Das Leben nicht auf später verschieben -

Kann Senecas Lehre uns aus den Zwängen der heutigen Geschäftigkeit befreien?

(De brevitate vitae, 3.4-5; 9.4; 10.3; 14.1; 18.1-2; 19.2)

Ein Vortrag von Susanna Gärtner

Endrunde des Certamen Carolinum 2020

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung
2. Inhalt der Textstellen
   2.1 Kritik: Das Leben wird verschoben. *(Brev. 3.4-5)*
   2.2 Kritik: Die Beschäftigten verlieren Zeit. *(Brev. 9.4; 10.3)*
   2.3 Lösung: Nur wer sich der Weisheit widmet, lebt. *(Brev. 14.1)*
   2.4 Appell und Versprechen: Philosophiere, dich erwartet Größeres! *(Brev. 18.1-2; 19.2)*
3. Sprachlich-stilistische Textanalyse
4. Einordnung der Gedanken Senecas in die stoische Lehre
   4.1 Ausrichtung des Lebens auf das Erreichen der sapientia
   4.2 Das Idealbild des Weisen
5. Senecas Lehre als Befreiung für uns?
   5.1 Wir als occupati
   5.2 Umsetzung der Lehre heute
6. Anhang
   6.1 Textstellen
   6.2 Eigene Übersetzung
   6.3 Literaturverzeichnis

1. Einleitung

„Das kann ich auch am Wochenende machen.“ oder „Wenn die Klausurenphase erst einmal vorbei ist, dann werde ich Zeit dafür haben.“ Wie oft habe ich mich schon bei solchen Aussagen ertappt. Unbewusst habe ich versucht, daraus Durchhaltevermögen zu schöpfen. „Es dauert ja nicht mehr lange“, habe ich gedacht. Tja, aber war das Wochenende oder das Ende der Klausurenphase erreicht, waren die alten Pläne längst schon wieder vergessen. Neue Aufgaben standen an – wieder habe ich meine Vorhaben verschoben. „Das Leben ist viel zu kurz für all das, was ich eigentlich machen möchte!“, habe ich gedacht. Im Nachhinein habe ich mich über dieses Aufschieben geärgert, konnte mein Verhalten aber dennoch nicht ändern. Dass ich aber kein Einzelfall bin, habe ich realisiert, als ich in meinem Alltag genauer auf dieses Phänomen geachtet habe. Und ich fragte mich: Ist es nicht möglich, die eigenen Aufgaben und Pflichten zu erfüllen UND zu leben? Durch einen Hinweis meines Philosophielehrers bin ich vor einiger Zeit auf „De brevitate vitae“ gestoßen. Ein Werk des stoischen Philosophen Lucius Annaeus Seneca, das Wissenschaftlern zufolge aus dem Jahr 49 oder 62 stammt. Es beschäftigt sich mit dem falschen und dem richtigen Umgang mit unserer Lebenszeit, sodass ich gehofft habe, dort Lösungen zu finden – sowohl für mich persönlich als auch für meine Mitmenschen. In meiner Teilnahme an der Endrunde des Certamen Carolinum habe ich dann die Chance gesehen, mich noch tiefgehender mit dem Werk zu beschäftigen. Während meiner Arbeit bin ich der Frage auf den Grund gegangen, ob Seneca uns mit seiner Lehre in „De brevitate vitae“ aus den Zwängen der heutigen Geschäftigkeit befreien kann, sodass wir unser Leben nicht auf später verschieben, sondern auch hier und jetzt wirklich und glücklich leben.

Worte zur Gliederung

Zu Beginn werde ich Senecas Gedanken zu unserer Lebenszeit anhand ausgewählter Passagen aus „De brevitate vitae“ darstellen. Thematisch sind die Passagen in vier Abschnitte gegliedert: Die ersten beiden beschäftigen sich mit Senecas Kritik an der falschen und damit zeitraubenden Lebensweise. Die entsprechenden Abschnitte sind aus den Kapiteln 3, 9 und 10 gewählt. Es folgt eine Passage aus Kapitel 14, in der Seneca das Streben nach Weisheit als Lösung für das Zeitproblem darstellt. Der letzte Abschnitt, zusammengesetzt aus Aussagen des 18. Und 19. Kapitels, enthält den Appell an den Adressaten, sich der Weisheit zu widmen und Senecas Versprechen, genau dadurch erfüllt und glücklich zu leben. Hierauf folgt die sprachlich-stilistische Analyse der Textpassagen und die Einordnung der Gedanken Senecas in seine allgemeine stoische Lehre. Hier werde ich genauer auf Senecas Gedanken, das Leben auf das Erreichen der sapientia auszurichten und das Idealbild des Weisen eingehen. Abschließend werde ich zur Ausgangsfrage, ob Senecas Lehre für uns eine Befreiung aus unserer Geschäftigkeit sein kann, zurückkommen und darstellen, inwiefern wir moderne „occupati“ sind und ob sich die Lehre für uns heute erfolgreich umsetzen lässt.

2. Inhalt der Textstellen

2.1 Kritik: Das Leben wird verschoben *(Brev. 3.4-5)*

In der Einleitung zu „De brevitate vitae“ sagt Seneca, dass es genau diese „Kürze des Lebens“ eigentlich nicht gibt, sondern dass die Menschen sich das Leben selbst verkürzen. Professor G. D. Williams schreibt in seinem Kommentar, dass Seneca damit die Zeit als Problem der Physik zu einem der Ethik macht. Seneca kritisiert im 3. Kapitel, dass die Betroffenen so leben, als ob sie ewig leben würden und nicht beachten, dass jeder Tag der letzte sein könnte. Stattdessen geben sie Zeit für andere Menschen oder Dinge hin. Sie würden ihre eigene Sterblichkeit ignorieren und ständig mit dem Gedanken leben, das wahre Leben ruhig auf die Zeit nach dem Dienst für Staat und Gesellschaft schieben zu können. Hier sieht Seneca das Problem, dass nicht bedacht wird, dass es keine Garantie für ein langes Leben gibt. Deshalb ist es in seinen Augen zu spät, erst in einem so hohen Alter mit dem richtigen Leben zu beginnen, dass der Tod es womöglich schon bald wieder beendet.

2.2 Kritik: Die Beschäftigten verlieren Zeit. *(Brev. 9.4; 10.3)*

Im 9. und 10. Kapitel stellt Seneca dar, welche Menschen seiner Meinung nach ein solches Leben führen und besonders vom Verlust ihrer Zeit betroffen sind: Die occupati, die Beschäftigten. Sie würden vom Alter überrascht werden, ohne erwachsen geworden zu sein und sich gedanklich darauf vorzubereitet zu haben, dass sich ihre Zeit dem Ende zuneigt. Zusätzlich sei es ihnen unangenehm, auf die Vergangenheit zurückzublicken. Denn dann würden sie erkennen, wie sehr sie sich zu einem falschen Gebrauch ihrer Zeit haben verleiten lassen.

2.3 Lösung: Nur wer sich der Weisheit widmet, lebt. *(Brev. 14.1)*

Im zweiten Teil seines Werkes zeigt Seneca auf, dass die Menschen ihm zufolge keine occupati sein müssen. Wie Williams schreibt, hätten sie laut Seneca eine Alternative und könnten die Kontrolle zurückgewinnen: So schreibt er im 14. Kapitel, dass die in Muße und damit glücklich leben können, die sich der Weisheit widmen. Zusätzlich sei es ihnen möglich, die Grenzen ihrer Lebenszeit zu überschreiten und in jede andere Zeit einzutauchen, indem sie sich mit den Lehren der Philosophen beschäftigen, die bereits gute Lebensweisen erarbeitet hätten.

2.4 Appell und Versprechen: Philosophiere, dich erwartet Größeres! *(Brev. 18.1-2; 19.2)*

Als letztes habe ich Passagen aus dem 18. und 19. Kapitel gewählt, in denen sich Seneca direkt an Paulinus, den Adressaten des Werkes wendet. Dieser war laut G. D. Williams vermutlich Senecas Schwiegervater und als praefectus annonae der Verwalter der staatlichen Getreideversorgung. Er fordert ihn auf, sich ins Privatleben zurückzuziehen. Hierbei solle er aber nicht tatenlos ruhen und sich auch nicht dem Schlaf oder von der Masse geliebten Vergnügen widmen. Stattdessen soll und wird

er Größeres finden, wenn er sich der Philosophie und somit der Weisheit widmet: Dazu zählen laut Seneca gute Wissenschaften, die Liebe zu und die Übung in Tugenden, das Vergessen der Leidenschaften, Wissen über Leben und Sterben und tiefe Ruhe.

3. Sprachlich-stilistische Textanalyse

Die eben vorgestellten Aussagen betont Seneca durch die Verwendung bestimmter Stilmittel und einer spezifischen Wortwahl. Ich werde nun im Folgenden eine Auswahl der von mir herausgearbeiteten sprachlichen und stilistischen Merkmale vorstellen:

Die Kritik am falschen Umgang mit der Zeit präsentiert Seneca mit einem vorwurfsvollen Ton. Deutlich wird das gleich zu Beginn durch die rhetorische Frage „Quid ergo est in causa?“. Mit dieser möchte er die Leser dazu bewegen, darüber nachzudenken, wieso sie eigentlich das Gefühl haben, zu wenig Lebenszeit zu besitzen, obwohl das laut Seneca tatsächlich nicht der Fall ist. Auf diese Frage antwortet er dann selbst mit einer Enumeratio bzw, einem Asyndeton: Er teilt den Hauptgrund, nämlich den verantwortungslosen Umgang mit unserer begrenzten Zeit, in drei Teilaspekte auf, die er hintereinander auflistet. Dadurch wirkt dieses Vergehen noch einmal gravierender. Sein kritischer Ton wird auch besonders durch die direkte Ansprache seiner Leserschaft betont. Das schreibt auch Williams in seinem Kommentar: Seneca verwendet sowohl die 2. P. Sg, um Paulinus anzusprechen, als auch die 2. P. Pl. In diesem Abschnitt wird erkennbar, dass Seneca eine allgemeine Kritik an all denen übt, die mit ihrer Lebenszeit falsch umgehen. Sie alle sollen sich angesprochen und zu einem Umdenken motiviert fühlen. Wie verantwortungslos und auch irrational die Haltung der Menschen zu ihrer Lebenszeit ist, betont Seneca durch einige Antithesen.

Zum Beispiel unterstreicht die Gegenüberstellungen von „semper victuri“ und „fragilitas“, dass die Menschen in Senecas Augen ihre eigene Sterblichkeit ignorieren, was ihnen letztendlich zum Verhängnis werden kann, wenn sie das wahre und glückliche Leben auf später verschieben. Die Exclamatio „Quam serum est tunc vivere incipere cum desinendum est!“ macht Senecas vorwurfsvolle Haltung besonders deutlich: Für ihn ist es vollkommen unverständlich, erst im hohen Alter mit dem Leben anzufangen, da die Menschen doch eigentlich um ihre Sterblichkeit wissen müssten.

Es folgt eine weitere rhetorische Frage „Num dubium est ergo quin prima quaeque optima dies fugiat mortalibus miseris, id est occupatis?“. Indem er fragt, ob es zweifelhaft ist, dass gerade die Beschäftigten am meisten Lebenszeit verlieren, zeigt er wie offensichtlich und selbsterklärend diese Annahme ist. Dass eben gerade diese Menschen betroffen sind, unterstreicht Seneca, indem er die „occupati“ ganz ans Ende der Frage stellt. Zur weiteren Erläuterung, nutzt er die Antithese „pueriles adhuc animos“ und „senectus“, sowie negativ konnotierte Begriffe („opprimit“,

„inparati“, „inermesque“) , die - wie auch Williams schreibt - die Idee eines militärischen Überfalls und der Machtlosigkeit kreieren: Das Alter dieser Menschen überfällt sie förmlich aus dem Hinterhalt, sie haben über ihre ständigen Beschäftigungen das Gefühl für ihre eigene Lebenszeit völlig verloren.

Diesen occupati stellt Seneca nun die gegenüber, die sich der Weisheit widmen. Nur diese würden tatsächlich in Muße bzw. überhaupt leben. Unterstrichen wird dies durch die Anapher „Soli…soli“. Laut Williams deutet diese Anapher auch darauf hin, dass diese Tätigkeit allein und zurückgezogen stattfindet. Welchen Vorteil diese haben, zeigt Seneca durch die Antithesen „suam aetatem“ und „omne aevum“ sowie „nullo interdictum est“ und „in omnia admittimur“: Sie können die Grenzen ihrer eigenen Lebenszeit überwinden und auch in andere eintauchen. Um die philosophischen Vordenker, die das möglich machten und den Weg zur richtigen und erfüllenden Lebensweise ebneten, zu loben, nutzt Seneca positiv konnotierte Begriffe wie „clarissimi“ „sacrarum opinionum“ und „res pulcherrimas“.

Im letzten Abschnitt richtet Seneca einen deutlichen Appell an Paulinus: Er solle sich von seiner Arbeit zurückziehen und sich der Weisheit widmen. Betont wird das durch die Imperative „Excerpe“ und „recede“ sowie den Vokativ „Pauline carissime“. Wie dieser Rückzug nicht aussehen soll, erklärt er mithilfe abwertender Formulierungen wie „somno“, „caris turbae voluptatibus“ oder mithilfe des laut Williams pejorativen Paar „segnem aut inertem“. Es soll eine ruhige, aber sinnvoll genutzte Zeit sein. Die Enumeratio positiver Begriffe wie „multum bonarum artium“ oder „alta rerum quies“ machen das Versprechen Senecas deutlich: Er sagt denen, die nach der sapientia streben, ein glückliches, erfülltes und ruhiges Leben ohne Zeitdruck oder Zeitmangel zu.

4. Einordnung der Gedanken Senecas in die stoische Lehre

4.1 Ausrichtung des Lebens auf das Erreichen der sapientia

Wenn ich jetzt zur Einordnung der Gedanken Senecas in die stoische Lehre komme, möchte ich diesen letzten Satz noch einmal aufgreifen und zusätzlich folgende Aussage aus dem 14. Kapitel hinzuziehen: „Soli omnium otiosi sunt qui sapientiae vacant, soli vivunt“. - Von allen leben allein die in Muße, die sich der Weisheit widmen, sie allein leben. Ich möchte nun im Folgenden genauer darauf eingehen, was Seneca darunter versteht, sich der Weisheit zu widmen und was hinter den Versprechen aus Kapitel 19 steckt.

Manfred Fuhrmann beschreibt die Stoa als Heilslehre, in der alles auf das Glück ausgerichtet ist. Den Schlüssel zum Glück sehen die Stoiker laut Christian Zitzl im Leben gemäß der Natur, was Leben gemäß der Vernunft bedeutet. Jeder Mensch habe Anteil an einer göttlichen Weltvernunft, die die Welt nach einem festen Plan lenkt. Diese ratio müsse im Laufe des Lebens noch zur recta ratio, also zur richtigen Einsicht, und damit zur virtus, der Tugend, ausgebildet werden. Der Weise, der sapiens, besäße diese wahre Erkenntnis und damit dann auch den Zugang zum glücklichen Leben. In Senecas Aussage, nur diejenigen würden in Muße oder

überhaupt leben, die sich der Weisheit widmeten, steckt also die Idee bzw. der Aufruf an die occupati, ihr Leben auf das Erreichen der sapientia auszurichten. Wie das gelingt, stellt Seneca in seinem 89. Brief der Epistulae morales ad Lucilium dar: Die Philosophie sei der Weg zur sapientia. Sie wiederum besteht laut Seneca aus den Disziplinen Ethik, Naturphilosophie und Logik, durch die man letztendlich zum Weisen werden könne.

4.2 Das Idealbild des Weisen

Den idealen Weisen deutet Seneca schon im 19. Kapitel an, wenn er Paulinus zur Beschäftigung mit der Philosophie aufruft, deren Ziel bekanntermaßen die sapientia ist. Hier heißt es wörtlich: „In dieser Art des Lebens erwarten dich eine Fülle guter Wissenschaften, die Liebe zu den Tugenden und Übung in ihnen, das Vergessen der Leidenschaften, das Wissen über Leben und Sterben, tiefe Ruhe aller Dingen.“ Ein sapiens hat der Stoa zufolge später die Fähigkeit, sich in seinem Leben von der recta ratio leiten zu lassen. Letztendlich wird er laut Max Pohlenz absolut unabhängig von der Außenwelt: All das an Erkenntnis, was er braucht, trägt er in sich, er kennt die Ordnung der Welt und akzeptiert sein Schicksal, er kann alle Affekte beseitigen. Er hat die Kontrolle über seine Zeit und ist sogar frei, sein Leben durch den Selbstmord eigenständig zu beenden. Die recta ratio führt also dazu, dass der Mensch glücklich ist, was, wie Zitzl sagt, in der Stoa bedeutet, inneren Frieden gefunden zu haben. Dieses Idealbild eines Stoikers als Fels in der Brandung ist uns auch heute im 21. Jahrhundert noch bekannt. Gregor Maurach ist der Meinung, dass „De brevitate vitae“ im Kern zeitlos ist und es Seneca dort um praktische Lebensregeln geht. Das führt zur Ausgangsfrage zurück: Kann Senecas Lehre uns aus den Zwängen der Geschäftigkeit befreien?

5. Senecas Lehre als Befreiung für uns?

5.1 Wir als occupati

Antworten auf die Frage, wie unsere allgemeine moderne Geschäftigkeit aussieht und was ihre Ursache ist, habe ich in Rebekka Reinhards Buch „Die Sinn-Diät“ gefunden. Sie beschreibt uns als „Generation Option“. Sie meint, dass wir heutzutage zahlreiche Möglichkeiten hätten, unser Leben zu gestalten – doch genau das sei der Kern des Problems: Wir Menschen würden mit der ständigen Sorge leben, uns für die falsche Option zu entscheiden und etwas zu verpassen. Dadurch verfallen wir in Hektik und Stress. Wir würden uns das perfekte Leben als Ziel setzen und uns das Leben anderer hierfür als Maßstab setzen. Dadurch würden wir uns vergleichen und uns von fremden Meinungen abhängig machen. Dieses Vergleichen kann vor allem am Arbeitsplatz erfolgen: So hat zum Beispiel eine repräsentative Umfrage der Krankenkasse provona BKK aus dem Jahr 2018 ergeben, dass sich 87 Prozent der Menschen von ihrer Arbeit gestresst fühlen. Zeitdruck, aber auch emotionaler Stress durch Wünsche der Kundschaft oder der Geschäftsleitung würden am stärksten belasten. Diese Erwartungen wollen wir Menschen aber erfüllen, um uns zu optimieren. Ein Zitat des dänischen Philosophen Sören Kierkegaard, das unsere

Situation zusammenfasst, lautet: „Der Vergleich ist das Ende des Glücks und der Anfang der Unzufriedenheit“. Wir sind also die modernen „occupati“, die die Kontrolle über ihre eigene Lebenszeit an die Mitmenschen, mit denen sie sich vergleichen, abgeben.

5.2 Umsetzung der Lehre heute

Wenn darin tatsächlich unser Kernproblem liegt, dann scheint es wirklich die Lösung zu sein, ein sapiens zu werden: Er ist unabhängig und verspürt inneren Frieden. Ich glaube, dass gerade dieser innere Frieden eigentlich das ist, wonach wir alle streben, wenn wir meinen, das perfekte Leben erreichen zu wollen. Leider suchen wir diesen Zustand oft in materiellen Dingen. Oder wir gehen davon aus, dass es uns besser gehen wird, sobald wir mehr Ansehen haben werden. Dass das aber womöglich gar nicht zum Glück führt, merken wir dann eben oft erst später, wenn wir uns „erlauben“ zu leben: Dann erkennen wir, welche Kraft und welche Zeit uns das ständige Vergleichen und der Perfektionismus geraubt haben. Genau hier sehe ich aber auch die Gefahr, wenn wir uns Senecas Lehre annehmen und mithilfe der Philosophie die sapientia anstreben würden, um unser Glück zu finden: Es kann sein, dass wir uns damit zwar ein neues Ziel setzen, aber sich an der Methode nichts ändert. Anstatt nun auf das perfekte Leben hinzuarbeiten, setzen wir an seine Stelle die in meinen Augen nur schwer erreichbare sapientia – und kämen womöglich in beiden Fällen nicht ans Ziel. Damit wäre das Problem also nicht gelöst. Und ich sehe noch ein zweites: Seneca ruft Paulinus auf, sein Amt niederzulegen und sich jetzt dem wahren „otium“ zu widmen, also zu philosophieren und sich auf den Weg zum sapiens zu machen. Was mir in „De brevitate vitae“ fehlt, ist eine Idee, wie sich das Leben in Staat und Gesellschaft mit dem otium vereinbaren lässt. Denn, wie Marion Giebel schreibt, fordern die Stoiker auch eine Tätigkeit im Staat und für die Mitmenschen. Aber dass Seneca das Streben nach sapientia nur für den Ruhestand vorsieht, würde seiner Forderung, das wahre Leben nicht zu verschieben, widersprechen.

Zieht man allerdings in Betracht, dass Seneca selbst im 16. Brief an Lucilius sagt, dass man auch schon auf dem Weg zur sapientia immer glücklicher werden kann, lässt sich durch die Lehre Senecas ein Lebensmodell für uns entwickeln, ohne dass ein weiterer Stressfaktor dazukommt. Mein Vorschlag für eine Verbindung dieser Leben wäre, sich den sapiens nicht als Ziel zu setzten, ihn sich aber als Vorbild zu nehmen, wenn es darum geht, die Kontrolle über das eigene Leben zurückzugewinnen. Einmal einen Schritt zurücktreten und sich selbst kritisch betrachten. Warum habe ich diese Option gewählt? Mache ich das gerade aus Überzeugung oder will ich nur im Vergleich zu anderen besser dastehen? Sollte ich mir etwas Zeit für mich nehmen? Ich bin zwar der Meinung, dass wir nicht die Freiheit haben, uns immer für oder gegen eine Handlung zu entscheiden, da wir zum Beispiel durch das Leben in einer Gemeinschaft oder die Hierarchie am Arbeitsplatz oder die eigenen familiäre oder finanzielle Situation in unseren Möglichkeiten eingeschränkt sind. Aber ich glaube, dass es dennoch einige Situationen gibt, in denen wir Entscheidungsfreiheit haben. Dann brauchen wir nur den Mut, tatsächlich eine Veränderung in Angriff zu nehmen, wenn uns die aktuelle Situation nicht glücklich

macht. Wenn wir uns unserer begrenzten Lebenszeit wieder bewusst geworden sind und die Macht über unser Glück nicht mehr in die Hände der anderen legen, dann können uns ganz neue Möglichkeiten offenstehen. Und selbst wenn bei dieser Selbstreflektion herauskommt, dass wir gerade nichts ändern können, weil wir eben doch in unseren Entscheidungen eingeschränkt sind: Vielleicht schaffen wir es trotzdem, uns für kurze Zeit in unsere Gedanken – ob philosophischer Art oder nicht – zurückzuziehen, neue Kraft oder neue Inspiration zu sammeln und uns unserer Ziele wieder bewusst zu werden, sodass wir gestärkt zu unserer Tätigkeit zurückkehren und so auch andere weiterbringen können.

6. Anhang

6.1 Textstellen

(De brevitate vitae, 3.4-5; 9.4; 10.3; 14.1; 18.1-2; 19.2)

Quid ergo est in causa? Tamquam semper victuri vivitis, numquam vobis fragilitas vestra succurrit, non observatis quantum iam temporis transierit; velut ex pleno et abundanti perditis, cum interim fortasse ille ipse qui alicui vel homini vel re donatur dies ultimus sit. Omnia tamquam mortales timetis, omnia tamquam inmortales concupiscitis. Audies plerosque dicentes : „ A quinquagesimo anno in otium secedam, sexagesimus me annus ab officiis dimittet.“ Et quem tandem longioris vitae praedem accipis ? (…) Quam serum est tunc vivere incipere cum desinendum est ! (…)

Num dubium est ergo quin prima quaeque optima dies fugiat mortalibus miseris, id est occupatis ? Quorum pueriles adhuc animos senectus opprimit, ad quam inparati inermesque perveniunt. (…) accedere eam cotidie non sentiebant. (…) Inviti itaque ad tempora male exacta animum revocant nec audent ea retemptare quorum vitia, etiam quae aliquo praesentis voluptatis lenocinio subripiebantur, retractando patescunt. (…)

Soli omnium otiosi sunt qui sapientiae vacant, soli vivunt ; nec enim suam tantum aetatem bene tuentur : omne aevum suo adiciunt (…) Nisi ingratissimi sumus, illi clarissimi sacrarum opinionum conditores nobis nati sunt, nobis vitam praeparaverunt. Ad res pulcherrimas ex tenebris ad lucem erutas alieno labore deducimur ; nullo nobis saeculo interdictum est, in omnia admittimur (…).

Excerpe itaque te vulgo, Pauline carissime, et in tranquilliorem portum (…) tandem recede. (…) Nec te ad segnem aut inertem quietem voco, non ut somno et caris turbae voluptatibus quidquid est in te indolis vividae, mergas: non est istud adquiescere; invenies maiora omnibus adhuc strenue tractatis operibus quae repositus et securus agites. (…) Nunc, dum calet sanguis, vigentibus ad meliora eundum est. Exspectat te in hoc genere vitae multum bonarum artium, amor virtutium atque usus, cupiditatium oblivio, vivendi ac moriendi scientia, alta rerum quies.

6.2 Eigene Übersetzung

Was also ist der Grund dafür? Ihr lebt (so), als ob ihr immer leben werdet, niemals kommt euch eure Hinfälligkeit in den Sinn, ihr beobachtet nicht, wie viel von der Zeit schon vorübergegangen ist; ihr verschwendet die Zeit, als ob sie zahlreich und im Überfluss vorhanden wäre, während jener Tag selbst, der entweder für irgendeinen Menschen oder eine Sache gegeben wird, unterdessen vielleicht der letzte sein könnte. Ihr fürchtet alles wie Sterbliche, ihr verlangt alles wie Unsterbliche. Du wirst die Meisten sagen hören: „Vom fünfzigsten Lebensjahr an werde ich mich ins Privatleben zurückziehen, das sechzigste Lebensjahr wird mich von den Pflichten entbinden.“ Und welchen Bürgen für ein ziemlich langes Leben nimmst du denn eigentlich wahr? (…) Wie spät ist es, dann mit dem Leben zu beginnen, wenn man es beenden muss! (…)

Ist es nun also zweifelhaft, dass den armen Sterblichen, das bedeutet den Beschäftigten, gerade der erste beste Tag entflieht? Deren noch kindliches Gemüt überfällt das Greisenalter, zu welchem sie unvorbereitet und ungerüstet gelangen. (…) Sie haben nicht gemerkt, dass es täglich näher kam. (…) Sie richten ihren Geist deshalb ungern auf schlecht zugebrachte Zeiten und sie wagen es nicht, diese Zeiten erneut zu behandeln, die sogar durch irgendeinen Reiz einer augenblicklichen Freude heimlich weggenommen wurden und die sich bei erneuter Betrachtung als Fehler derer zeigen. (…)

Von allen leben allein die in Muße, die sich der Weisheit widmen, sie allein leben; denn sie verteidigen nicht nur ihre Lebenszeit gut: Sie fügen ihrem jedes Zeithalter hinzu (…). Wenn wir nicht sehr undankbar sind, sind jene sehr berühmten Begründer der heiligen Meinungen für uns geboren, sie haben das Leben für uns vorbereitet. Wir werden zu sehr schönen Dingen geführt, die durch die Arbeit anderer aus der Finsternis ans Licht gebracht wurden; der Zugang zu keinem Zeitalter ist uns verboten, zu allen werden wir zugelassen. (…)

Entferne dich deshalb von der Masse, liebster Paulinus, und ziehe dich endlich in einen ziemlich ruhigen Hafen zurück (…). Und ich rufe dich nicht zur untätigen oder faulen Ruhe auf, sodass du nicht all das, was in dir von der angeborenen Lebhaftigkeit ist, im Schlaf und den geliebten Vergnügen der Masse versenkst: Dieses da bedeutet nicht, zur Ruhe zu kommen; du wirst Größeres finden als alle bisher tatkräftig erfüllten Aufgaben, das du zurückgezogen und ruhig betreiben wirst. (…) Nun, solange das Blut warm ist, müssen die Kräftigen nach Besserem streben. In dieser Art des Lebens erwarten dich eine Füller guter Wissenschaften, die Liebe zu den Tugenden und die Übungen in ihnen, das Vergessen der Leidenschaften, Wissen über Leben und Sterben, tiefe Ruhe aller Dinge.

6.3 Literaturverzeichnis

Primärtext(e) mit Quellenangabe:

L. Annaeus Seneca, De brevitate vitae, 3.4-5; 9.4; 10.3; 14.1; 18.1-2; 19.2

1. L. Annaeus Seneca, De brevitate vitae/ Von der Kürze des Lebens. Hg. v. Marion Giebel. Stuttgart 2018, S.14, 32, 34, 50, 62, 66.
2. Seneca, De otio. De brevitate vitae. Hg. v. G. D. Williams (Cambridge Greek and Latin Classics). New York 2008, S.46, 51-52, 57, 60-61.

Sekundärliteratur:

3. Fuhrmann, Manfred, Seneca und Kaiser Nero. Eine Biographie. Berlin 1997, S.56-57.
4. Giebel, Marion, L. Annaeus Seneca. De brevitate vitae/ Von der Kürze des Lebens. Stuttgart 2018, S.92.
5. Henneböhl, Rudolf, Seneca, philosophische Schriften – Lehrerkommentar. Hg. v. Rudolf Henneböhl (Latein kreativ. Lateinische Lektürebände mit kreativer Ausrichtung 4). Bad Driburg 2016, S.83-84, 98-100.
6. Maurach, Gregor, Seneca. Leben und Werk. Darmstadt 1991, S.115-116.
7. Micha, Alexander, Senecas „De brevitate vitae“ und „De otio“. Eine Textauswahl. Hg. v. Hubert Müller (clara. Kurze lateinische Texte 24). Göttingen 2012, S.29.
8. Reinhard, Rebekka, Die Sinn-Diät. Warum wir schon alles haben, was wir brauchen – Philosophische Rezepte für ein erfülltes Leben. München [4] 2011, S.13-21.
9. Williams, G. D., Seneca. De otio, De brevitate vitae (Cambridge Greek and Latin Classics). New York 2008, S. 2, 19-23, 27, 134, 173, 211, 237.
10. Zitzl, Christian, Lebensziel Glück. Philosophieren mit Seneca und Cicero. Hg. v. Stefan Kipf, Michael Lobe (Sammlung ratio 5). Bamberg [2]2016, S. 9, 87-88.

Internetdokumente:

11. Rosendahl, Ulrich, Studie: 87 Prozent der Menschen in Deutschland sind gestresst. Jeder Zweite glaubt, von Burn-out bedroht zu sein, in: presseportal. Leverkusen 2018. URL: https://www.presseportal.de/pm/119123/3912240 (abgerufen am 27.10.2020).