

---

Jochen Sautermeister

## Was ist Lebenskunst?

Aktualität – Anliegen – Bedeutung

- ◆ In erstaunlichem Maße hat in jüngster Zeit die Produktion von so genannter Ratgeber-Literatur zugenommen. Darum stellt sich die Frage, ob, und wenn ja, warum denn das Leben heutzutage so kompliziert geworden ist, dass Entscheidungs- und Orientierungshilfen in so breitem Umfang angeboten werden müssen. Ist es der Rückgang allgemein gültiger Normen, der verstärkte Wunsch, das Leben selbst in die Hand zu nehmen, oder die immer weniger durchschaubare Technisierung des Lebens? Umsichtig antwortet der Autor auf diese Fragen und zeigt dabei interessante Perspektiven aus christlicher Sicht auf. (Redaktion)

### 1 Lebenskunst zwischen Coaching und Kochkurs

Sein Leben richtig führen zu können, scheint nicht mehr selbstverständlich zu sein. Ein Blick in die Fernsehprogramme zeigt, wo überall Fachleute gefragt sind: Lebensberatung, Erziehungsberatung, Ernährungsberatung, Schuldnerberatung, Moralerziehung, Rechtsberatung, Kochkurse usw. – ganz zu schweigen von den zahlreichen Talkshows, in denen alle möglichen Themen von Beziehungsgestaltung über Lebenseinstellungen bis hin zu asozialen Neigungen diskutiert bzw. vorgeführt werden. Dies ausschließlich als Antwort auf die Interessen eines voyeuristischen Publikums zu deuten, greift zu kurz. Denn es gibt weitere Hinweise dafür, dass der Orientierungsbedarf für die alltägliche Lebensgestaltung gewachsen ist: So ist die Anzahl an veröffentlichten Ratgebern, Selbstmanagement- und Lebenshilfebüchern erheblich angestiegen und viele Zeitschriften und Magazine haben das Thema

Lebenskunst in seinen unterschiedlichen Facetten entdeckt. Weniger im Lichte der breiten Öffentlichkeit – aber dennoch sichtbar – weisen neue Berufszweige wie Coaching oder Supervision auf das gestiegene Bewusstsein und das Erfordernis hin, professionelles Handeln zu verbessern und damit den beruflichen Anforderungen zu genügen. Zudem zeigen die unterschiedlichsten Anliegen und Probleme, die in Psychotherapien, psychologischen und sozialpädagogischen Beratungen besprochen und behandelt werden, dass Lebensführungskompetenz eine Aufgabe ist, die einem nicht in den Schoss fällt und die heute mehr denn je von Nöten ist. Dies bestätigen die vielen Erfahrungen, die Tag für Tag im schulischen Alltag und in der pastoralen Praxis gemacht werden.

Vor diesem Hintergrund wird verständlich, weshalb Lebensgestaltung zunehmend mit einer besonderen Fähigkeit in Verbindung gebracht wird: mit der Lebenskunst oder der Lebenskönnerschaft. Noch im Jahr 1973 hat der Philosoph Wil-

helm Kamlah in seinen Erörterungen zur Lebenskunst bemerkt, die bewusste und reflektierte Frage, wie man leben kann, sei zwar im alltäglichen Bewusstsein nicht weit verbreitet, jedoch im Alltag sehr präsent.<sup>1</sup> Dennoch würden, so Kamlah, gerade in Literatur, Theater, Fernsehen und insbesondere in der Werbung zahlreiche Antworten für das ganz normale alltägliche Leben angeboten, „die uns dem gelingenden Leben näher bringen sollen“<sup>2</sup>. Die Frage nach dem Leben-Können ist nämlich für Kamlah mit der Frage nach dem gelingenden und erfüllten Leben identisch. Wenn der Einzelne sich also mit dieser Frage, sei es im Kleinen etwa bei der Zahnpasta-Wahl oder im Großen bei der Berufswahl, auseinandersetzt, so ist er bereits vielfältigen und mitunter divergierenden Angeboten ausgesetzt, die von der bewusst eingeholten und auf persönliche Anliegen ausgerichteten Beratung und Lebenshilfe zu unterscheiden sind.

Das Spektrum, das mit dem Begriff „Lebenskunst“ verbunden wird, ist groß; verschiedene Konnotationen gehen damit einher. So haben manche die Vorstellung eines Überlebenskünstlers, der sich trotz aller widrigen Umstände immer wieder irgendwie durchs Leben bringt. Andere denken an eine Person, die das Leben auf be-

sondere Weise auszukosten weiß und sich auf feinste und vielfältigste Genüsse versteht, oder an einen Virtuosen des Lebensstils und der Lebensqualität oder an einen Menschen des Anstands und Taks im Sinne der französischen Tradition des *Savoir-vivre*.<sup>3</sup> „Für den gegenwärtigen Status von Lebenskunst sind also extrem differente Positionen zu bestimmen: Lebenskunst als Anpassung an Norm und Konvention, Lebenskunst als Widerstand gegen Norm und Konvention.“<sup>4</sup> Aber auch: Lebenskunst als hedonistische Ausrichtung auf eine sinnliche Lebensqualität und Lebenskunst als ein reflektiertes und bewusstes Verstehen auf das richtige und gute Leben. Letzteres betrachtet sich als eine Lebenskunst, die sich u.a. dem Anliegen der antiken Tradition der *ars vivendi* verpflichtet weiß, wie sie bis ins Mittelalter für Theologie und Philosophie maßgeblich gewesen ist.<sup>5</sup> Dabei ging es um die Frage nach dem guten Leben bzw. nach dem Glück und darum, wie der Einzelne seine Persönlichkeit bilden und sein Leben gestalten muss, um dieses Ziel zu erlangen. Verschiedene Gründe haben dazu geführt, dass diese Themen in der neuzeitlichen Ethik und Moralphilosophie zunehmend in den Hintergrund getreten sind,<sup>6</sup> andernorts jedoch

<sup>1</sup> Wilhelm Kamlah, Philosophische Anthropologie. Sprachkritische Grundlegung und Ethik, Mannheim–Wien–Zürich 1973, 145f.

<sup>2</sup> Ebd., 147.

<sup>3</sup> Vgl. Hans Krämer, Plädoyer für eine Philosophie der Lebenskunst, in: Information Philosophie (1988) H. 3, 5–17, bes. 5, Christoph Horn, Antike Lebenskunst. Glück und Moral von Sokrates bis zu den Neuplatonikern, München 1998, 9 sowie Wilhelm Schmid, Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst. Die Frage nach dem Grund und die Neubegründung der Ethik bei Foucault, Frankfurt a. M. 2000, 20–25.

<sup>4</sup> W. Schmid, Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst (s. Anm. 3), 23f.

<sup>5</sup> Vgl. Wilhelm Schmid, Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung, Frankfurt a. M. 1998, 27–38 sowie Ch. Horn, Antike Lebenskunst (s. Anm. 3), bes. 233–244.

<sup>6</sup> Vgl. Otfried Höffe, Lebenskunst und Moral. Oder: Macht Tugend glücklich?, München 2007, 95–97.

aufgegriffen wurden. Erst im letzten Viertel des 20. Jahrhunderts wurden die Fragen nach dem guten Leben<sup>7</sup> und nach einer reflektierten Lebenskunst wieder als Thema der Philosophie entdeckt.

## 2 Aktualität und Resonanz einer reflektierten Lebenskunst

Die Aktualität der Lebenskunstthematik und die breite Resonanz, die sie hervorruft, lassen sich auf mehrere Gründe zurückführen. Mit ihnen kann erklärt werden, weshalb sie solche Aufmerksamkeit erfährt und warum ein unvermittelter Rückgriff auf antike Lebenskunst-Traditionen nicht mehr möglich ist, um weithin überzeugende Antworten auf die spezifische Problematik heutiger Lebensführung zu erhalten.<sup>8</sup>

(1) Ein erster Grund ist die Infragestellung kollektiver Normen. Diese haben einerseits das Potenzial, menschliches Handeln zu koordinieren und zu stabilisieren. Denn sie geben vor, wie man sich je nach Situation zu verhalten hat, und implizieren, was erstrebenswert ist. In diesem Sinne können sie menschliche Praxis entlasten. Andererseits können sie auch als einschränkend erlebt und somit zur Belas-

tung für die Lebensgestaltung werden. Das ist dann der Fall, wenn ihre Sinnhaftigkeit nicht mehr als gegeben erachtet wird und es nicht mehr ausreicht, die Geltung von Normen durch den Verweis auf eine äußere Autorität zu begründen, sei es Gott, einen König, die Natur usw. Verstärkt wird die Abschwächung normativer Verbindlichkeiten dadurch, dass die Pluralität an Wertvorstellungen und Normen zunehmend bewusst erlebt wird und sich die Frage nach dem, was wirklich richtig und gut ist, verschärft.

(2) Der Geltungsschwund tradierter kollektiver Normen geht mit einem zunehmenden Selbstbewusstsein des Menschen einher, kraft seiner praktischen Vernunft humane und sinnvolle Regelungen für sein Handeln zu finden. „Diese sittliche Selbstbestimmung des Menschen wird in der Neuzeit zum programmatischen Normalfall.“<sup>9</sup> Grundorientierungen menschlichen Miteinanders lassen sich nur noch legitimieren, wenn sie der Autorität praktischer Vernunft entstammen. Ob soziale Normen eine verbindliche sittliche Qualität für den Einzelnen haben, hängt letztlich davon ab, ob sie vor seinem Gewissen und seinem Vernunfturteil bestehen können. Entsprechend dem abendländischen Selbstverständnis des Menschen ist er *sittliches Subjekt*.

<sup>7</sup> Vgl. *Holmer Steinfath* (Hg.), *Was ist ein gutes Leben? Philosophische Reflexionen*, Frankfurt a. M. 1998; *Joachim Schummer* (Hg.), *Glück und Ethik*, Würzburg 1998; *Arnd Pollmann*, *Gut in Form. Die neuere Debatte um eine Philosophie des „guten Lebens“ im Überblick*, in: *Deutsche Zeitschrift für Philosophie* 47 (1999), 673–691; *Volker Caysa*, *Aktuelle deutschsprachige Konzeptionen einer Philosophie der Lebenskunst*, in: *Information Philosophie* (2000) H. 5, 22–29 sowie *Josef M. Wehrle* (Hg.), *Klassiker der philosophischen Lebenskunst. Von der Antike bis zur Gegenwart*, München 2003.

<sup>8</sup> Vgl. *Wolfgang Göbel*, *Olkzidentale Zeit. Die Subjektgeltung des Menschen im Praktischen nach der Entfaltungslogik unserer Geschichte*, Fribourg–Freiburg i. Br. 1996.

<sup>9</sup> *Wolfgang Göbel*, *Verortung. Zur Dringlichkeit ethischer Reflexion*, in: *Gerfried W. Hunold / Thomas Laubach / Andreas Greis* (Hg.), *Theologische Ethik. Ein Werkbuch*, Tübingen–Basel 2000, 12–24, 17.

(3) Dass der Einzelne den Anspruch, sein Leben selbstverantwortlich zu gestalten, immer stärker erlebt, hängt mit der *Modernisierung* als funktionalem Differenzierungsprozess von Gesellschaft zusammen.<sup>10</sup> Demnach bilden sich voneinander unabhängige Systeme innerhalb der Gesellschaft aus, etwa Wirtschaft, Bildung, Politik, Religion, die jeweils nach eigenen Binnenlogiken funktionieren und mit spezifischen Erwartungen an die darin agierenden Personen einhergehen. Dem Einzelnen obliegt es, die zum Teil heterogenen oder gar widersprüchlichen Anforderungen in einen persönlichen Lebensentwurf und in den Alltag zu integrieren, um sich als einheitliche Identität erfahren zu können. So wird „für die Mitglieder moderner Gesellschaften die Handlungsorientierung zu einem allgemeinen Problem“<sup>11</sup>, weil es keine übergreifende, die gesellschaftlichen Prozesse koordinierende Sinneinheit mehr gibt.

(4) Modernisierungsprozesse fördern den Prozess der *Individualisierung*<sup>12</sup>. In dem „das Individuum zentraler Bezugs- punkt für sich selbst und die Gesellschaft wird“<sup>13</sup>, kommt ihm nicht nur die persön-

liche Last der biografischen Synthese zu, sondern es erhält – bei gegebenen sozialen, psychischen und materiellen Ressourcen<sup>14</sup> – auch bis dahin unbekannte Möglichkeiten einer individuellen Lebensgestaltung und Selbstdentfaltung,<sup>15</sup> wobei der Einzelne auch das Risiko seines Scheiterns selbst zu tragen hat.<sup>16</sup> Was einsteils Stärkung der Eigenverantwortlichkeit bedeutet, kann andernteils zu einer hedonistischen Fokussierung oder Zentrierung auf das eigene Ich führen, was die soziale Dimension von Verantwortung schwächt oder sogar ignoriert.

(5) Schließlich sind die Entwicklungen von *Wissenschaft und Technik* in der Moderne zu nennen. Das, was möglich ist, wird zunehmend unüberschaubar. Die Chancen und Gefahren, bis hin zur Vernichtung der Menschheit, führen zu völlig neuen moralischen Problemen, die mit der ethischen Tradition allein nicht mehr angemessen beantwortet werden können.<sup>17</sup> Auch das Alltagsleben hat sich dramatisch verändert; die Entwicklungen der Kommunikationstechnologien und der Mobilität<sup>18</sup> mit ihrer Beschleunigungsdynamik

<sup>10</sup> Vgl. Christof Breitsameter, Identität und Moral in der modernen Gesellschaft. Theologische Ethik und Sozialwissenschaften im interdisziplinären Gespräch, Paderborn 2003, 95–107.

<sup>11</sup> W. Göbel, Verortung (s. Anm. 9), 20.

<sup>12</sup> Das Phänomen und die Diagnose „Individualisierung“ lassen sich in verschiedenen Hinsichten analysieren, vgl. Matthias Junge, Individualisierung, Frankfurt–New York 2002.

<sup>13</sup> Ebd., 5.

<sup>14</sup> Vgl. Heiner Keupp, Identitätsarbeit als Lebenskunst – Eine Perspektive für die psychosoziale Beratung, in: Frank Nestmann / Frank Engel (Hg.), Die Zukunft der Beratung, Tübingen 2002, 51–78.

<sup>15</sup> Vgl. Peter Gross, Die Multioptionsgesellschaft, Frankfurt a. M. 1994.

<sup>16</sup> Vgl. Ulrich Beck, Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne, Frankfurt a. M. 1986.

<sup>17</sup> Vgl. Konrad Hilpert, Spannungsvolles Terrain. Moraltheologie im Kreuzungsbereich theologischen Denkens, in: Herder-Korrespondenz Spezial – Glauben denken (Februar 2008), 41–44.

<sup>18</sup> Dies hat auch erhebliche Auswirkung auf die Flexibilitätsanforderungen an die Lebensführung der Einzelnen; vgl. Richard Sennett, Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus, München 2000.

etwa strukturieren das Leben des Einzelnen sowie die kollektive Lebensführung um.<sup>19</sup> Die fortschreitende Erforschung des Menschen von einer kulturwissenschaftlichen Perspektive bis hinab auf die molekulärbiologische Ebene eröffnet zudem nicht nur die Möglichkeiten der Manipulation der Person, sondern bedroht sogar das Selbstverständnis des Menschen als Subjekt. Verstärkt drängt sich daher die Frage auf, was die Menschheit wirklich will und was human sinnvoll ist angesichts all dessen, was sie tatsächlich tun könnte.<sup>20</sup>

Das Individuum bewegt sich also im Spannungsfeld von Abschwächung normativer Verbindlichkeiten und der Notwendigkeit kollektiver Verständigung und Orientierung, um ein friedliches Zusammenleben zu ermöglichen und um vom Menschen selbst verursachte, die menschliche Existenz bedrohende Gefahren zu vermeiden; gestiegene Wahl- und Gestaltungsmöglichkeiten stehen der Manipulierbarkeit, „Entzauberung“ und Entfremdung gegenüber; Autonomie und Selbstbestimmung bedrohen die soziale Verantwortlichkeit. Die genannten Aspekte konturieren den ambivalenten Charakter der Gegenwart und erklären die Verunsicherungen hinsichtlich der konkreten individuellen und kollektiven Lebensgestaltung, wobei

der Druck der richtigen Entscheidung letztlich auf jedem Einzelnen lastet. Angesichts dieser drängenden Fragen steht die reflektierte Lebenskunst für einen bestimmten Antworttypus, mit dem die Hoffnung verknüpft wird, Lebenshilfe und Orientierung zu finden.

### 3 Philosophie der Lebenskunst

Philosophie der Lebenskunst lässt sich als ein „Symptom des Unbehagens an der Moralphilosophie der Moderne“<sup>21</sup> deuten, die nicht in der Lage ist, konkrete Lebenshilfe zu geben. Dagegen scheint gerade das Anliegen der Lebenskunst, „anzuleiten zur rechten Lebensführung und zur Gestaltung des Lebens“<sup>22</sup>, zu den praktischen Herausforderungen der Gegenwart zu passen. Denn sie will durch einen konkreten Lebensbezug, eine Phänomennähe und eine theoretische Vergewisserung die bewusste und reflektierte Lebensführung unterstützen.<sup>23</sup> Trotz verschiedener Differenzen, die zwischen einzelnen Ansätzen einer reflektierten Lebenskunst bestehen, ja die sogar so weit gehen, dass manche den Begriff selbst problematisieren und für ihr Konzept ablehnen,<sup>24</sup> erweist es sich als sinnvoll, den Begriff „Lebenskunst“ einem

<sup>19</sup> Vgl. Hartmut Rosa, Die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne, Frankfurt a. M. 2005.

<sup>20</sup> Vgl. Gerfried W. Hunold, Ethik in einer sich verändernden Welt, in: Theologische Quartalschrift 166 (1986), 1–7, bes. 2.

<sup>21</sup> Wolfgang Kersting / Claus Langbehn, Vorwort, in: Dies. (Hg.), Kritik der Lebenskunst, Frankfurt a. M. 2007, 7–9, 8; vgl. Wilhelm Schmid, Die Wiederentdeckung der Lebenskunst, in: Ders. (Hg.), Leben und Lebenskunst am Beginn des 21. Jahrhunderts, München 2005, 13–24, 14.

<sup>22</sup> W. Schmid, Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst (s. Anm. 3), 19.

<sup>23</sup> Vgl. Herbert Kessler, Philosophie als Lebenskunst, Sankt Augustin 1998, bes. 301–314.

<sup>24</sup> Vgl. Hans Krämer, Integrative Ethik, Frankfurt a. M. 1995, 185. Zur Kritik des Begriffs Lebenskunst vgl. Thomas Laubach, Lebensführung. Annäherungen an einen ethischen Grundbegriff, Frankfurt a. M. 1999, 79f.

Überblick zugrunde zu legen. Denn mit ihm lassen sich das Grundanliegen, die strukturellen Gemeinsamkeiten und zentrale Themen verdeutlichen.<sup>25</sup>

Die Vorstellung von der Freiheit des Menschen ist für die reflektierte Lebenskunst leitend.<sup>26</sup> Es geht darum, die Fähigkeit des Individuums zu stärken, sein Leben eigenverantwortlich und selbstbestimmt zu führen. Lebenskunstkonzepte betrachten den Einzelnen nicht einfach als Repräsentanten der Gattung Mensch, woraus allgemeine Vorgaben für die Lebensgestaltung im Sinne naturrechtlicher oder teleologischer Bestimmungen abgeleitet werden könnten, sondern sie sehen ihn vornehmlich in seiner je eigenen Individualität. Sie empfehlen ihm – ohne normativ vorschreiben zu wollen –, „sich seines besonderen Lebens, seiner existentiellen Einmaligkeit bewußt zu sein und aus diesem Wissen heraus sein Leben in Besitz zu nehmen und zu gestalten“<sup>27</sup>. Was als triviales Pathos eines anthropologischen Existenzialismus (ab-)qualifiziert werden könnte,<sup>28</sup> lässt sich aus einem anderen Blickwinkel als konsequenter Versuch deuten, mit dem Gedanken der Autonomie individuierter Subjekte in praktischer und theoretischer Absicht ernst zu machen. Lebenskunst geht es nämlich um die authentische, kom-

petente und im Bewusstsein sozialer Verantwortung gelebte Selbstbestimmung von Individuen mit ihrer je eigenen Biografie und je eigenen bio-psychischen Bedürfnissen, Neigungen, Ängsten, Interessen und Wünschen.

Lebenskunst intendiert also, (1) dass Individuen wieder Orientierung finden, (2) dass die gewonnenen Einsichten auch praktisch im Handeln umgesetzt werden können und (3) dass Individualität und Sozialität miteinander vermittelt werden, damit ein Zusammenleben möglich ist.<sup>29</sup> Das beinhaltet schließlich (4), dass die Lebensbedingungen im Dienste einer guten und gelingenden Lebensführung gestaltet werden und dass mit den Lebensgrundlagen entsprechend achtsam umgegangen wird. Das Anliegen ist folglich integrativ, indem es Fragen des Erkennens, der Motivation und Lebbarkeit, der Moral und eines sozialethischen und ökologischen Verantwortungsbewusstseins berücksichtigt. Dabei gilt durchgängig der Anspruch der Selbstverpflichtung anstatt eines heteronomen Drucks auf den Einzelnen. Der Geltungsgrund für orientierende Maßstäbe und konkrete Entscheidungen soll im Subjekt selbst liegen – und zwar nicht nur, weil Autonomie als Handlungsprinzip anerkannt wird, sondern auch aus der

<sup>25</sup> Einen differenzierenden Überblick geben *Christoph Horn*, Wie hätte eine Philosophie des gelingenden Lebens unter Gegenwartsbedingungen auszusehen?, in: Allgemeine Zeitschrift für Philosophie 25 (2000), 323–345 sowie *Wolfgang Kersting / Claus Langbehn* (Hg.), Kritik der Lebenskunst, Frankfurt a. M. 2007.

<sup>26</sup> Vgl. *Volker Caysa*, Was ist Lebenskunst? Ein Gespräch mit Volker Caysa, in: Information Philosophie (2000) H. 5, 30–32.

<sup>27</sup> *Wolfgang Kersting*, Einleitung: Die Gegenwart der Lebenskunst, in: *Ders. / Claus Langbehn* (Hg.), Kritik der Lebenskunst, Frankfurt a. M. 2007, 10–88, 10.

<sup>28</sup> Vgl. ebd., 10.

<sup>29</sup> Neben dem Ansatz von Wilhelm Schmid ist hier *Rainer Martens*, Lebenskunst, München 1993 zu nennen, der Lebenskunst vor allem als „Kunst der Lebensteilung“ (13) mit Anderen versteht; siehe auch *Guido Löhrer / Christian Strub / Hartmut Westermann* (Hg.), Philosophische Anthropologie und Lebenskunst. Rainer Marten in der Diskussion, München 2005.

Einsicht heraus, dass eine Person nur das handelnd realisiert, was für sie subjektiv bedeutsam ist. Einer reflektierten Lebenskunst geht es also um eine Synthese von Ethik und Moralpsychologie, von Erkenntnis und Motivation. Darüber hinaus erachtet sie es als nötig, die Realisationsbedingungen und die Voraussetzungen der Lebbarkeit und Sinnhaftigkeit von Interessen im größeren biografischen, sozialen, kulturellen und ökologischen Kontext zu beachten.

Der Begriff Lebenskunst bzw. die Wendung „Ästhetik der Existenz“ (Michel Foucault)<sup>30</sup> verdeutlichen, dass es sich nicht nur um eine Vorstellung der Fertigkeit und des Könnens im Sinne des Know-how handelt. Denn die Interpretation des Lebens als Kunstwerk beinhaltet konstitutiv auch eine ästhetische Dimension, die mit dem modernen Verständnis einer reflektierten Lebenskunst einhergeht. Dieser Aspekt ist insofern zentral, als dem Schönen der Gehalt des Bejahens- und Erstrebenswerten innewohnt. Es ist evident, dass jemand dasjenige, was er schön findet, auch affirmt. Der Einzelne ist intrinsisch motiviert, das schöne Leben im Sinne eines für ihn persönlich bejahenswerten Lebens zu verwirklichen. Es liegt also in seinem Eigeninteresse und muss nicht von außen verpflichtend angeordnet werden – was auch für das Normativitätsverständnis der Lebenskunst nicht legitim wäre. Die wesentliche Quelle der persönlichen Normativität resultiert damit aus der Ästhetik der Existenz und gerade nicht aus wesensanthropologischen, naturrechtlichen oder teleologischen Vorgaben. So bleibt für den

Einzelnen zu klären, wie das schöne Leben einerseits erkannt und andererseits realisiert werden kann. Es geht also um die Fragen der (Selbst-) Erkenntnis und der (Selbst-) Wirksamkeit angesichts der Lebensbedingungen und Lebensgrundlagen, damit nicht Selbstdäuschung und unrealistische Einschätzungen eine kluge Lebensführung beeinträchtigen.

Die Zielgestalt gelingenden Lebens, das schöne Leben, stellt sich jedoch nicht von selbst ein. Vielmehr bedarf es neben der Ausbildung praktischer Kompetenzen und der Klugheit, um die äußere Realität sowie ihre Möglichkeiten und Erfordernisse erfassen zu können, auch der Persönlichkeitsbildung, um die eigenen blinden Flecken, neurotischen Verzerrungen und Ängste erkennen und bearbeiten zu können. So wird man sich nicht nur seiner Motive bewusster, sondern ist auch eher in der Lage, sich selbst und die Anforderungen, Grenzen und Möglichkeiten der Welt und Umwelt adäquat wahrnehmen zu können. Dafür bedarf es nach Schmid, dem derzeit prominentesten Vertreter philosophischer Lebenskunst, „Sensibilität und Gespür, Reflexivität und Urteilskraft, auf deren Grundlage die Wahl in einer reflektierten Lebenskunst getroffen wird“<sup>31</sup>. Im Begriff der Klugheit fließen kognitive und sensitive Fähigkeiten zusammen:<sup>32</sup> (1) Klugheit setzt beim Eigeninteresse des Individuums an, das die Person (2) in ein aufgeklärtes Eigeninteresse transformiert, um es überlegt und sensibel zu verfolgen. Was gut für einen ist, wird im Zusammenhang gesehen. Dazu bedarf es der Rücksicht, der Umsicht und der Voraussicht. (3)

<sup>30</sup> Zur kritischen Auseinandersetzung mit Foucaults Begriff der „Ästhetik der Existenz“ vgl. *Pierre Hadot, Philosophie als Lebensform. Geistige Übungen in der Antike*, Berlin 1991, 179–181.

<sup>31</sup> W. Schmid, *Philosophie der Lebenskunst* (s. Anm. 5), 221.

<sup>32</sup> Vgl. ebd., 221–230.

Aus der Voraussicht leitet sich das Selbsterhaltungsprinzip der Klugheit ab, nämlich auf die Zusammenhänge, in denen man lebt, und auf die Möglichkeiten, über die man verfügt, zu achten. (4) Die Einsicht in das Angewiesensein auf andere und die Allgemeinheit führt zum Umkehrgebot der Klugheit als Grundsatz der Reziprozität, wie er etwa in der Goldenen Regel gefasst ist. (5) In Korrespondenz dazu steht das Überheblichkeitsverbot der Klugheit. (6) Das Element der konzentrischen Kreise besagt, dass Wahlakte und Handlungen unter dem Anspruch stehen, „auch im weiteren und entfernteren Sinne die Interessen Anderer und die Auswirkungen des eigenen Handelns auf Andere und die

Allgemeinheit mit zu bedenken“<sup>33</sup>. (7) Um in diesem komplexen Feld von Interessen und Ansprüchen den Besonderheiten von Individuen und Situationen Rechnung zu tragen, ist die Klugheit von Nöten, um das richtige Maß zu finden.

Wenn Lebenskunst Orientierungshilfe geben will, stellt sich die Frage, wie dies neben Klugheitserwägungen geschehen kann. Entsprechend ihrem Selbstverständnis kann nur der Einzelne über Sinn oder Sinnlosigkeit und über die Gestalt seines Lebens, die sogenannte Lebensform,<sup>34</sup> befinden. Aus einer reflektierten Selbstdistanzierung heraus soll der Einzelne vernünftige Einzelentscheidungen treffen, die in einen biografischen Gesamtentwurf eingebettet sein sollen, was den Grad an Selbstbestimmung erhöht. Die konkrete Lebensform, welche sich durch eine bestimmte Zielbestimmung des Lebens auszeichnet, enthält neben einem „Ensemble von Praktiken und Orientierungen“<sup>35</sup> die reflexive Einbeziehung der Vorstellung eines bestimmten Lebenssinns. „Die Lebenskunst lässt sich von daher als das Gesamtinventar jener Wegmarken, Instrumente und Fertigkeiten begreifen, das der Mensch innerhalb einer Lebensform zur Unterstützung seiner persönlichen Glücksuche erlangen kann.“<sup>36</sup> Wenn die Wahl der Lebensform jedoch selbst eine fundamentale Lebensentscheidung ist, lässt sich diese nur hermeneutisch erschließen. Insofern das Leben nämlich in seiner Fülle objektives Material für eine Sinngebung

#### Weiterführende Literatur:

*Wilhelm Schmid*, Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung, Frankfurt a. M. 1998 – derzeit populärstes Werk zur Philosophie der Lebenskunst im deutschsprachigen Raum; sehr verständlich; umfangreich, beinahe kompendienhaft; beeinflusst die fachliche Diskussion maßgeblich; regt zum weiteren Nachdenken an.

*Christoph Horn*, Antike Lebenskunst. Glück und Moral von Sokrates bis zu den Neuplatonikern, München 1998 – beste Einführung in antike Lebenskunst; sehr klar, verständlich und kompetent; mit Überblick zu modernen Lebenskunstkonzepten und Vergleich mit antiken Modellen.

<sup>33</sup> Ebd., 226.

<sup>34</sup> Vgl. *Gernot Böhme*, Weltweisheit, Lebensform, Wissenschaft. Eine Einführung in die Philosophie, Frankfurt a. M. 1994, bes. 147–212.

<sup>35</sup> *Lutz Wingert*, Gemeinsinn und Moral, Frankfurt a. M. 1993, 174.

<sup>36</sup> *Urs Thurnherr*, Philosophie und Lebenskunst, in: Zeitschrift Didaktik, Philosophie, Ethik 26 (2004), 5–12, 8.

bereitstellt, mit dem und innerhalb dessen das Subjekt sich selbst und die Welt deutet, ist Sinnfindung und Sinngebung ein subjektiv-objektiver Prozess, der letztlich eine rein selbstmächtig-autonome Gestaltung unterläuft.<sup>37</sup> Eine solche grundsätzliche Lebensentscheidung wird von jedem Menschen inhaltlich gefüllt und ist strukturell durch eine bejahende Lebenseinstellung getragen, ohne die es unmöglich wäre, seine Existenz überhaupt bewusst führen zu können. Es ist bemerkenswert, dass Schmid diese material angereicherte Lebensform mit dem Begriff „Glaube“ verbindet: „Im persönlichen Glauben ist all das Bejahenswerte einer individuellen Ästhetik der Existenz versammelt, an dem die Lebensführung orientiert werden kann.“<sup>38</sup>

Lebenskunst hat einen beraterisch-pädagogischen Impetus. Denn es geht um eine „Stärkung der Eigenkompetenz“ und um „Hilfe zur Selbsthilfe“.<sup>39</sup> In der klugen Wahl verdichten sich Eigenkompetenz und Selbstsorge, die auch die Sorge um den Anderen, die Gesellschaft und die Umwelt beinhaltet.<sup>40</sup> Es soll also dem entgegen gewirkt werden, dass der Einzelne aus Angst seine Freiheit nicht ergreift und in Unmündigkeit verharrt oder aber seine Freiheit auf willkürliche und destruktive Weise missbraucht. Die „Lösung“ liegt nicht in normativen Vorgaben, sondern in der Erarbeitung von Optionen; sie verfährt so-

mit optativ und nicht vorschreibend. Aus Klugheitsgründen soll der Einzelne moralisch handeln. Wie der antiken Moralphilosophie geht es der modernen Lebenskunst also um „die Orientierung an der Praxis ihrer Adressaten“<sup>41</sup>. Im Sinne einer konsiliatorischen Ethik beinhaltet sie „eine Reihe von Techniken zur ‚Therapie‘ der menschlichen Persönlichkeit“<sup>42</sup>. Mit Hilfe von Technologien der Selbstgestaltung soll der Einzelne Methoden und Techniken an die Hand bekommen, um seine Fähigkeit zur Selbstbestimmung besser ausbilden zu können.

Typisierend lassen sich zwei Dimensionen der Lebenskunst differenzieren, die je nach Ansatz unterschiedlich stark ausgeprägt sind. In eher theoretischer Hinsicht geht es darum, Begriffe zu klären und Illusionen, Lebensbedingungen sowie die conditio humana aufzudecken.<sup>43</sup> In praktischer Hinsicht geht es dagegen konkret um Techniken und Übungen der Selbstformung und Selbstbestimmung. Dabei macht es jedoch einen Unterschied, was für ein Subjektverständnis dem jeweiligen Ansatz zugrunde liegt. Während in der antiken Philosophie die Vorstellung einer Wesensrealisierung vorherrschte, steht in der Neuzeit das Konzept der Selbsterschaffung im Vordergrund. Allerdings lässt sich zum Teil ein gewisses Changieren zwischen dem „Werde der du bist“-Modell

<sup>37</sup> Vgl. Jochen Sautermeister, „Carpe diem?!. Positionen philosophischer Lebenskunst aus Antike und Gegenwart, in: *Ethica* 16 (2008), 129–152, 145–147.

<sup>38</sup> W. Schmid, Philosophie der Lebenskunst (s. Anm. 5), 169.

<sup>39</sup> Hans Krämer, Integrative Ethik, in: Joachim Schummer (Hg.), Glück und Ethik, Würzburg 1998, 93–107, 100; vgl. W. Schmid; Philosophie der Lebenskunst (s. Anm. 5), 310–317.

<sup>40</sup> Vgl. W. Schmid, Philosophie der Lebenskunst (s. Anm. 5), 188–238.

<sup>41</sup> Ch. Horn, Antike Lebenskunst (s. Anm. 3), 10.

<sup>42</sup> Ebd., 10.

<sup>43</sup> Vgl. O. Höffe, Lebenskunst und Moral (s. Anm. 6), 100.

und der „Erfinde dich selbst“-Konzeption beobachten.<sup>44</sup> Wenngleich die Konzepte von Schmid, Foucault<sup>45</sup> oder Rorty<sup>46</sup> die Vorstellung von einem mit sich selbst identischen Selbst verwerfen, so kommen sie doch nicht umhin, auf endliche Bedingungsmomente von Selbstbestimmung zu rekurrieren. Ansonsten bestünde die Gefahr, dass der Anspruch eines ästhetischen Selbstentwurfs unrealistisch oder überfordernd wäre.

Ebenso umfassend wie der Lebenshilfe-Anspruch von Lebenskunstkonzepten ist auch das behandelte Themenspektrum. In ihrer Breite wohl unübertroffen sind Schmids enzyklopädisch anmutende Erörterungen. Seine Philosophie der Lebenskunst behandelt Politik und Gesellschaftsgestaltung, den Umgang mit sich selbst und die Beziehung zu anderen Menschen, Bildung und Pädagogik sowie Fragen der Ökologie. Insofern alles in den Fokus einer gelingenden Lebensführung geraten kann, gibt es grundlegend kein Thema, das nicht Gegenstand einer reflektierten Lebenskunst sein könnte. Insofern erheben die Lebenskunstkonzepte den Anspruch, prudentielle, d.h. klugheitsorientierte, und moralische Dimensionen miteinander zu verbinden, indem sie die Übernahme moralischer Anforderungen letztlich als im klugen Wollen der einzelnen Akteure verankert reformulieren.<sup>47</sup> Analog zur

Unterteilung der Ethik in eine Allgemeine Ethik, die sich mit Grundbegriffen, Grundlegungs- und Begründungsfragen beschäftigt, und einer Angewandten Ethik, die konkrete Handlungsfelder und Fragen der Lebensgestaltung behandelt, wird auch zwischen einer allgemeinen und einer speziellen Strebensethik unterschieden<sup>48</sup>.

Im Anspruch, Orientierung und konkrete Lebenshilfe geben zu wollen, überschneiden sich philosophische Lebenskunst und christliches Ethos. Stehen philosophische Lebenskunst und christliche Lebenskunst damit in Konkurrenz zueinander oder können sie als Bereicherung für Menschen verstanden werden, die auf ein gutes bzw. erfülltes Leben aus sind?

#### 4 Philosophische Lebenskunst und christliches Ethos

Das Grundanliegen einer reflektierten Lebenskunst verdichtet sich bei Foucault und Schmid in dem aus der antiken Tradition entlehnten Begriff der Sorge um sich selbst.<sup>49</sup> Während Schmid zufolge mit dem Christentum der ursprüngliche Impetus von Selbstsorge zunehmend in Vergessenheit geraten und von einer kirchlichen Seelsorge abgelöst worden sei, hat sich die Frage der Lebensführung von einer autonom hin zu einer heteronom geleiteten

<sup>44</sup> Vgl. Ch. Horn, Philosophie des gelingenden Lebens (s. Anm. 25), 340.

<sup>45</sup> Vgl. Michel Foucault, Sexualität und Wahrheit. Bde. 1–3, Frankfurt a. M. 1983–1989 sowie Ders., Ästhetik der Existenz. Schriften zur Lebenskunst, Frankfurt a. M. 2007.

<sup>46</sup> Vgl. Richard Rorty, Kontingenz, Ironie und Solidarität, Frankfurt a. M. 1992.

<sup>47</sup> Im Unterschied zu Wilhelm Schmid kritisiert Hans Krämer die Annahme, dass normative Sollensansprüche anderer an jemanden sich nicht prinzipiell mit dessen persönlichem Wollen – und sei es noch so aufgeklärt – harmonisieren lassen, vgl. H. Krämer, Integrative Ethik (s. Anm. 24), 28.

<sup>48</sup> Vgl. H. Krämer, Integrative Ethik (s. Anm. 24).

<sup>49</sup> Der Sache nach entspricht das „der Selbstsuche und Selbstfindung in praktischer Hinsicht“ bei Hans Krämer, vgl. H. Krämer, Integrative Ethik (s. Anm. 35), 100.

Sorge verschoben, die „nicht als Pflege seiner selbst, sondern um eines jenseitigen Heiles willen“<sup>50</sup> geschehe. Die antike Idee der Selbstsorge sei also, so Foucaults These, durch das Christentum und seine Disziplinierungsbestrebungen verloren gegangen.<sup>51</sup> Wenn nun die moderne Lebenskunst das Thema Lebenkönnen wieder aufgreife, käme man auf den Grundgedanken zurück: „Ein Terrain, das lange brachte gelegen hat, wird damit in die Philosophie zurückgeholt, ganz so, wie es einer Zeit angemessen erscheint, in der die christliche ‚Seelsorge‘ definitiv an Bedeutung verloren hat.“<sup>52</sup>

Es wäre jedoch verfehlt, das Anliegen der Lebenskunst in Opposition zu einer christlichen Lebensführung zu stellen. Denn auch innerhalb der Theologie und der pastoralen Praxis hat sich ein Paradigmenwechsel vollzogen, indem „der Anspruch Gottes an den Menschen [...] vermittels der *Selbsterfahrung der Freiheit* – in ihrer Unbedingtheit wie in ihrer Endlichkeit“<sup>53</sup> – gedacht wird. „Kommt der Mensch nicht frei zu sich selbst, dann kommt er auch nicht zu Gott, weil Gott nicht jenseits menschlicher Freiheit zum Menschen kommen will.“<sup>54</sup> Darin äußert sich das Bewusstsein um den persönlichen Anruf Gottes im Glauben, der im letzten nicht paternalistisch übergangen werden kann. Die Sensibilität der Lebenskunst

für alle Formen der Fremdbestimmung, ihr Impetus einer authentisch gelebten Selbstbestimmung und ihr Anspruch auf konkrete Lebenshilfe lassen sich damit als Anfrage an die Leistung des christlichen Ethos und der pastoralen Praxis sowie an den Selbstan spruch einer christlichen Lebensführung positiv aufgreifen. Unter diesen Vorzeichen kann auch dem reichen Erfahrungsschatz der christlichen Tradition wieder zur Geltung verholfen werden, die auch „von der antiken Philosophie einige geistige Übungen übernommen hat“<sup>55</sup>, wie Pierre Hadot zeigen konnte.

Die Lebensform und die materiale Fundamentaloption, die den praktischen Gestaltungsrahmen abstecken und die grundsätzliche Lebensorientierung eines Individuums ausrichten, übernehmen im Rahmen der Lebenskunst eine sinngebende Funktion. Angesichts der derzeit zu beobachtenden Tendenzen einer „Privatisierung von Sinndeutungen“<sup>56</sup> einerseits und einer fundamentalistischen, der Selbstkritik unfähigen objektivierten Sinnfixierung andererseits bedarf es für jede Lebenskunst einer sinnkritischen Ambition, um das Humane nicht als ideales Abstraktum, sondern als das sinnvoll Mögliche und Machbare angesichts der konstitutionellen Bedingtheit und Endlichkeit des Menschen, theologisch gesprochen: seiner Geschöpflichkeit, zu verwirklichen. Weder Resig-

<sup>50</sup> Wilhelm Schmid, Selbstsorge. Zur Biographie eines Begriffs, in: Martin Endreß (Hg.), Zur Grundlegung einer integrativen Ethik, Frankfurt a. M. 1995, 98–129, 116.

<sup>51</sup> Vgl. Ch. Horn, Antike Lebenskunst (s. Anm. 3), 239.

<sup>52</sup> W. Schmid, Selbstsorge (s. Anm. 50), 128.

<sup>53</sup> Stephan Goertz, Rückkehr der Pflichten gegen sich selbst? Über den heute möglichen Sinn eines ethischen Prinzips, in: Zeitschrift für Evangelische Ethik 48 (2004), 166–178, 174.

<sup>54</sup> Ebd., 174.

<sup>55</sup> Pierre Hadot, Wege zur Weisheit – oder was lehrt uns die antike Philosophie?, Frankfurt a. M. 1999, 285.

<sup>56</sup> Alfons Maurer, Homo Agens. Handlungstheoretische Untersuchungen zum theologisch-ethischen Verständnis des Sittlichen, Frankfurt a. M. 1994, 373.

nation an der Begrenztheit und Defizienz persönlicher Lebens- und Selbstentwürfe, noch eine Überforderung durch illusionäre Selbstkonstruktionen, sondern eine gelassene Entidealisierung des Selbsts, das sich von dem ganz Anderen getragen und sich von der Anerkennung anderer abhängig weiß, stellt ein Modell christlicher Lebenskunst dar: Ein Modell, das soziale Verantwortung nicht einfach aus Klugheitserwägungen ableitet, sondern als konstitutiven Bestandteil der christlichen Lebensform (vgl. Mt 25) zur Geltung bringt.

**Der Autor:** Dr. Jochen Sautermeister, geb. 1975, Studium der Katholischen Theologie, Psychologie und Philosophie, Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Lehrstuhl für Moraltheologie, München sowie Ehe-, Familien- und Lebensberater. Publikationen zum Thema: Glück und Sinn, Münsterschwarzach 2007; Wege zur Freude. Studien zur präskriptiven Logik des Carpe-diem-Motivs, Frankfurt a. M. u. a. 2008.

## ... wie man in der Welt leben soll



In Ihrer Buchhandlung.

Wie kann und soll man als Christ in der Welt leben? Unter dieser Leitfrage bietet der Autor eine theologische Besinnung auf Grundhaltungen des Christseins sowie auf wichtige Orte und Zusammenhänge, in denen sich der Glaube zu bewähren hat – unter anderem die Fragen, wozu wir eigentlich leben, wo und wie Gott im eigenen Leben und in der Welt zu finden ist und wie der Mensch mit der Endlichkeit seines Lebens umgehen kann.

Gisbert Greshake ... **wie man in der Welt leben soll**  
Grundfragen christlicher Spiritualität

208 Seiten, Broschur, ISBN 978-3-429-03143-5, 16,- Euro (D)