schauspiel zum andern rennen und offenbar das Bestreben haben, in möglichst kurzer Zeit möglichst viel zu sehen. Wenn ihr Ziel darin besteht, sich mit Gesprächsstoff zu versorgen, ist die Sache in Ordnung; denn es ist besser, wenn man gleich ein paar Namen parat hat; das vertreibt die Zeit. Wenn sie es aber um ihrer selbst willen tun und um wirklich etwas zu sehen, dann verstehe ich sie nicht. Dinge, die man nur flüchtig und im Vorbeigehen sieht, sehen alle gleich aus. Ein Wasserfall ist wie der andere. So daß der, welcher die Welt geschwind durcheilt, schließlich nicht reicher an Erinnerungen ist als vorher. Der wirkliche Reichtum eines Schauspiels liegt in seinen Details. Sehen heißt Details studieren, bei jedem einen Augenblick verweilen und dann von neuem mit einem Blick das Ganze erfassen. Ich weiß nicht, ob andere darin so schnell sind, daß sie gleich anschließend woanders hingehen und das Spiel von vorn beginnen können. Ich kann es nicht. Glücklicherweise die Bewohner von Rouen, die Tag für Tag, wie einem Bild, das sie zu Hause hängen haben, ihrer Kathedrale einen Blick schenken können. Besucht man dagegen ein Museum oder ein Land nur ein einziges Mal, geraten die Erinnerungen unvermeidlich durcheinander und ergeben schließlich ein Bild, in dem alles unscharf und grau ist. Für meinen Geschmack besteht Reisen darin, alle zwei Meter stehenzubleiben und dieselben Dinge unter einem neuen Gesichtswinkel zu betrachten. Manchmal genügt es schon, daß ich mich ein wenig nach links oder rechts setze, um alles mehr zu verwandeln, als wenn ich hundert Kilometer hinter mich brächte. Wenn ich von Wasserfall zu Wasserfall eile, finde ich immer wieder denselben Wasserfall. Wenn ich ihn aber Felsblock für Felsblock abschreite,

wird derselbe Wasserfall mit jedem Schritt anders. Und in Wirklichkeit ergreift mich eine Sache, die ich schon einmal gesehen habe und nun wieder sehe, weit mehr, als wenn sie neu wäre; sie ist nämlich neu. Man muß sich, damit die Gewohnheit den Blick nicht abstumpft, nur ein einigermaßen abwechslungsreiches Schauspiel geben. Dabei ist noch zu bemerken, daß im selben Maß, als man sehen lernt, schlechthin jedes Schauspiel von unerschöpflichem Reichtum ist. Im übrigen läßt sich von überall der gestirnte Himmel betrachten; auch das ist ein schöner Abgrund.“

(Alain 1982: 131 f)

5. Philosophisch-strebensethische Beratung bei einer personenzentrierten Hilfeplanung und Begleitung

Die Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit wurde am Leitfaden der Beratung systematisch bis hierher entwickelt. In einem letzten Schritt gilt es jetzt die dargelegten Theorieebenen am Beispiel einer konkreten Beratungssituation in der Klinischen Sozialarbeit vorzustellen. Hierzu soll im Sinne einer personenzentrierten Hilfeplanung und Begleitung eine strebensethische Stellungnahme vorgelegt werden, die sich auf die Erörterungen der vorherigen Kapitel stützt. Berücksichtigt werden allerdings nur die aporetische und die heuristische Phase, d.h. neben einer möglichst konkreten Bestimmung der strebensethischen Problemlage beinhaltet die ethische Expertise nur noch eine lösungsorientierte Beurteilung, Realisierungsstrategien mit einem konkreten Handlungsplan werden ausgeklammert. Die folgende fiktive Fallbesprechung könnte im Rahmen einer Teambesprechung oder Supervision in einer sozialpsychiatrischen Übergangseinrichtung, in der eine Sozialpädagogin die Kolleginnen und Kollegen um fachliche Stellungnahmen für das weitere Vorgehen bei ihrer Klientin bittet, stattfinden.

5.1 Falldarstellung

Der Fall wird dem multiprofessionellen Team auf zwei Ebenen vorgestellt. Zunächst erfolgen zur ersten Orientierung einige lebensgeschichtliche Daten. Im Anschluss wird das bisherige Ergebnis der Anamnese der Willensäußerungen, geordnet in den relevanten Lebensfeldern, vorgetragen mit der Fragestellung, welche Themen der Klientin im Rahmen der sozialpädagogischen Maßnahme im Schwerpunkt weiterverfolgt werden sollten.

Lebensgeschichte

Frau Meier, aktuell 29 Jahre alt, an einer paranoiden Schizophrenie mit schwerer depressiver Symptomatik erkrankt, wurde bislang mehrmals stationär behandelt. Kurz vor Ausbruch der Erkrankung vor acht Jahren bezog Frau Meier gemeinsam mit ihrem damaligen Freund eine eigene Wohnung und begann eine Fachhochschulausbildung zur Grafikerin. Sie sang in einem Chor und trat regelmäßig in einem Laientheater auf. Seit dem ersten psychotischen Schub mit 21 Jahren, der zu einem 14-monatigen Psychiatrieaufenthalt führte, hat Frau Meier bis heute alle Bestandteile dieser für sie bejahenswerten Lebensform verloren und bereits mehrere Rehabilitationsversuche ohne subjektive Verbesserung absolviert. Trotz intensiver Psychopharmakotherapie verschlechterte sich ihr Zustand zuletzt so weit, dass sie mehrere Monate weinend im Bett im Hause ihrer Eltern verbrachte. Aufgrund des erlebten Misserfolges in ihrem Leben meidet Frau Meier meist den Außenkontakt, da sie das „Glück der anderen“ nur sehr schwer ertragen kann.

Ohne allzu große Hoffnung beginnt Frau Meier im Anschluss an ihren letzten Klinikaufenthalt eine weitere stationäre sozialpsychiatrische Rehabilitation in einem Übergangwohnheim für Menschen mit einer psychischen Erkrankung. Dort lebt sie seit ein paar Wochen mit vier weiteren Rehabilitandinnen auf einer Wohngruppe – insgesamt besteht die Einrichtung aus vier Wohngruppen mit jeweils fünf Plätzen.

Im Sinne von personenzentrierten Hilfen erhebt die zuständige Sozialpädagogin von Frau Meier im Prozess der konkreten Hilfeplanung bislang folgende Willensäußerungen:

Lebensfeld	Willensäußerungen
<i>Umgang mit der Erkrankung und deren Auswirkungen</i>	„Ich muss lernen, meine Krankheit zu akzeptieren, sonst kann ich nie mehr weiterleben.“ „Ich muss meine Einstellung zur Krankheit ändern, ich weiß aber nicht wie.“

Bei beiden Willensäußerungen wird deutlich, dass Frau Meier diese Veränderung bei sich in Form eines Befehls erzwingen will und dabei feststellt, dass dies nicht funktioniert. Ein Sachverhalt, der das subjektive Leiden immer wieder spürbar verstärkt.

Lebensfeld	Willensäußerungen
<i>Kontaktfindung und Kontaktgestaltung</i>	„Ich will akzeptiert werden, so wie ich bin.“ „Ich habe keine Freunde und fühle mich allein.“

Lebensfeld	Willensäußerungen
<i>Selbstsorge und Wohnen gesunde Lebensweise Finanzen</i>	„Ich will mich gesund ernähren und bin daher Vegetarierin.“ „Ich will 5 Kilogramm abnehmen.“ „Ich will bei meinen Eltern in der Wohnung leben und malen.“

Da Frau Meier aufgrund einer Erbschaft über ausreichend finanzielle Mittel verfügt, ist dies kein Gegenstand des aktuellen Wollens.

Lebensfeld	Willensäußerungen
<i>Freizeitgestaltung</i>	„Ich will, dass das Malen, das Klavier spielen und das Tanzen wieder so viel Spaß macht wie vor der Erkrankung.“

Frau Meier berichtet im Hinblick auf das Malen, dass in der Zeit der Beschäftigungstherapie (Montag bis Freitag von 9.00 bis 12.00 Uhr) der Spaß bereits wieder vorhanden sei. In der Freizeit gelinge ihr das aber fast nie.

Lebensfeld	Willensäußerungen
<i>Arbeit und Beschäftigung</i>	„Eigentlich will ich eine Ausbildung machen, aufgrund meiner Erkrankung ist das jedoch eine Illusion. Da ich keine Ausbildung machen kann, will ich Malen und Klavier spielen als Tagesbeschäftigung – aber ich sehe mich nicht als Künstlerin.“

Soweit die Anamnese der Willensäußerungen von Frau Meier durch die zuständige Sozialpädagogin. In dem multiprofessionellen Team mit medizinisch-psychiatrischen, psychologischen, sozialpädagogischen und ergotherapeutischen Fachkräften werden jetzt einzelne Vorschläge zur möglichst konkreten Bestimmung der Hauptprobleme gemacht. Im

Anschluss daran beginnt die Lösungssuche. Wie ein philosophisch-strebensethischer Beitrag aussehen könnte, soll im Folgenden skizziert werden.

5.2 Philosophisch-strebensethische Beratung

5.2.1 Aporetik

Die Bestimmung der strebensethischen Problemlage wird mittels zweier Blickwinkel erfolgen. Zur Klärung der jeweiligen Dringlichkeit werden zunächst alle Willensäußerungen im Hinblick auf Probleme des Wählens untersucht. Hierbei wird eine Unterteilung in *Hilflosigkeitsprobleme* – unklares Wollen aufgrund Mangel an konkreten Zielvorstellungen – und in *Unentschlossenheitsprobleme* – unklares Wollen aufgrund Mangel an Entscheidungskraft für wahrgenommene Zielvorstellungen - vorgenommen. *Klare Zielvorstellungen* werden ebenfalls als solche kenntlich gemacht. Der zweite Problemblickwinkel besteht dann darin, die Willensäußerungen als ein *spezielles Glücksproblem* darzustellen, indem diese einem jeweiligen Aspekt des Glücksbegriffs zugeordnet werden.

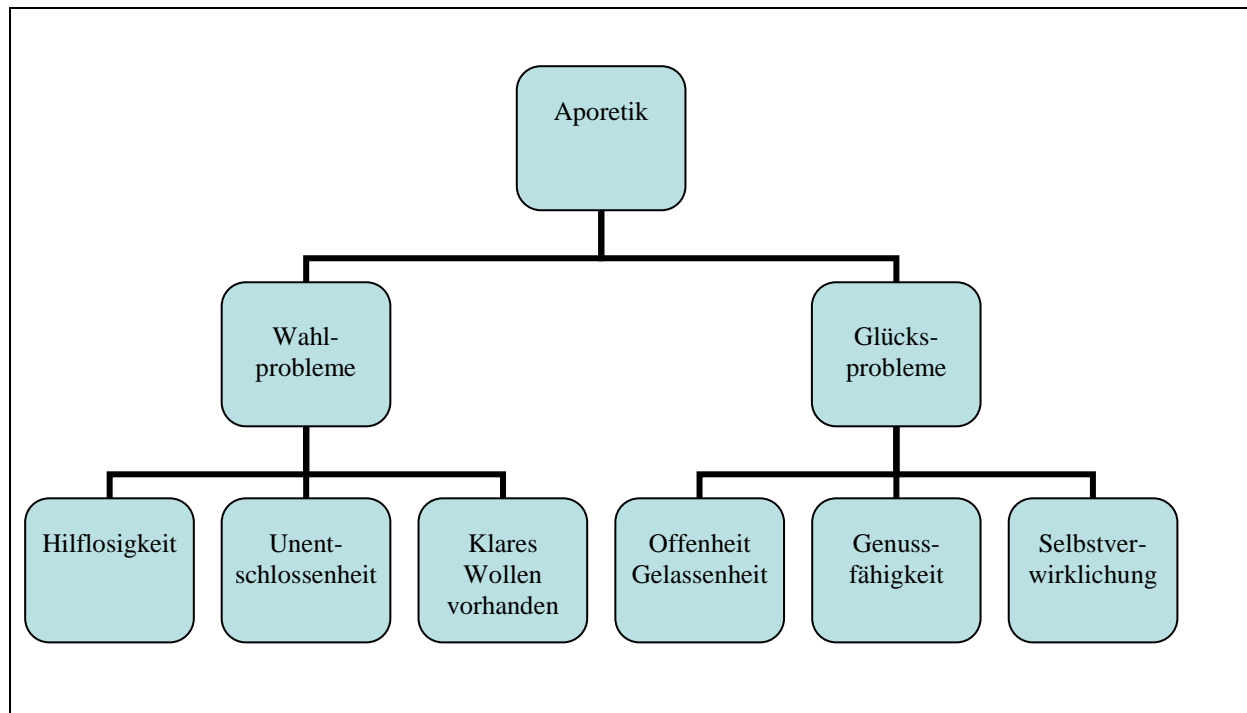
Blickwinkel Probleme des Wählens

Hilflosigkeit	Unentschlossenheit	Klares Wollen
<p>„Ich muss lernen, meine Krankheit zu akzeptieren, sonst kann ich nie mehr weiterleben.“</p> <p>„Ich muss meine Einstellung zur Krankheit ändern, ich weiß aber nicht wie?“</p>	<p>„Eigentlich will ich eine Ausbildung machen ...“</p> <p>„Da ich keine Ausbildung machen kann, will ich Malen und Klavier spielen als Tagesbeschäftigung ...“</p>	<p>„Ich will akzeptiert werden, so wie ich bin.“</p> <p>„Ich habe keine Freunde und fühle mich allein = ich will Freunde haben“</p> <p>„Ich will mich gesund ernähren und bin daher Vegetarerin.“</p> <p>„Ich will 5 Kilogramm abnehmen.“</p> <p>„Ich will bei meinen Eltern in der Wohnung leben und malen.“</p> <p>„Ich will, dass das Malen, Klavier spielen und das Tanzen wieder so viel Spaß macht wie vor der Erkrankung.“</p>

Blickwinkel spezielles Glücksproblem

Offenheit und Gelassenheit (Zufallsglück)	Genussfähigkeit (Wohlfühlglück)	Selbstverwirklichung (Charakterglück)
Unangemessener Umgang mit schicksalhafter Unglück der psychischen Erkrankung	<p><u>Linderung von Leiden:</u> mangelnde soziale Akzeptanz mit Erkrankung, Einsamkeit ohne Freunde,</p> <p><u>Steigerung der Intensität:</u> Bestimmte Intensität des Erlebens von Spaß durch Malen, Klavierspielen und Tanzen</p>	<p>Unklare Verwirklichung einer akzeptierenden Haltung zum Unglück der psychischen Erkrankung</p> <p><u>Verwirklichung einer gesunden Lebensweise:</u> Vegetarische Ernährungsweise, bestimmtes Körpergewicht</p> <p>Verwirklichung eines bestimmten Wohnorts und einer beruflichen Beschäftigung</p>

Als eine Hauptproblematik erscheint die Hilflosigkeit und Verzweiflung aufgrund der Erkenntnis, dass sich die Einstellung von Frau Meier zum erlebten Unglück der Erkrankung einerseits in Richtung „mehr Akzeptanz“ verändern müsste, sie aber andererseits überhaupt keine Vorstellung besitzt, wie dies aussehen könnte. Ein Anknüpfungspunkt für eine Lösungssuche bestünde dementsprechend darin, möglichst konkrete Vorstellungen von akzeptierenden Haltungen zu vermitteln. *Welche Einstellungen zu einem erfahrenen Unglück können empfohlen werden? Wovon ist zu warnen?* – so könnten die zentralen Problemanfragen von Frau Meier an eine strebensethische Beratung lauten.



5.2.2 Heuristik

Ausgehend von dieser vorläufigen Problemformulierung wird im Folgenden die lösungsorientierte Bewertung des Problems von Frau Meier auf zwei Ebenen erfolgen. Zunächst wird versucht, die möglichst präzise Ausrichtung des Wollens von Frau Meier auf wenige klare Ziele mit Hilfe von strebensethischen Begrifflichkeiten zu stärken. Ist dies geleistet, wird mit Hilfe der Topik der Epikureer sowohl eine allgemeine Lösungsperspektive als auch eine überschaubare Anzahl an speziellen Haltungsoptionen für die Lösung des vorgetragenen Problems zur Verfügung gestellt werden.

Sinnvolle strebensethische Differenzierungen

Um möglichst viel Willenskraft zur Lösung des Hauptproblems zu mobilisieren, ist zu klären, ob eine Lösung in dieser Frage wirklich gewollt wird, oder ob es sich lediglich um ein Wünschen handelt. Besteht die *Bereitschaft, sich für die Lösungssuche aktiv zu engagieren?* Wie viel Engagement ist wirklich zu erwarten?

Sofern ein Wollen glaubhaft bejaht wird, kann das angestrebte Ziel „Kultivierung einer angemessenen akzeptierenden Haltung zur Erkrankung“ mit Hilfe der strebensethischen Begrifflichkeiten sowohl in inhaltlicher als auch in formaler Hinsicht weiter konkretisiert werden. *Inhaltlich* geht es um den Aufbau eines Könnens, es ist also von einer längeren

Angewöhnungsaufgabe auszugehen – Fahrradfahren lernt man als Kind auch nicht durch einmaliges Besteigen eines Rades, es bedarf der wiederholenden Übung. *Formal* betrachtet geht es um die Verwirklichung eines Prozesszieles, d.h. es gibt keine klaren Kriterien für das Erreichen und die jeweiligen Fortschritte. Woran ersichtlich wird, dass das angestrebte Ziel erreicht ist, ist eine zu klärende Frage, die sich nicht von selbst beantwortet.

Epikureische Lösungsvorschläge

Beginnen wir mit allgemeinen Lösungsperspektiven für Frau Meier. Epikureer begutachten jegliches Wollen unter dem Blickwinkel der Empfindung von Lust und Schmerz. Die zu findende Einstellung gegenüber der Erkrankung erkennt Frau Meier daran, dass ihre aktuelle Unlust durch diese gemindert wird. Die gesuchte akzeptierende Haltung gegenüber der Erkrankung ist in dem Maße angemessen, in dem sie das aktuelle Leiden von Frau Meier hilft zu mindern. In dieser Hinsicht ist dieses Wollen für den Epikureer auch sinnvoll – die Beseitigung von seelischer Unruhe dient einem zentralen hedonistischen Aspekts des Glücks. Da die Suche nach einer geeigneten neuen Haltung mit Geduld und der Prozess der Aneignung mit Anstrengung verbunden sein werden, ist es ratsam, diesen Sachverhalt mit dem hedonistischen Kalkül zu betrachten.

„Es ist besser, diese bestimmten Schmerzen zu ertragen, damit wir größere Lüste genießen. Es ist vorteilhaft, sich dieser bestimmten Lüste zu enthalten, damit wir nicht schlimmere Schmerzen erleiden.“

(Epikur ,bei Aristocles, bei Hossenfelder 1996: 262)

Jegliche Anstrengungen zur Veränderung der aktuellen Einstellung, die begründete Aussicht auf eine nachhaltige Linderung des Leidens hat, ist deshalb sinnvoll und sollte ebenso in Kauf genommen werden wie die schmerzhaft Behandlung beim Zahnarzt zur Behebung von aktuellen Zahnschmerzen. Mit der epikureischen Variante des Hedonismus bekäme Frau Meier zunächst ein eindeutiges Erfolgskriterium an die Hand – die Linderung von aktuellem Leiden ist ein klar identifizierbarer Maßstab. Welche speziellen epikureischen Haltungsempfehlungen könnten für Frau Meier nun in Frage kommen? Bevor ich diese in Form von ausgewählten Aphorismen und Essays vorstelle, sei noch einmal darauf verwiesen, auf welche Art und Weise man sich diese verständlich zu machen habe:

„Ein Aphorismus, rechtschaffen geprägt und ausgegossen, ist damit, dass er abgelesen ist, noch nicht ‚entziffert‘; vielmehr hat nun erst dessen *Auslegung* zu beginnen, zu der es einer Kunst der Auslegung bedarf. ... Freilich tut,

um dergestalt das Lesen als *Kunst* zu üben, eins vor allem not, was heutzutage gerade am besten verlernt worden ist – ...–, zu dem man beinahe Kuh und jedenfalls *nicht* ‚moderner Mensch‘ sein muss: das *Wiederkäuen* ...“
(Nietzsche, KSA 5: 255 f [Vorrede 8])

Jede aphoristisch-essayistische Empfehlung ist demzufolge erst einmal genau zu studieren und mit eigenen Kommentaren zu versehen, bevor eine Entscheidung im Hinblick auf eine versuchende Anwendung zur Disposition steht. Es gilt sich bei der Sichtung die nötige Zeit zu lassen. Jede Haltungsoption ist mit einem Motto überschrieben, das einen Zugang eröffnet, das aber nur eine heuristische Funktion hat und am Ende durch eigene Bezeichnungen ersetzt werden kann.

Haltungsoption A: „Der Tragödie des Unglücks Aufmerksamkeit entziehen“

„Ein wichtiger Punkt der Lebensweisheit besteht in dem richtigen Verhältnis, in welchem wir unsere Aufmerksamkeit teils der Gegenwart, teils der Zukunft widmen, damit nicht die eine uns die andere verderbe. Viele leben zu sehr in der Gegenwart: die Leichtsinigen; - andere zu sehr in der Zukunft: die Ängstlichen und Besorglichen. Selten wird einer genau das rechte Maß halten. Die, welche, mittelst Streben und Hoffen, nur in der Zukunft leben, immer vorwärtssehn und mit Ungeduld den kommenden Dingen entgegeneilen, als welche allererst das wahre Glück bringen sollen, inzwischen aber die Gegenwart unbeachtet und ungenossen vorbeiziehn lassen, sind, trotz ihrer altklugen Mienen, jenen Eseln in Italien zu vergleichen, deren Schritt dadurch beschleunigt wird, daß an einem, ihrem Kopf angehefteten Stock ein Bündel Heu hängt, welches sie daher stets dicht vor sich sehn und zu erreichen hoffen. Denn sie betrügen sich selbst um ihr ganzes Dasein, indem sie stets nur ad interim (vorläufig, für den Moment) leben, - bis sie tot sind. – Statt also mit den Plänen und Sorgen für die Zukunft ausschließlich und immerdar beschäftigt zu sein, oder aber uns der Sehnsucht nach der Vergangenheit hinzugeben, sollten wir nie vergessen, daß die Gegenwart allein real und allein gewiß ist; hingegen die Zukunft fast immer anders ausfällt, als wir sie denken; ja, auch die Vergangenheit anders war; und zwar so, daß es mit beiden, im ganzen, weniger auf sich hat, als es uns scheint. Denn die Ferne, welche dem Auge die Gegenstände verkleinert, vergrößert sie dem Gedanken. Die Gegenwart allein ist wahr und wirklich; sie ist die real erfüllte Zeit, und ausschließlich in ihr liegt unser Dasein. Daher sollten wir sie stets einer heitern Aufnahme würdigen, folglich jede erträgliche und von unmittelbaren Widerwärtigkeiten, oder Schmerzen, freie Stunde mit Bewusstsein als solche genießen, d.h. sie nicht trüben durch verdrießliche Gesichter über verfehlt Hoffnungen in der Vergangenheit, oder Besorgnisse für

die Zukunft. Denn es ist durchaus töricht, eine gute gegenwärtige Stunde von sich zu stoßen, oder sie sich mutwillig zu verderben, aus Verdruss über das Vergangene, oder Besorgnis wegen des Kommenden. Der Sorge, ja, selbst der Reue, sei ihre bestimmte Zeit gewidmet: danach aber soll man über das Geschehene denken:

... (Aber so sehr es uns kränkte, wir wollen es lassen geschehn sein / Und, so schwer es uns wird, den Unmut zähmen im Herzen.)

und über das Künftige:

... (Doch das liegt im Schoße der Götter.)

hingegen über die Gegenwart: ... (Jeden einzelnen Tag sieh als besonderes Leben an.) (Sen.) und diese allein reale Zeit sich so angenehm wie möglich machen. Uns zu beunruhigen sind bloß solche künftige Übel berechtigt, welche gewiß sind und deren Eintrittszeit ebenfalls gewiß ist. Dies werden aber sehr wenige sein: denn die Übel sind entweder bloß möglich, allenfalls wahrscheinlich; oder sie sind zwar gewiß; allein ihre Eintrittszeit ist völlig ungewiß. Läßt man nun auf diese beiden Arten sich ein; so hat man keinen ruhigen Augenblick mehr. Um also nicht der Ruhe unsers Lebens durch ungewisse, oder unbestimmte Übel verlustig zu werden, müssen wir uns gewöhnen, jene anzusehn, als kämen sie nie; diese, als kämen sie gewiß nicht sobald. Je mehr nun aber einem die Furcht Ruhe läßt, desto mehr beunruhigen ihn die Wünsche, die Begierden und Ansprüche. Goethes so beliebtes Lied, >ich hab' mein' Sach auf nichts gestellt<, besagt eigentlich, daß erst nachdem der Mensch aus allen möglichen Ansprüchen herausgetrieben und auf das nackte, kahle Dasein zurückgewiesen ist, er derjenigen Geistesruhe teilhaft wird, welche die Grundlage des menschlichen Glückes ausmacht, indem sie nötig ist, um die Gegenwart, und somit das ganze Leben, genießbar zu finden. Zu eben diesem Zwecke sollten wir stets eingedenk sein, daß der heutige Tag nur einmal kommt und nimmer wieder. Aber wir wähnen, er komme morgen wieder: morgen ist jedoch ein anderer Tag, der auch nur einmal kommt. Wir aber vergessen, daß jeder Tag ein integrierender und daher unersetzlicher Teil des Lebens ist, und betrachten ihn vielmehr als unter demselben so enthalten, wie die Individuen unter dem Gemeinbegriff. – Ebenfalls würden wir die Gegenwart besser würdigen und genießen, wenn wir, in guten und gesunden Tagen, uns stets bewußt wären, wie, in Krankheiten, oder Betrübnissen, die Erinnerung uns jede schmerz- und entbehnungslose Stunde als unendlich beneidenswert, als ein verlorenes Paradies, als einen verkannten Freund vorhält. Aber wir verleben unsre schönen Tage, ohne sie zu bemerken: erst wann die schlimmen kommen, wünschen wir jene zurück. Tausend heitere, angenehme Stunden lassen wir, mit verdrießlichem Gesicht, ungenossen an uns vorüberziehn, um nachher, zur trüben Zeit, mit vergeblicher Sehnsucht ihnen nachzuseufzen.

Statt dessen sollten wir jede erträgliche Gegenwart, auch die alltägliche, welche wir jetzt so gleichgültig vorüberziehen lassen, und wohl gar noch ungeduldig nachschieben, - in Ehren halten, stets eingedenk, daß sie eben jetzt hinüberwallt in jene Apotheose der Vergangenheit, woselbst sie fortan, vom Lichte der Unvergänglichkeit umstrahlt, vom Gedächtnisse aufbewahrt wird, um, wann dieses eintritt, besonders zur schlimmen Stunde, den Vorhang lüftet, als ein Gegenstand unsrer innigen Sehnsucht sich darzustellen.“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 165-168)

* * *

„Im Regen

Es gibt wahrhaftig genug wirkliche Übel; das hindert jedoch nicht, daß die meisten sie durch einen Akt ihrer Einbildungskraft noch vermehren. Kein Tag, an dem man nicht mindestens einem Menschen begegnet, der sich über seinen Beruf beklagt; und was er sagt, erscheint durchaus überzeugend; denn auszusetzen gibt es an allem etwas: nichts ist vollkommen. Sie zum Beispiel sind Lehrer und beklagen sich darüber, daß Sie junge Dummköpfe unterrichten müssen, die sich für nichts interessieren; Sie sind Ingenieur und ersticken in Papierkram; Sie sind Rechtsanwalt und plädieren vor Richtern, die schlafen, anstatt Ihnen zuzuhören. Was Sie sagen, ist zweifellos wahr; diese Art Dinge kann man fast immer glauben. Wenn Sie dazu noch einen schlechten Magen und undichte Schuhe haben, dann verstehe ich Sie; beides zusammen ist Grund genug, das Leben und die Menschen zu verfluchen. Sie müssen sich nur über eins klar sein: daß die Sache eine Schraube ohne Ende ist, daß nämlich Traurigkeit Traurigkeit erzeugt. Denn damit, daß Sie sich derart über Ihr Schicksal beklagen, vermehren Sie Ihr Unglück; Sie nehmen sich von vornherein die Möglichkeit, noch über etwas zu lachen, und selbst Ihr Magenleiden wird dadurch verschlimmert. Wenn Sie einen Freund hätten, der sich ähnlich bitter über alles beklagte, würden Sie zweifellos versuchen, ihn zu beruhigen und ihm die Welt in einem anderen Licht zu zeigen. Warum aber sollten Sie dieser Freund nicht auch sich selbst gegenüber sein? Jawohl, ganz im Ernst, man muß sich ein wenig gern haben und gut zu sich sein. Denn oft hängt alles von der ersten Einstellung ab, zu der man sich entschließt. Ein Autor der Antike hat gesagt, jedes Ereignis gleiche einem Krug mit zwei Henkeln, und es sei unklug, den Krug just an dem Henkel zu fassen, der einem in die Hand schneide. Der Sprachgebrauch hat immer den als Philosophen bezeichnet, der jedem Vorkommnis die beste Seite abzugewinnen weiß; denn einzig das hilft. Man muß für, nicht gegen sich Partei ergreifen. Wir sind alle so beredete Anwälte, daß wir auch Gründe zum Zufriedensein finden, wenn wir es darauf anlegen. Ich habe immer wieder beobachtet, daß die Menschen sich hauptsächlich aus Gedankenlosigkeit, zum Teil sogar aus Höflichkeit, über

ihren Beruf beklagen. Wenn man sie dazu bringt, nicht von dem zu sprechen, was sie in ihrem Beruf auszustehen haben, sondern was sie in ihm leisten, werden sie zu entflammten Dichtern. Eben zum Beispiel fällt ein kleiner Regen; Sie sind auf der Straße; Sie öffnen Ihren Schirm; das genügt. Wozu noch die Bemerkung: ‚Schon wieder dieser elende Regen!‘ Das macht weder den Regentropfen, noch den Wolken, noch dem Wind das geringste aus. Warum also nicht gleich sagen: ‚Welch netter kleiner Schauer!‘ Ich weiß, Sie werden sagen, daß das den Regentropfen nichts ausmache; ganz richtig; aber es macht Ihnen selber etwas aus; es wird Ihnen davon warm werden; denn das ist die Wirkung auch der kleinsten Freudenregung, und Sie befinden sich in genau dem Zustand, in dem man sich nicht erkältet, wenn es regnet. Und nehmen Sie die Menschen genauso wie den Regen. Das sei nicht so leicht, werden Sie sagen. Und ob! Mit den Menschen ist es sogar noch leichter als mit dem Regen. Denn dem Regen macht Ihr Lächeln nichts aus, wohl dagegen den Menschen; die Höflichkeit läßt sie Ihr Lächeln erwidern, und schon das macht sie sogleich weniger traurig und weniger langweilig. Ganz davon abgesehen, daß Sie sehr leicht Entschuldigungen für sie finden, wenn Sie einmal in sich selber nachsehen. Mark Aurel sagte sich jeden Morgen: ‚Ich werde heute einem Eitlen, einem Lügner, einem langweiligen Schätzer begegnen; sie sind so nur aus Unwissenheit.‘“
(Alain 1982: 155 ff)

Haltungsoption B: „Den Widerstand gegen das Unabänderliche ablegen“

„Behandeln muß man die Schicksalsschläge mit der Dankbarkeit für das Verlorene und mit der Erkenntnis, daß man das Vergangene nicht ungeschehen machen kann.“
(Epikur, Weisungen 55, bei Krautz 1997: 93)

* * *

„Lebensregel Nr. 6

Willig tun was man kann und willig leiden was man muß. ...“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 45)

* * *

„Lebensregel Nr. 15

Ein Mann, der bei allen Unfällen des Lebens gelassen bleibt, zeigt bloß, daß er weiß, wie ungeheuer und wie tausendfältig die möglichen Übel des Lebens sind und der deshalb das gegenwärtige ansieht als einen sehr kleinen Teil dessen, was kommen könnte: und umgekehrt, wer dieses letztere weiß und bedenkt, wird stets gelassen bleiben. ...“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, Volpi 1999: 50)

Haltungsoption C: „Glücklichsein bis auf weiteres aktiv mimen“

„Körperhaltungen

Noch der gewöhnlichste Mensch wird zum Künstler, wenn er sein Unglück mimit. Ist ihm, wie man sagt, schwer ums Herz, preßt er noch zusätzlich die Hände gegen die Brust, bis alle Muskeln sich gegenseitig blockieren. Auch wenn gar kein Feind zu sehen ist, beißt er die Zähne aufeinander und ballt die Fäuste. Und selbst wenn diese Verwirrung stiftenden Gesten nicht nach außen sichtbar werden, deutet er sie doch im Innern seines Körpers an, was eine noch stärkere Wirkung hat. Man wundert sich manchmal, daß einem, wenn man nicht schlafen kann, immer wieder dieselben, meist quälenden Gedanken durch den Kopf gehen; man kann beinah wetten, daß daran die gerade beschriebene Mimik schuld ist. Gegen alle Leiden moralischer Natur, aber auch gegen alle Krankheiten in ihrem Anfangsstadium, muß man mit Entspannung und Gymnastik angehen: ein Mittel, das fast immer hilft; man denkt nur zu selten daran. Die Gesten der Höflichkeit haben große Macht über unsere Gedanken; und es hilft sowohl gegen schlechte Laune wie gegen Magenschmerzen, wenn man Liebenswürdigkeit, Wohlwollen und Freude mimit; die dazu erforderlichen Bewegungen – Verbeugungen und Lächeln – haben nämlich das Gute, die ihnen entgegengesetzten Bewegungen des Zorns, des Mißtrauens und der Traurigkeit unmöglich zu machen. Darum sind gesellschaftliche Veranstaltungen so beliebt: sie geben Gelegenheit, das Glück zu mimen; und diese Komödie heilt uns mit Sicherheit von der Tragödie, was nicht eben wenig ist. Nützlich für den Arzt, in dieser Hinsicht einmal über die religiöse Andachtshaltung nachzudenken; denn der kniende, nach vorn gebeugte Körper entlastet die Organe und erleichtert ihre Funktionen. >Neig den Kopf, stolzer Sigamber!< Man verlangt von ihm nicht, daß er seinen Zorn fahren läßt; man verlangt von ihm nur, daß er schweigt, die Augen schließt und sich zu einer Körperhaltung der Sanftmut bequemt; auf diese Weise wird alles Gewalttätige seines Charakters ausgelöscht, wenn schon nicht für lange oder gar für immer, so doch auf der Stelle und für einen Augenblick. Die Wunder der Religion sind keineswegs Wunder. Ein schönes Schauspiel, wenn ein Mensch einen ihm lästigen Gedanken verscheucht; er zuckt die Achseln, als wolle er seine Muskeln ordnen; er schüttelt den Kopf, damit sich andere Wahrnehmungen einstellen; mit einer Handbewegung wischt er seine Sorgen weg und schnipst mit den Fingern: beinah der Anfang eines Tanzes. Wenn ihn in diesem Augenblick noch die Harfe Davids überrascht und seine Bewegungen in Zucht nimmt, bis alle Ungeduld und aller Zorn gewichen sind, ist er auf der Stelle geheilt. Ich liebe die Geste der Verblüffung und Ratlosigkeit; man kratzt sich hinter den Ohren, und diese List

lenkt ab von der Geste, die den Stein wirft oder die Lanze schleudert. Die Geste, welche befreit, und die Geste, welche hinreißt, liegen hier nämlich ganz nah beieinander. Der Rosenkranz, der zugleich die Gedanken und die Finger beschäftigt, ist gewiß eine bewunderungswürdige Erfindung. Aber das Geheimnis des Weisen, daß der Wille zwar keine Macht über die Leidenschaften, wohl dagegen über die Bewegungen hat, ist noch schöner. Schließlich leichter, eine Geige zu nehmen und darauf zu spielen, als sich ins Unabänderliche fügen.“

(Alain 1982: 45 f)

* * *

„ ... (Das Leben besteht in der Bewegung.) sagt Aristoteles, mit offenbarem Recht: und wie demnach unser physisches Leben nur in und durch eine unaufhörliche Bewegung besteht; so verlangt unser inneres, geistiges Leben fortwährend Beschäftigung, Beschäftigung mit irgend etwas, durch Tun oder Denken; einen Beweis hievon gibt das Trommeln mit den Händen oder irgendeinem Gerät, zu welchem unbeschäftigte und gedankenlose Menschen sogleich greifen. Unser Dasein nämlich ist ein wesentlich rastloses; daher wird die gänzliche Untätigkeit uns bald unerträglich, indem sie die entsetzlichste Langeweile herbeiführt. Diesen Trieb nun soll man regeln, um ihn methodisch und dadurch besser zu befriedigen. Daher also ist Tätigkeit, etwas treiben, womöglich, etwas machen, wenigstens aber etwas lernen, - zum Glück des Menschen unerläßlich: seine Kräfte verlangen nach ihrem Gebrauch und er möchte den Erfolg desselben irgendwie wahrnehmen. Die größte Befriedigung jedoch, in dieser Hinsicht, gewährt es etwas zu *machen*, zu verfertigen, sei es ein Korb, sei es ein Buch; aber daß man ein Werk unter seinen Händen täglich wachsen und endlich seine Vollendung erreichen sehe, beglückt unmittelbar. Dies leistet ein Kunstwerk, eine Schrift, ja selbst eine bloße Handarbeit; freilich, je edlerer Art das Werk, desto höher der Genuß. ... - Inzwischen treibe jeder etwas, nach Maßgabe seiner Fähigkeiten. Denn wie nachteilig der Mangel an planmäßiger Tätigkeit, an irgendeiner Arbeit, auf uns wirke, merkt man auf langen Vergnügungsreisen, als wo man, dann und wann, sich recht unglücklich fühlt; weil man, ohne eigentliche Beschäftigung, gleichsam aus seinem natürlichen Elemente gerissen ist. Sich zu mühen und mit dem Widerstande zu kämpfen ist dem Menschen Bedürfnis, wie dem Maulwurf das Graben. Der Stillstand, den die Allgenugsamkeit eines bleibenden Genusses herbeiführte, wäre ihm unerträglich. Hindernisse überwinden ist der Vollgenuß seines Daseins; sie mögen materieller Art sein, wie beim Handeln und Treiben, oder geistiger Art, wie beim Lernen und Forschen: der Kampf mit ihnen und der Sieg beglückt. Fehlt ihm die Gelegenheit dazu, so macht er sie sich, wie er kann: je nachdem seine Individualität es mit sich bringt, wird er jagen, oder

Bilboquet (Kugelfangen) spielen, oder, vom unbewußten Zuge seiner Natur geleitet, Händel suchen, oder Intriguen anspinnen, oder sich auf Betrügereien und allerlei Schlechtigkeiten einlassen, um nur dem ihm unerträglichen Zustande der Ruhe ein Ende zu machen. ...“

(Schopenhauer, Aphorismen zur Lebensweisheit, bei Volpi 2007: 203 ff)

* * *

„Aristoteles

Handeln, nicht hinnehmen, heißt die Grundlage des angenehmen Lebens. Aber weil Bonbons ein gewisses Vergnügen bereiten, ohne daß man mehr zu tun braucht, als sie im Mund zergehen zu lassen, möchten manche auf gleiche Weise das Glück genießen; sie täuschen sich sehr. Musik macht nur wenig Spaß, wenn man sich darauf beschränkt, sie zu hören, und sie nicht innerlich mitsingt, was einen klugen Mann einmal sagen ließ, er nehme Musik nicht mit dem Ohr auf, sondern mit der Kehle. Selbst das Vergnügen, Zeichnungen zu betrachten, wäre ärmlich, wenn man nicht selber kritzelt oder zumindest sammelt; man ist dann nicht mehr darauf beschränkt, nur zu urteilen, sondern man untersucht und erobert. Die Leute gehen ins Theater und langweilen sich dort mehr, als sie zugeben; sich nicht zu langweilen, müßten sie selber ein Stück erfinden oder zumindest selber spielen, was ebenfalls noch erfinden heißt. Jeder erinnert sich an solche Laienaufführungen, bei denen das Hauptvergnügen die Darsteller haben. Ich denke noch an die glückliche Zeit zurück, da ich nichts als ein Marionettentheater im Kopf hatte; allerdings schnitzte ich die Figuren auch selber aus Baumwurzeln; andere zogen sie an; um die Zuschauer kümmerte ich mich nicht; ihnen blieb das magere Vergnügen der Kritik überlassen: ein Vergnügen insofern, als es auch dazu noch einiger Erfindung bedarf. Wer Karten spielt, erfindet in einem fort und verändert dadurch den mechanischen Ablauf der Dinge. Sinnlos, den, der nicht spielen kann, zu fragen, ob er das Spiel liebe. Politik wird interessant, sobald man ihre Technik beherrscht; aber man muß sie lernen. Genauso mit allem anderen auch; man muß lernen, glücklich zu sein. Man behauptet, daß uns das Glück immer fliehe. Für das fertig gelieferte Glück trifft das zu, weil es kein fertig geliefertes Glück gibt. Dafür enttäuscht aber das Glück, das man sich selber erobert, auch nie. Es beruht auf Lernen, und man lernt immer. Je mehr man weiß, desto mehr ist man zu lernen imstande. Daher das Vergnügen, Latinist zu sein, das mit der Zeit nicht etwa abnimmt, sondern mit jedem Fortschritt, den man macht, größer wird. Dasselbe gilt vom Vergnügen, Musiker zu sein. Und Aristoteles macht die erstaunliche Feststellung, daß der wahre Musiker der ist, der am Musikmachen Gefallen findet. >Vergnügen ist ein Zeichen von Macht<, sagt er. Der angeführte Satz prägt sich ein durch die Vollkommenheit der Begriffe, die uns der Schulsprache entführen; hier muß man suchen, wenn man diesen erstaunlichen Geist

verstehen will. Der sichere Maßstab für den wirklichen Fortschritt, den man in einer Sache macht, ist das Vergnügen, das man an ihr findet. Woraus hervorgeht, daß das einzig Befriedigende und Genußreiche die Arbeit ist. Ich meine die freie Arbeit, welche zugleich Wirkung und Quelle der Macht darstellt. Kurz, noch einmal: nicht hinnehmen, sondern handeln. Jeder hat schon einmal einem Arbeiter zugesehen, der sich in der Freizeit ein kleines Haus baut. Man muß ihn beobachten, wie er jeden Stein in der Hand wiegt. Dieses Vergnügen gibt es in allen Tätigkeiten, denn der Arbeiter lernt und erfindet immer. Deshalb ist es ein großes Unheil, wenn mit der mechanischen Perfektion der Arbeit nicht nur die Langeweile einzieht, sondern der Arbeiter überdies keinen Anteil mehr an seiner Arbeit hat, so daß er sich nur mehr wiederholt, ohne an dem Produkt seiner Arbeit etwas zu lernen. Umgekehrt macht eben die ununterbrochene Kette der Arbeiten, in der jedes Resultat einen neuen Arbeitsakt ermöglicht, das Glück des freien Bauern aus. Allerdings wird dieses Glück, welches soviel Mühe kostet, in zunehmendem Maß verdächtigt, und immer steckt die verhängnisvolle Idee dahinter, daß es ein Glück gebe, welches man nur zu genießen brauche. Denn gut ist allein die Mühe, wie Diogenes sagte; aber es widerstrebt dem Geist, diesen Widerspruch auszuhalten; es bleibt ihm nichts anderes, als ihn zu beseitigen und die Mühe, die ihn das kostet, in Vergnügen des Denkens zu verwandeln.“

(Alain 1982: 119 ff)

Haltungsoption D: „Antizipiere Visionen einer bejahenswerten Lebensweise mit der Erkrankung“

„Lebensregel Nr. 4 Über das Verhältnis der Ansprüche zum Besitz

... Die Güter, auf welche Anspruch zu machen einem Menschen nie in den Sinn gekommen ist, entbehrt er durchaus nicht, sondern ist, auch ohne sie, völlig zufrieden; während ein anderer, der hundert Mal mehr besitzt als er, sich unglücklich fühlt, weil ihm eines abgeht, darauf er Anspruch macht. Jeder hat, auch in dieser Hinsicht, einen eigenen Horizont des für ihn möglicherweise Erreichbaren: so weit wie dieser gehen seine Ansprüche. Wenn irgendein innerhalb desselben gelegenes Objekt sich ihm so darstellt, daß er auf dessen Erreichung vertrauen kann, fühlt er sich glücklich; hingegen unglücklich, wann eintretende Schwierigkeiten ihm die Aussicht darauf benehmen. Das außerhalb dieses Gesichtskreises Liegende wirkt gar nicht auf ihn. Daher beunruhigen den Armen die großen Besitztümer der Reichen nicht, und tröstet andererseits den Reichen, bei verfehlten Absichten, das Viele nicht, was er schon besitzt. Der Reichtum gleicht dem Seewasser: je mehr man davon trinkt, desto

durstiger wird man. – Dasselbe gilt vom Ruhm. – Daß nach verlorenem Reichtum, oder Wohlstande, sobald der erste Schmerz überstanden ist, unsre habituelle Stimmung nicht sehr verschieden von der früheren ausfällt, kommt daher, daß, nachdem das Schicksal den Faktor unsers Besitzes verkleinert hat, wir selbst nun den Faktor unserer Ansprüche gleich sehr vermindern. Diese Operation aber ist das eigentlich Schmerzhaftes, bei einem Unglücksfall: nachdem sie vollzogen ist, wird der Schmerz immer weniger, zuletzt gar nicht mehr gefühlt: die Wunde vernarbt. Umgekehrt wird, bei einem Glücksfall, der Kompressor unserer Ansprüche hinaufgeschoben, und sie dehnen sich aus: hierin liegt die Freude. Aber auch sie dauert nicht länger, als bis diese Operation gänzlich vollzogen ist: wir gewöhnen uns an das erweiterte Maß der Ansprüche und werden gegen den demselben entsprechenden Besitz gleichgültig. ... Die Quelle unserer Unzufriedenheit liegt in unsern stets erneuerten Versuchen, den Faktor der Ansprüche in die Höhe zu schieben, bei der Unbeweglichkeit des andern Faktors, die es verhindert.“

(Schopenhauer, Die Kunst, glücklich zu sein, bei Volpi 1999: 37 ff)

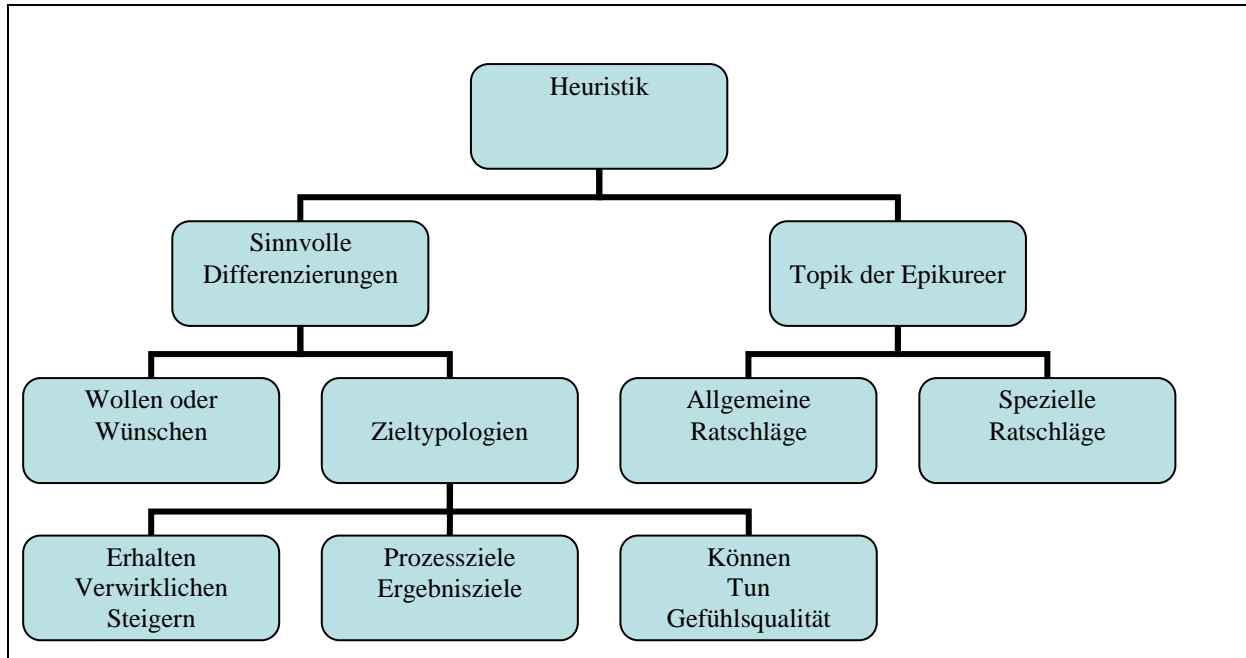
Überblick der empfohlenen Optionen

Haltungsoption A	„Der Tragödie des Unglücks Aufmerksamkeit entziehen“
Haltungsoption B	„Den Widerstand gegen das Unabänderliche ablegen“
Haltungsoption C	„Glücklichsein bis auf weiteres aktiv mimen“
Haltungsoption D	„Antizipiere Visionen einer bejahenswerten Lebensweise mit der Erkrankung“

Nachdem die dargelegten vier fremden aphoristischen Erfahrungen nach gründlicher Beschäftigung mit Hilfe der Plausibilitäten von Frau Meier bewertet wurden und sofern für eine Erfahrung eine begründbare Bejahung vorliegt, ist diese generell erst einmal auf den Versuch hin zu übernehmen. Die Festlegung eines Zeitraumes, z.B. für sechs Monate, ist insofern sinnvoll, als dadurch ein Erfahrungsraum geschaffen wird, der bilanzierend reflektiert werden kann. Hierfür sollten gemeinsam mit der Sozialpädagogin drei bis fünf möglichst konkrete Teilziele bestimmt werden, die in den regelmäßigen Einzelgesprächen reflektiert und gegebenenfalls modifiziert werden können. Zudem ist eine begleitende Aufmerksamkeit dafür zu reservieren, inwiefern sich das Leiden von Frau Meier seit dem Versuch verändert. Inwiefern ändert sich das Unwohlsein? Nimmt die Stärke ab oder zu? Tritt

es seltener auf? Die letzten Überlegungen leiten bereits über zur Phase der Stochastik, in der im Hinblick auf die festgelegten Teilziele die zur Verfügung stehenden Mittel in Form eines konkreten Handlungsplanes bestimmt werden.

Überblick Checkliste Heuristik



IV. Ethik in der Sozialen Arbeit

Die vorliegende Arbeit hatte zum Ziel, eine Anwendung der Strebensethik für die Praxis der Klinischen Sozialarbeit in programmatischer Absicht darzulegen. Dabei ging es v.a. darum, die bisherige Dominanz moralischer Perspektiven in der angewandten Ethik auf den Bereich der Strebensethik zu erweitern. Das abschließende Kapitel skizziert nun einen Ausblick, inwiefern der programmatische Ansatz dieser Arbeit Anregungen für die Konzeption der gesamten Ethik in der Sozialen Arbeit bietet.

1. Systematik einer Ethik in der Sozialen Arbeit

Bei der Durchsicht der bestehenden Fachliteratur zum Thema Ethik in der Sozialen Arbeit im Hinblick auf systematische Ansprüche wird mindestens zweierlei deutlich. Es existiert zwar eine Reihe von Büchern mit einem hohen Maß an systematischen Ansprüchen, hierzu gehören auf jeden Fall die Publikationen von Hermann Baum, Johann Schneider und Ernst Martin, allen gemeinsam ist aber das Phänomen, dass die Strebensethik überhaupt nicht vorkommt.

„Ich behaupte nun, dass eine Ethik des guten Lebens, eine Ethik, die nach dem Gelingen des Alltags und der Lebensführung von Menschen fragt ... für die Profession der Sozialen Arbeit noch aussteht.“

(Volz 2003: 53)

Nach den Erörterungen zur Strebensethik in der Klinischen Sozialarbeit kommt man zu dem Eindruck, dass dieses Fehlen etwas mit dem verwendeten Ethikverständnis zu tun haben könnte. Dieser Aspekt einer Ethik in der Sozialen Arbeit müsste deshalb ausführlicher als bislang reflektiert und diskutiert werden. Im Mittelpunkt stünde dabei eine Prüfung der existierenden Einteilungen und Differenzierungen von Ethik. Exemplarisch seien die Unterscheidung von eudämonistischer (antiker) und deontologischer (kantischer) Ethik, die von allgemeiner und angewandter Ethik (vgl. Pieper/Thurnherr 1998), die von deskriptiver und normativer Ethik (vgl. Düwell, Hübenthal, Werner 2006 oder Pieper 2000) und die von Prinzipienethik, Angewandter Ethik und Individualethik (vgl. Schmid 1998) erwähnt. Jede dieser Differenzierungen haben ihre jeweils eigenen Plausibilitäten sowie auch ihre Grenzen. Wir kommen aber nicht umhin, sobald wir beginnen ethisch zu reflektieren, eines dieser Ethikmodelle implizit zu benutzen. Welche ethische Systematik in der Sozialen Arbeit verwendet werden soll, darüber wird es niemals eine definitive Gewissheit geben können, wir werden mit einer Vielzahl von Modellen leben und uns darüber im Klaren werden müssen,

welches - zumindest vorläufig - das Geeignetste sein könnte. Unabhängig davon, auf welche ethische Systematik man zurückgreifen möchte, auf eine begriffliche und inhaltliche Unterscheidung zwischen Moral- und Glückstheorien sollte man heute nicht mehr verzichten. Wir können es uns nicht weiter leisten, Ethik und Praxis nur im Blickwinkel der moralischen Gebote und Verbote zu betrachten und die Fragen einer zuträglichen Lebensführung im Sinne des Glücks als ethisch irrelevant zu disqualifizieren und allein dem persönlichen Meinen zu überlassen.

„Die Gerechtigkeitszentrierung der „Moral“ und die Gelingenszentrierung der „Ethik“ sollen wohl unterschieden, aber nicht einander entgegengesetzt werden. Trotz der grundsätzlichen Orientierung an diesem bifokalen Verständnis von Ethik soll hier der Schwerpunkt bei der Idee des „Gelingens“ gesetzt werden: Dies geschieht einerseits um willen einer Verortung in aktuellen Debatten, andererseits aber, um den spezifischen Anforderungen an eine Ethik der Sozialen Arbeit zu entsprechen.“

(Volz 2003: 45)

Diese systematische Kurskorrektur ist überfällig, steckt leider aber immer noch in den Anfängen (vgl. Leupold 2005 und 2007a). Die Integrative Ethik liefert hierfür ein Modell, auf das für diese Aufgabe zurückgegriffen werden kann (vgl. Leupold 2007b).

Studieren wir hingegen die zunehmende Anzahl an Publikationen zur Ethik in der Sozialen Arbeit, die eine Sammlung von Aufsätzen eines Autors (vgl. Brumlik 1992, Thiersch 1995) oder mehrerer Autorinnen und Autoren (vgl. Dungs u.a. 2006, Lob-Hüdepohl und Lesch 2007) darstellt, dann wird ein zweites Defizit sichtbar. Deren Stärke ist meist der vorhandene Praxisbezug, deren Schwäche der Mangel an Systematik – man gewinnt bereits bei der Durchsicht der Inhaltsverzeichnisse den Eindruck einer bunten Wiese. Zusammenhänge zur allgemeinen Ethik und deren Theoriestufen sind bisweilen sehr schwer und nur dem kundigen Leser erkenntlich. Eine systematische Verbesserung stellt hier die Einführung einer zentralen Perspektive dar; am besten für die Praxis geeignet erscheint mir die der Beratung mit ihren typischen Phasen zu sein. Publikationen als Sammlung von Beiträgen zur Ethik in der Sozialen Arbeit von mehreren Autoren könnten in Bezug auf die typischen Beratungsphasen sowie im Hinblick auf die jeweilige Ethikfamilie, Sollens- oder Strebensethik, eine klare und nachvollziehbare Ordnung erhalten, auf die im Bedarfsfall entsprechend schneller zurückgegriffen werden kann.

In systematischer Hinsicht beinhaltet die vorliegende Arbeit somit implizit für die gesamte Ethik in der Sozialen Arbeit fruchtbare Impulse. Zum einen für die stärkere Berücksichtigung der Strebensethik und zum anderen für die Einführung der

Beratungstätigkeit als zentralen Fixpunkt, v.a. aber für die zunehmende Anzahl von praxisbezogenen Beiträgen, die für die Weiterentwicklung der Ethik in der Sozialen Arbeit unbedingt gebraucht werden.

2. Forschungsaufgaben

Aus den systematischen Überlegungen ergeben sich zahlreiche ethische Forschungsaufgaben, die für die regulationsbedürftige Praxis innerhalb der drei Hauptphasen der Beratung wie folgt skizziert werden können.

2.1 Aporetische Forschung

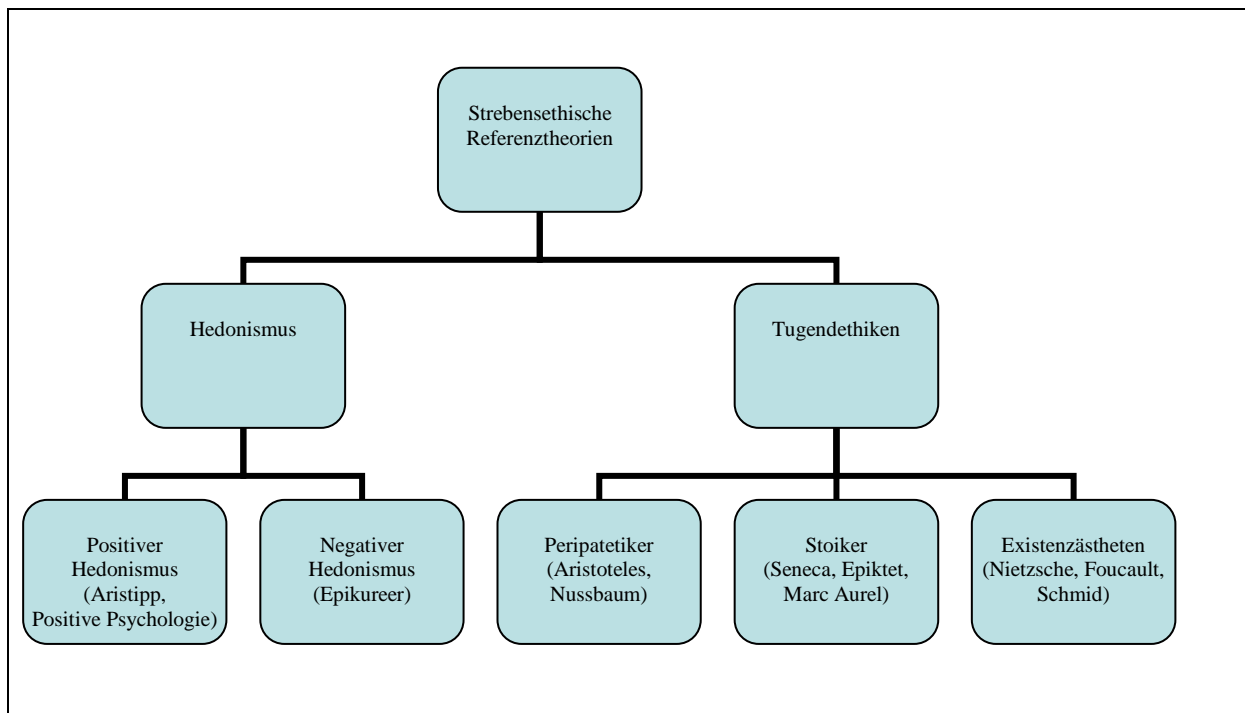
Für die *Aporetik* gilt es, im Blickwinkel der Herausforderungen des Wählens eine *Topik sollens- und strebensethischer Problemlagen* in Form einer Landkarte zu erstellen. Methodisch kommt hierbei ein praxisfeldbezogenes Vorgehen in Betracht. Typische Problemlagen aus den jeweiligen Arbeitsfeldern der Jugendhilfe, Klinischen Sozialarbeit, Resozialisierung, Altenhilfe usw. werden sowohl unter den Perspektiven von Pflichten als auch unter denen des Glücks soweit typologisiert, dass damit eine möglichst schnelle und eindeutige Problemzuordnung erfolgen kann. Die Probleme, die sich durch das Zusammenspiel von Moralphilosophie und Strebensethik ergeben, gehören ausdrücklich dazu.

2.2 Heuristische Forschung

Für die beiden präskriptiven Leistungen der *Heuristik* – Hinführung zur Zielorientierung in der Lebensführung und Bestimmung von Werten und Normen – spielen zwei große Forschungszweige eine zentrale Rolle. Zum einen geht es um die *Erschließung von weiteren allgemeinen begrifflichen Differenzierungen*. Den von mir gemachten strebensethischen Vorschlag für die Klinische Sozialarbeit gilt es, zum einen kritisch zu überprüfen und zum anderen auf die Sollensethik zu erweitern. Zur Darstellung erscheint auch hier ein praxisfeldbezogenes Vorgehen geeignet. Darauf Bezug nehmend geht es zum anderen um eine möglichst praktikable *Topik von strebens- und sollensethischen Referenztheorien*.

Topik von Strebensethiken

Analog zur vorgestellten Topik der epikureischen Ethik gilt es, in Bezug auf die bereits vorhandenen strebensethischen Grundbegriffe weitere Referenztheorien für die Beratung auszuarbeiten. Im Hinblick auf den entwickelten Glücksbegriff schlage ich vor, folgende programmatische Einteilung vorzunehmen:

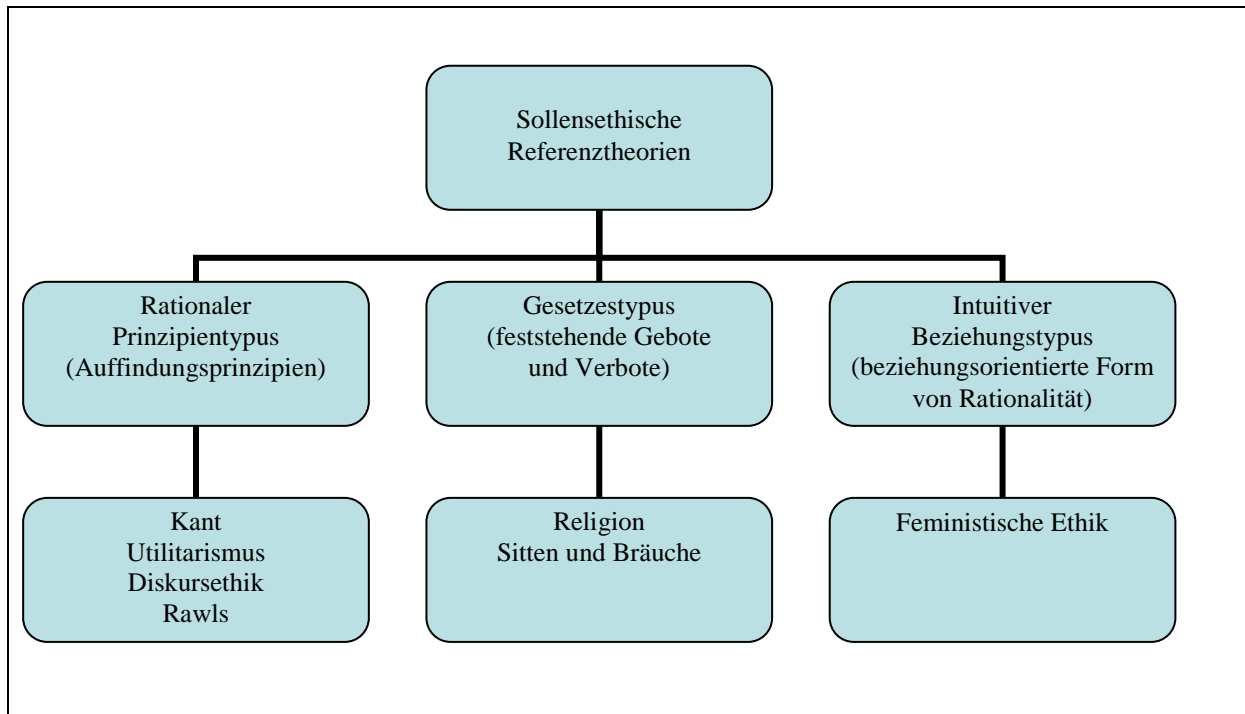


Analog zu dem Typologisierungsversuch von Annemarie Pieper (Pieper 2007) stellen die beiden hedonistischen und die drei tugendethischen Referenztheorien typische Lebensmodelle dar, die in heuristischer Weise für die Beratung genutzt werden können. Der Ratsuchende erhält für seine Lösungssuche modellhafte Vorbilder, aufbereitet in griffigen Prinzipien, allgemeinen und speziellen Gütervorstellungen sowie Lebensregeln.

Topik von Sollensethiken

Bevor einzelne sollensethische Konzeptionen vorgestellt werden, wäre es sinnvoll, ein paar Überlegungen in typologisierter Form zu besitzen, die thematisch erfassen, was einen Menschen motivieren könnte, ein moralisches Leben führen zu wollen. Die einzelnen moralphilosophischen Referenztheorien müssen im Wesentlichen den Sinn von Pflichten in Form eines praktikablen Kriteriums zur Beurteilung des jeweiligen Wollens und Handelns

beinhalten. Zudem sollten allgemeine Verbote und Gebote sowie moralische Kardinaltugenden für die Beratung praxistauglich aufbereitet werden. Insgesamt muss die Idee des guten Kooperationspartners so anschaulich wie möglich vorgestellt werden. Von großer Bedeutung bei der Darstellung der Referenztheorien ist, für diese eine möglichst einfache Einteilung zu finden. Im Hinblick auf die bestehenden und aktuell diskutierten Sollensethiken könnte folgende Differenzierung verwendet werden:



Eine wissenschaftliche Beschäftigung wird zeigen, dass weitere Einteilungen denkbar sind, geprüft werden sollten alle im Hinblick auf deren Tauglichkeit für die jeweilige Praxisberatung. So finden wir bei Hermann Baum zunächst vier typologisierte Beispiele sollensethischer Ethiken (vgl. Baum 1996: 56-94). Bei seinen Reflexionen zur Ethik helfender Berufe bezieht er sich, jeweils themenbezogen, auf weitere sechs sollensethische Referenztheorien, die einer kritischen Prüfung unterzogen werden können. Hingegen findet man bei Johann Schneider eine grobe Zweiteilung in klassische und moderne Ansätze (vgl. Schneider 1999: 22-41).

2.3 Stochastische Forschung

Bei der stochastischen Forschung geht es im Schwerpunkt um Realisierungsstrategien und deren Wirksamkeit. Zwei zentrale Forschungsaufgaben sind dabei von besonderem Interesse:

Zum einen ginge es um die *Erschließung* von einzelnen Übungen und Techniken aus der antiken wie aus der modernen Strebensethik. Sowohl bei den Stoikern (vgl. Hadot 1999: 161-165) als auch bei modernen Philosophen wie bspw. bei Wilhelm Schmid (vgl. Schmid 1998: 325-399) wird man dabei fündig werden. Hierzu gehört auch die ethische Einordnung von bestehenden sozialpädagogischen Methoden (bspw. Empowerment als strebensethische Methode). Neben der möglichst praxistauglichen Aufbereitung von Aneignungsmethoden ginge es zum anderen aber auch um eine *empirische Prüfung der jeweiligen Tauglichkeit* der Praktiken für die Adressaten der Sozialen Arbeit. Was bewirken die einzelnen Realisierungsstrategien wirklich? Eine ethische Evaluationsforschung kümmerte sich um diesen Sachverhalt und lieferte Erkenntnisse, welche Praktiken für welche Themen am wirksamsten zu sein scheinen.

Mit der Zentralperspektive der Beratungstätigkeit sowie dem Grundmuster einer Integrativen Ethik ergibt sich somit ein ethisches Forschungsprogramm für die Soziale Arbeit mit nachvollziehbaren internen Zusammenhängen.

3. Ausbildung und Fortbildung

Mit der Integrativen Systematik steht ein praktikabler Leitfaden für die *Ausbildung* im Fachgebiet „Ethik und Soziale Arbeit“ oder „Ethik in der Sozialen Arbeit“ zur Verfügung. Die ethische Ausbildung von Sozialpädagoginnen könnte deshalb in Bezug auf die skizzierte Systematik und das Forschungsprogramm aufgebaut werden. Die gesamte ethische Wissensvermittlung könnte in den Strukturen der Beratung im jeweiligen Arbeitsfeld der Sozialen Arbeit stattfinden. So stünde am Anfang eine allgemeine Einführung in die Integrative Systematik der Ethik in der Sozialen Arbeit. Darauf Bezug nehmend würden ausgewählte strebens- und sollensethische Grundbegriffe sowie einzelne Referenztheorien vermittelt. Verinnerlicht wird das ethische Grundwissen, indem sollens- und strebensethische Praxisfälle, am besten in den jeweiligen Studienschwerpunkten, diskutiert und lösungsorientiert bearbeitet werden. Die Prüfung des Wissens könnte ebenfalls durch Falldiskussionen mit den typischen Beratungsphasen erfolgen.

Berufsbegleitende Fortbildungsangebote, am besten angesiedelt an den jeweiligen Hochschulen, bieten in den jeweiligen Arbeitsfeldern der Sozialen Arbeit eine Vertiefung des im Studium angelegten ethischen Grundwissens mit den gleichen programmatischen Ansätzen an. In modularisierter Form könnten diese Fortbildungsangebote zu einer

Zusatzqualifikation „Ethische Beraterin in der Sozialen Arbeit“ mit einem Zertifikat führen. Die Inhaberinnen dieser Qualifikation verfügten über besondere Beratungskompetenzen zur Identifizierung und Lösung von ethischen Problemen im sozialpädagogischen Berufsalltag. Sie würden typische strebens- und sollensethische Problemlagen kennen, verfügten über ein solides anwendungsbezogenes Grundwissen von strebens- und sollensethischen Grundbegriffen sowie über vertiefte Kenntnisse in mindestens einer strebens- und sollensethischen Referenztheorie. Mit dieser Weiterbildungsvision könnte das Doppelqualifikationsmodell der philosophisch-ethischen Beratung in die sozialpädagogische Praxis umgesetzt werden, ohne ein zusätzliches Studium der Philosophie absolvieren zu müssen. Durch die philosophisch-sozialpädagogischen Kompetenzen der Dozenten an den jeweiligen Hochschulen verspräche dieses Weiterqualifizierungsangebot zudem eine bessere Praxiswirksamkeit als ein eigenständiges Philosophiestudium, das i.d.R. nicht für die spätere Beratungstätigkeit hin ausbildet. Von besonderem Interesse könnte die Zusatzqualifikation für alle Sozialpädagoginnen an Beratungsstellen sowie für leitende Angestellte in einem multiprofessionellen Team sein. Es wäre an der Zeit, neben psychotherapeutisch fortgebildeten Sozialpädagoginnen in Zukunft auch ethisch qualifiziertes Personal in den Teams der Sozialen Arbeit aufzubauen.

Literaturverzeichnis

- Aktion Psychisch Kranke (hrsg.) (2005): Der Personenzentrierte Ansatz in der psychiatrischen Versorgung. Individuelle Hilfeplanung (IBRP) und personenzentriert-integriertes Hilfesystem. Bonn.
- Alain (1982): Die Pflicht, glücklich zu sein. Frankfurt/M.
- Angehrn, E. (1985): Der Begriff des Glücks und die Frage der Ethik. In: Philosophisches Jahrbuch 92 (1985). S. 35-52.
- Aristoteles: Die Nikomachische Ethik. Gigon, O. (übers.) (1995). München.
- Baum, H. (1996): Ethik sozialer Berufe. Paderborn, München, Wien, Zürich.
- Begemann, V. (2006): Hospiz – Lehr- und Lernort des Lebens. Stuttgart.
- Bien, G. (1978): Die Philosophie und die Frage nach dem Glück. In: Bien, G. (hrsg.) (1978): Die Frage nach dem Glück. Stuttgart-Bad Cannstatt.
- Bien, G. (1998): Über das Glück. In: Schummer, J. (hrsg.) (1998): Glück und Ethik. Würzburg. S. 23-45.
- Bien, G. (1999): Glück – was ist das? Frankfurt/M.
- Brumlik, M. (1992): Advokatorische Ethik. Zur Legitimation pädagogischer Eingriffe. Bielefeld.
- Burkard, F.-P. (1999): Grundwissen Philosophie. Ausgangsfragen, Schlüsselthemen, Herausforderungen. Stuttgart.
- Caysa, V. (2000): Aktuelle deutschsprachige Konzeptionen einer Philosophie der Lebenskunst. In: Information Philosophie 5, S. 22-29.
- Comte-Sponville, A. (1995): Ermutigung zum unzeitgemäßen Leben. Ein kleines Brevier der Tugenden und Werte. Hamburg.
- Deutscher Berufsverband (DBSH) (2004): Ethik in der Sozialen Arbeit. Erklärung der Prinzipien. Verabschiedet auf der Generalversammlung des IFSW und des IASSW in Adelaide, 2004, Übersetzung von Molderings, B.
- Dungs, S.; Gerber, U.; Schmidt, H.; Schmidt, R. (hrsg.) (2006): Soziale Arbeit und Ethik im 21. Jahrhundert. Ein Handbuch. Leipzig.
- Dürig, G. (1994): Grundgesetz mit VerfassungsreformG 1994, Menschenrechtskonvention, BundesverfassungsgerichtsG und Parteiengesetz 1994, München.
- Düwell, M.; Hübenthal, Ch.; Werner, M.H. (hrsg.) (2006): Handbuch Ethik. Stuttgart.
- Eisler, R. (1989): Kant Lexikon. Nachschlagewerk zu Kants sämtlichen Schriften, Briefen

- und handschriftlichem Nachlaß. Hildesheim, Zürich, New York.
- Endreß, M. (hrsg.) (1995): Zur Grundlegung einer integrativen Ethik. Frankfurt/M.
- Epiktet: Handbüchlein der Moral und Unterredungen. Kraus, W. (hrsg.) (1996). Zürich.
- Epikur: Briefe, Sprüche, Werkfragmente. Krautz, H.-W. (hrsg. und übers.) (1997). Stuttgart.
- Forschner, M. (1989): Mensch und Gesellschaft. Grundbegriffe der Sozialphilosophie. Darmstadt.
- Forschner, M. (1993): Über das Glück des Menschen. Aristoteles, Epikur, Stoa, Thomas von Aquin, Kant. Darmstadt.
- Foucault, M. (1993): Technologien des Selbst. In: L. H. Martin, H. Gutman und P.H. Hutton (hrsg.) / Bischoff, M. (übers.) (1993): Technologien des Selbst. Frankfurt/M. S. 24-63.
- Frankena, W.K. (1972): Analytische Ethik, München.
- Fromm, E. (1990): Psychoanalyse und Ethik - Bausteine zu einer humanistischen Charakterologie. München.
- Gehlen, A. (2004): Der Mensch. Seine Natur und seine Stellung in der Welt. Wiebelsheim.
- Geyer, C.-F. (2000): Epikur zur Einführung. Hamburg.
- Gromann, P. (2002): Der personenzentrierte Ansatz im Betreuten Wohnen. In: Siemen, H.-L. (hrsg.) (2002): GeWOHNtes Leben. Psychiatrie in der Gemeinde. Neumünster. S. 162-175.
- Hadot, P. (1999): Wege zur Weisheit. Frankfurt/M.
- Hadot, P. (2002): Philosophie als Lebensform. Frankfurt/M.
- Höffe, O. (hrsg.) (1992): Lexikon der Ethik. München.
- Höffe, O. (1977): Kants kategorischer Imperativ als Kriterium des Sittlichen. In: Zeitschrift für philosophische Forschung 32 (1977), S. 354-384.
- Höffe, O. (2003): Einführung in die utilitaristische Ethik. Tübingen.
- Horn, Ch. (1998): Antike Lebenskunst. Glück und Moral von Sokrates bis zu den Neuplatonikern. München.
- Horn, Ch. (2006): Glück / Wohlergehen. In: Düwell, M.; Hübenthal, Ch.; Werner, M.H. (hrsg.) (2006): Handbuch Ethik. Stuttgart, S. 381-387.
- Hossenfelder, M. (1991): Epikur. München.
- Hossenfelder, M. (1996): Antike Glückslehren. Quellen in deutscher Übersetzung. Stuttgart.
- Hossenfelder, M.(2000): Der Wille zum Recht und das Streben nach Glück. Grundlegung einer Ethik des Wollens. München.
- IFSW, 1997: Internationaler „Code of Ethics“ für den Berufsstand der Sozialarbeiter/

- Sozialpädagogen. In: Professionell handeln auf ethischen Grundlagen. Berufsethische Prinzipien des DBSH.
- Irrgang, B. (1998): Praktische Ethik aus hermeneutischer Sicht. Paderborn, München, Zürich, Wien.
- Kant, I.: Werke in sechs Bänden. Weischedel, W. (hrsg.) (1966). Darmstadt.
- Klein, S. (2003): Die Glücksformel – oder wie die guten Gefühle entstehen, Hamburg.
- Knuf, A. (2005): Empowerment-Förderung: Zentrales Anliegen psychiatrischer Arbeit. Menschen zur Entwicklung eigener Stärken ermutigen und Hilfestellung geben bei der Entwicklung von Selbstbestimmung und Selbsthilfe. In Kerbe 4/2005, S. 4-7.
- Knuf, A. (2007): Vom demoralisierenden Pessimismus zum vernünftigen Optimismus. Eine Annäherung an das Recovery-Konzept. In: Zeitschrift für Soziale Psychiatrie 1/2004, S. 1-11.
- Knuf, A. (2008): Recovery: Wider den demoralisierenden Pessimismus. Genesung auch bei langzeiterkrankten Menschen. In: Kerbe 1/2008, S. 8-11.
- Krämer, H. (1976): Prolegomena zu einer Kategorienlehre des richtigen Lebens. In: Philosophisches Jahrbuch 83 (1976). S. 71-97.
- Krämer, H. (1980): Epikur und die hedonistische Tradition. In: Gymnasium 87 (1980). S. 294-326.
- Krämer, H. (1983): Plädoyer für eine Rehabilitierung der Individualethik. Amsterdam.
- Krämer, H. (1984): Zum Problem einer hedonistischen Ethik. In: Allgemeine Zeitschrift für Philosophie 9 (1984). S. 11-30.
- Krämer, H. (1985): Neue Wege der philosophischen Ethik. In: Salzburger Jahrbuch für Philosophie 30 (1985). S. 87-96.
- Krämer, H. (1986): Moralisches Sollen, Autonomie und gutes Leben. Zur neueren Ethik-Diskussion. In: Perspektiven der Philosophie 12 (1986). S. 295-322.
- Krämer, H. (1988): Plädoyer für eine Philosophie der Lebenskunst. In: Information Philosophie 16 (1988), Heft 3. S. 5-17.
- Krämer, H. (1990): Kategorialität und Praktische Philosophie. In: Kategorie und Kategorialität. Historisch-systematische Untersuchung zum Begriff der Kategorie im philosophischen Denken. Festschrift für Klaus Hartmann. Koch, D.; Bort, K. (hrsg.) (1990). S. 359-380.
- Krämer, H. (1992): Integrative Ethik. Frankfurt/M.
- Krämer, H. (1995): Replik: Die Integrative Ethik in der Diskussion. In: Endreß, M. (hrsg.) (1995): Zur Grundlegung einer integrativen Ethik. Festschrift für Hans Krämer.

- Frankfurt/M. S. 205-250.
- Krämer, H. (1998): Integrative Ethik. In: Schummer, J. (hrsg.) (1998): Glück und Ethik. Würzburg. S. 93-107.
- Kunze, H. (2004): Die Idee des personenzentrierten Ansatzes. In: Aktion Psychisch Kranke; Schmidt-Zadel, R.; Kunze, H. (hrsg.): Die Zukunft hat begonnen. Personenzentrierte Hilfen – Erfahrungen und Perspektiven. Bonn. S. 17-30.
- Landschaftsverband Rheinland (hrsg.) (1997): Betreutes Wohnen im Rheinland – Forschungsbericht. Köln.
- Leupold, M. (2005): Sozialpädagogische bzw. Sozialarbeiterische Berufsethik – Ein programmatischer Aufriss, In: Neue Praxis 6, S. 624-639.
- Leupold, M.; Walther, Ch. (2007): Krankheitsverlauf, Selbstbestimmtheit, Kosten: Aspekte des betreuten Wohnens. Ergebnisse einer empirischen Untersuchung über ambulant betreutes Wohnen für chronisch psychisch kranke Menschen. In: Sozialmagazin 32, S. 21-25.
- Leupold, M. (2007a): Ethische Grundlagen in der Sozialen Arbeit – Ein Plädoyer für eine stärkere Berücksichtigung der Strebensethik. In: neue praxis 37, S. 265-277.
- Leupold, M. (2007b): Plädoyer für ein integratives Ethikverständnis in der Sozialen Arbeit. In: Zeitschrift für Sozialpädagogik (4/2007), S. 358-391.
- Lob-Hüdepohl, A.; Lesch, W. (hrsg.) (2007): Ethik Sozialer Arbeit: Ein Handbuch. Stuttgart.
- Marcuse, L. (1972): Philosophie des Glücks. Von Hiob bis Freud. Zürich.
- Martin, E. (2001): Sozialpädagogische Berufsethik. Auf der Suche nach dem richtigen Handeln. Weinheim, München.
- Nietzsche, F.: Kritische Studienausgabe (KSA). Colli, G.; Montinari, M. (hrsg.) (1993). München.
- Pauls, H.; Dentler, P. (2001): Code of Ethics der Clinical Social Work Federation (Deutsche Übersetzung). Coburg. S. 1-8.
- Pauls, H. (2004): Klinische Sozialarbeit. Grundlagen und Methoden psycho-sozialer Behandlung. Weinheim, München.
- Pieper, A. (1973): Norm. In: Krings, H.; Baumgartner, H.-M.; Wild, Ch. (hrsg.) (1973): Handbuch philosophischer Grundbegriffe. München. S. 1009-1021.
- Pieper, A. (hrsg.) (1992): Geschichte der neueren Ethik. 2 Bd., Tübingen.
- Pieper, A.; Thurnherr, U. (hrsg.) (1998): Angewandte Ethik. Eine Einführung. München.
- Pieper, A. (2000): Einführung in die Ethik. Tübingen.

- Pieper, A. (2007): Glückssache. Die Kunst gut zu leben. München.
- Rawls, J. (1977): Gerechtigkeit als Fairness. Freiburg, München.
- Rawls, J. (1979): Eine Theorie der Gerechtigkeit. Frankfurt/M.
- Ropohl, G. (2003): Sinnbausteine für ein gelingendes Leben. Leipzig.
- Rossbacher, K.; Tanzer, U. (hrsg.) (2002): Glück und was die Dichter davon wissen. Salzburg und Wien.
- Rosemann, M. (1999): Zimmer mit Aussicht. Betreutes Wohnen bei psychischer Krankheit. Bonn.
- Schlittmaier, A. (2004): Ethische Grundlagen Klinischer Sozialarbeit. Schriftenreihe zur psychosozialen Gesundheit – Beiträge zur Klinischen Sozialarbeit. Band 3. Coburg.
- Schlittmaier, A. (2006a): Ethik und Soziale Arbeit. In: Sozialmagazin 31., Heft 2, S. 43-52.
- Schlittmaier, A. (2006b): Ethik und Soziale Arbeit. In: Sozialmagazin 31., Heft 3, S. 34-41.
- Schlüter, W. (1983): Sozialphilosophie für helfende Berufe. München/Basel.
- Schmid, W. (1992): Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst. Die Frage nach dem Grund und die Neubegründung der Ethik bei Foucault. Frankfurt/M.
- Schmid, W. (1998): Philosophie der Lebenskunst. Frankfurt/M.
- Schmid, W. (2005): Die Kunst der Balance. 100 Facetten der Lebenskunst. Frankfurt/M.
- Schmid, W. (2007): Glück. Alles, was Sie darüber wissen müssen, und warum es nicht das Wichtigste im Leben ist. Frankfurt/M.
- Schneider, J. (1999): Gut und Böse - Falsch und Richtig. Zu Ethik und Moral der sozialen Berufe. Frankfurt/M.
- Schopenhauer, A.: Aphorismen zur Lebensweisheit. Volpi, F. (hrsg.) (2007). Stuttgart.
- Schopenhauer, A.: Die Kunst, glücklich zu sein. Volpi, F. (hrsg.) (1999). München.
- Seligman, M. E. P. (2007): Der Glücks-Faktor. Warum Optimisten länger leben. Bergisch Gladbach.
- Spaemann, R.(1978): Philosophie als Lehre vom glücklichen Leben. In: Bien, G. (hrsg.) (1978) Die Frage nach dem Glück. Stuttgart-Bad Cannstatt. S. 1-21.
- Spaemann, R. (1989): Glück und Wohlwollen. Versuch über Ethik. Stuttgart.
- Staub-Bernasconi, S. (1995): Systemtheorie, soziale Probleme und Soziale Arbeit: lokal, national, international. oder: vom Ende der Bescheidenheit. Bern, Stuttgart, Wien.
- Steinvorth, U. (1973): Regel. In: Krings, H.; Baumgartner, H.-M.; Wild, Ch. (hrsg.) (1973): Handbuch philosophischer Grundbegriffe. München. S. 12-1220.
- Strang, H. (1980): Grundwerte in der Sozialarbeit. In: Archiv für Wissenschaft und Praxis der sozialen Arbeit, 11. Jg., S. 185-199.

- Taylor, Ch. (1988): Negative Freiheit? Zur Kritik des neuzeitlichen Individualismus. Frankfurt/M.
- Thiersch, H. (1995): Lebenswelt und Moral. Beiträge zur moralischen Orientierung Sozialer Arbeit. Weinheim/München.
- Thurnherr, U. (1998): Philosophische Praxis. In: Pieper, A.; Thurnherr, U. (hrsg.) (1998): Angewandte Ethik. Eine Einführung. München, S. 360-381.
- Thurnherr, U. (2000): Angewandte Ethik. Zur Einführung. Hamburg.
- Tugendhat, E. (1994): Vorlesungen über Ethik. Frankfurt/M.
- Volz, F.-R. (1993): Lebensführungshermeneutik. Zu einigen Aspekten des Verhältnisses von Sozialpädagogik und Ethik. In Neue Praxis 1+2, Seite 25-31.
- Volz, F.-R. (1996): Professionelle Standards in der Sozialen Arbeit zwischen Ökonomisierung und Moralisation. Ethische Aspekte, In: Rundbrief Gilde Soziale Arbeit 1, Seite 24-34.
- Volz, F.-R. (2000): Professionelle Ethik in der Sozialen Arbeit zwischen Ökonomisierung und Moralisation. In: Wilken, U. (hrsg.) (2000): Soziale Arbeit zwischen Ethik und Ökonomie. Freiburg im Breisgau, S. 207-221.
- Volz, F.-R. (2003): Gelingen und Gerechtigkeit – Bausteine zu einer Ethik professioneller Sozialer Arbeit. In Zeitschrift für Sozialpädagogik, 1. Jg., Heft 1, Seite 45-59.
- Werle, J. (2002): Epikur für Zeitgenossen. Ein Lesebuch. München.
- Wildfeuer, A. G. (2006): Freiheit. In: Düwell, M.; Hübenthal, Ch.; Werner, M.H. (hrsg.) (2006): Handbuch Ethik. Stuttgart, S. 358-366.

Lebenslauf mit Darstellung des Bildungswegs

Ich, Michael Leupold, geb. Lampert, wurde am 06.07.1969 in Würzburg/Deutschland geboren.

Nach 13jähriger Schulausbildung habe ich 1989 die Allgemeine Hochschulreife in Würzburg erworben.

Anschließend nahm ich das Studium im Fach „Philosophie“ an der Julius-Maximilians-Universität in Würzburg für 2 Semester auf. Danach nahm ich das Studium zum Sozialpädagogen im Studiengang „Sozialwesen“ an der Fachhochschule Würzburg-Schweinfurt-Aschaffenburg in Würzburg auf, das ich 1995 mit der Gesamtnote „gut bestanden“ und der Verleihung des akademischen Grads „Diplom-Sozialpädagoge (FH)“ abgeschlossen habe. Neben dem Studium an der Fachhochschule begann ich 1992 mit dem Studium im Fach „Religionsgeschichte“ an der Julius-Maximilians-Universität in Würzburg, 1994 wechselte ich wieder in das Fach „Philosophie“, das ich 1998 mit der Gesamtnote „sehr gut“ und der Verleihung des akademischen Grads „Magister Artium“ abgeschlossen habe.