

Sa 19. Juni 2021 10:30  
PHILOSOPHISCHES FRÜHSTÜCK  
CAFE RATHAUS

#### MEIN LEBEN AUFPEPPEN MIT PHILOSOPHIE

Trostangebot gibt es viel, vom spätantiken Boethius bis zu jüngst von Alain de Botton - der Trost der Philosophie als Gebrauchsleitung. Geht es auch weniger defensiv? Kann Philosophie aufwerten, aufbessern, upgraden etc. oder ist gewürztes Sein am Ende kontraproduktiv?

MARTIN KERSCHBAUMER: wenn ich helmut in unserem vorgespräch richtig verstanden habe, möchte er mit seinen ausführungen auf möglichst jungfäulichen boden vorangehen. deshalb gebe ich gleich das wort an ihn ab, vielleicht diesen einen kleinen gedanken voranstellen, von hegel, aus phänomenologie des geistes, aus dem vorwort, für mich die gebotene vorsicht bei trost, erbaulichkeit, aufpeppen etc. : "Philosophie aber muss sich hüten, erbaulich sein zu wollen."

HELMUT HOFBAUER: „Mein Leben aufpeppen mit Philosophie“ bedeutet: Kann man einem normalen (=unphilosophischen) Menschen philosophische Gedanken nahebringen, indem man sagt: „Nimm ein bisschen was davon zu deinem Leben dazu, und du wirst sehen: Es wird besser! Brauchst sonst nichts zu ändern und auch selbst kein Philosoph/in werden!“

**ALAIN DE BOTTON:** geb. 20.12.1969 in Zürich, Sohn des Bankiers Gilbert de Botton (1935-2000) und dessen 1. Ehefrau, Jacqueline Burgauer (Alain hat eine Schwester). Verbrachte die ersten 12 Jahre in der Schweiz (Erziehung in deutscher und französischer Sprache), Vater arbeitete für die Rothschild Bank. Vater wurde in Alexandria (Ägypten) geboren und von Nasser vertrieben; er hat die Investmentfirma Global Asset Management mitbegründet, 1999 wurde die Familie auf 234 Millionen Pfund Vermögen geschätzt. Eltern waren Juden, Vater stammte von einer sephardischen jüdischen Familie aus der Stadt Botton in Kastilien und Leon (Spanien).

Alain besuchte die Dragon School in Oxford, wo er Englisch lernte, später Harrow School, eine öffentliche Schule. Er studierte von 1988-1990 Geschichte und Philosophie an der University of Cambridge, schloss das Studium 1992 am King's College in London mit einem Master in Philosophie ab.

Er ist Besitzer der Produktionsfirma Seneca Productions, die Dokumentationen produziert, die hauptsächlich auf seinen eigenen Texten basieren, und lebt mit seiner Ehefrau, (Heirat 2003) in

London mit seinen Söhnen (2004 und 2006 geboren). [WIKIPEDIA]

Frage: Kann mir (einem Waldviertler Bauernbuben) jemand wie Alain de Botton überhaupt etwas sagen? Er erscheint mir wie ein Mensch, dem ich, wenn überhaupt, nur auf einem Flughafen begegnen könnte, bevor er in die Business Class verschwindet und ich in die Economy Class gehe ...

### Struktur des Buchs: THE CONSOLATIONS OF PHILOSOPHY

Philosoph	Tröstung für	Bottons Lösungsvorschlag	Kommentar
<b>Sokrates</b>	Unbeliebtheit	Anstatt Dinge zu sagen, um sich bei anderen beliebt zu machen, lieber selber nachdenken, ob die Mehrheit überhaupt Recht hat.	Etwas dazugeben: Sokrates, Epikur, Seneca sind total strukturiert – kann man nur ein bisschen Sokrates zum eigenen Leben dazugeben, ohne Sokrates ganz nachzustreben?
<b>Epikur</b>	Nicht genug Geld haben	Glück basiert mehr darauf, gute Freunde zu haben als in einer luxuriösen Villa zu leben.	Botton hat genaue Vorstellungen vom Reichtum, solche von der Armut fehlen ihm: insbesondere, dass mehr Leute Lust haben werden, mit dir in einer Villa zu leben als in einem Zelt.
<b>Seneca</b>	Frustration	Übungen um Lärm zu ertragen, morgendliche Prämeditationen	Seneca, Montaigne und Schopenhauer: Das Sich-Dreinfügen kommt der Faulheit und Feigheit entgegen.
<b>Michel de Montaigne</b>	Unzulänglichkeit: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sexuelle Unzulänglichkeit</li> <li>• Kulturelle Unzulänglichkeit</li> <li>• Intellektuelle Unzulänglichkeit</li> </ul>	Irgendwie das Gegenteil der drei vorigen Philosophen: Vorrang des Körperlichen, Emotionalen vor der Vernunft; gegen die Anmaßung der Vernunft. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wer einmal nicht kann, ist nicht als impotent anzusehen.</li> <li>• Jeder ist kulturell borniert</li> <li>• Die Gelehrten sind nicht weise.</li> </ul>	Widerspruch zwischen Sokrates, Epikur, Seneca und Montaigne. Montaigne: Montaigne sagt: Der Mensch kann sich nicht durch die Vernunft leiten
<b>Schopenhauer</b>	Ein gebrochenes	Liebe ist nichts Persönliches,	Schopi nimmt uns

	Herz (Liebe)	Gattung regiert durch uns hindurch. Einsicht, dass wir nicht verantwortlich sind. Die Sexualität lässt und Partner/innen wählen, mit denen wir nicht harmonieren / gut zusammenleben werden.	unseren Glauben an die individuelle Liebe: Die Gattung regiert durch uns durch. (Das werden viele Menschen nicht gern hören.)
<b>Nietzsche</b>	Schwierigkeiten	Schmerz und Freude sind Zwillinge; wer in seinem Leben den Schmerz vermeidet, wird auch keine Abenteuer erleben.	Widerspruch zwischen Schopenhauer, Seneca und Nietzsche. Nietzsche: Nicht die Seelenruhe ist das Lebensziel sondern das abenteuerliche Leben.

Wie macht man NichtphilosophInnen Philosophie schmackhaft? Wie hat man Erfolg mit Philosophie?

1. DAZUGEBEN. Füg deinem Leben ein klein wenig Sokrates hinzu! Versuch ein paar Übungen von Seneca!

Kritik? Wird aus einem ungeordneten Leben ein philosophisches durch Zugeben von ein bisschen Sokrates? (Sokrates, Seneca, Epikur waren sehr strukturiert - haben ihre Leben an obersten Glaubenssätzen ausgerichtet.)

Dazu kommt: Alle Philosophen, die in dem Buch vorkommen, waren Wahnsinnige: Sie haben, jeder auf seine Weise, sehr extreme Perspektiven auf das Leben eingenommen. (Z.B. Sokrates hat sich auf absolute Standpunkte gestellt: Unrecht leiden ist immer besser als Unrecht tun.) Ich glaube nicht, dass die Rezepte von Wahnsinnigen für normale Menschen geeignet sind.

Was ist ein normaler Mensch? Das ist einer, der in seinen Illusionen lebt und sie nicht hinterfragen möchte, weil er unangenehme Erkenntnisse fürchtet.

2. WEGZUNEHMEN. Widerstand gegen Philosophie rührt normalerweise daher, dass einem Philosophie etwas wegnimmt. Was? Märchen: Liebe, Freundschaft, Dankbarkeit etc. Überzeugungen, ohne die unser Leben sofort stark an Lebensqualität verlieren würde. Reaktion normalerweise: EINEBEN des Problems. Nachweis, dass das Problem gar keines ist und nicht darüber nachgedacht werden muss.

Beispiel Schopenhauer: Liebe, Sexualität

3. NICHTSTUN. Teil der Anziehung von Bottons Inhalten mag daher kommen, dass er vorschlägt, nichts zu tun und sich dreinzufinden. Das kommt unserer Faulheit und Feigheit entgegen (=ist vielleicht attraktiv für die Menschen). Er ist auch gegen Selbsthilfebücher. Er findet sie deprimierend, weil sie dem Einzelnen die Schuld für seine Lage geben.  
Beispiel: Seneca, Montaigne, Schopenhauer  
Passt nicht ins Bild: Nietzsche

4. INNERE WIDERSPRÜCHE UND CHERRY PICKING. Er greift sich bei jedem Philosophen ein Motiv heraus, und die Philosophen widersprechen einander: Socrates, Epikur und Seneca sagen, man soll sein Leben nach der Vernunft ausrichten; Montaigne sagt, das geht nicht und reduziert den Menschen auf die Vernunft. Seneca und Schopenhauer sind auf der Suche nach Seelenruhe; Nietzsche sagt, man soll den Schmerz suchen damit man die Abenteuer nicht versäumt.

Folgerung: Es gibt nicht DIE Tröstungen DER Philosophie. DIE Philosophie sagt alles Mögliche und das Gegenteil davon. Das kommt immer gut an, wenn man sich zum Fürsprecher DER Philosophie macht. Einerseits erscheint man den anderen dadurch mächtig, weil man für etwas spricht, das größer ist als man selber; andererseits macht man sich um die Philosophie verdient, weil diese alten, wertvollen Gedanken aufbewahrt.

Am Ende widerspricht sich das Buch selbst: Nietzsches Kampf gegen Alkohol und Christentum - dem Botton zustimmt - ist einer gegen Trost: Man soll Schmerz aushalten und sich nicht trösten (=anästhetisieren)!

SCHLUSS: Ich glaube nicht, dass das geht, was Botton macht. Ich glaube nicht, dass ein normaler Mensch mit einzelnen Gedanken aus der Philosophiegeschichte sein Leben aufpeppen kann. Ich glaube auch nicht, dass es philosophisch wäre, wenn er das täte.

Ich glaube aber auch nicht, dass normale Menschen Philosophie brauchen.

Ich glaube, dass man Philosophie nur Menschen bringen kann, die selber danach suchen.

MARTIN KERSCHBAUMER: mein leben aufpeppen mit philosophie - bevor sich mir die frage stellt, womit, wodurch ich überhaupt

mit philosophie aufpeppen könnte, etwa durch gedanken, anschauungen, einsichten, durch haltungen etc., stellt sich mir unmittelbarer und dringlicher die frage nach dem, was es eigentlich ist, was ich da aufpeppen will. was ist mein leben? meine träume, meine ziele, entwürfe, hoffnungen ... es ist also eine existentielle frage, zutiefst, die ohne rücksicht auf die jeweilige existenz nicht behandelbar ist.

Und dann, logisch sphärisch stellt sich mir die frage: kann mich tröstendes überhaupt aufpeppen oder sind das zwei verschiedene faktoren, zwei ganz unterschiedliche welten. so wie ich zunächst ein u-boot brauche, um die wasseroberfläche zu erreichen, dann aber in etwas ganz anderes umsteigen muss, einen hubschrauber, eine rakete, um weiter in die lüfte vordringen zu können. ich denke an frederick herzberg. er hat in den 1950er jahren arbeitszufriedenheit untersucht. er kommt zu dem ergebnis, dass es eigentlich zwei unterschiedliche faktoren gibt. die einen, er nennt sie hygienefaktoren, verhindern zwar unzufriedenheit, führen aber noch nicht zu besonderer zufriedenheit, zum beispiel pünktliche oder faire bezahlung: wird nicht pünktlich überwiesen, ist das verheerend für das betriebsklima, auch für die situation der menschen. wird aber pünktlich gezahlt, spricht deshalb noch niemand von einem besonders tollen betrieb. zum aufpeppen braucht es also anderes. diese nennt er motivatoren. ihr fehlen allein begründet noch keine unzufriedenheit, ihre vorhandenheit aber zufriedenheit. neben besonderen leistungen und möglichkeiten im betriebes selbst, karrieraussichten, selbstentfaltungschancen, sind es vor allem faktoren, die in der tätigkeit selbst, in den arbeitsinhalten selbst liegen. sogenannte intrinsische faktoren. die werden für mich beim aufpeppen interessant. zufriedenheit, die in meinem leben selbst liegt, in meinen lebensinhalten.

denn was ist, wenn ich meinen nachmittag aufpeppen will? soll ich dann mehr tun? noch etwas extra dazu? laufe ich dann nicht auf eine falle teleologischer natur, in eine effizienzfalle: will ich aufpeppen, ich will steigern, dann rückt die steigerungsergebnis in den fokus, verselbständigt sich, wird selbst zum ziel, die neigung, sich selbst daran zu verunglücken, wächst, bis ins exponentielle. analog zur zeit: wenn ich zeit sein lasse, nichts tun muss, einfach nur sein kann, dann erwirbt

zeit keinen gut-charakter und kann auch nicht knapp sein. wenn ich sie nutzen will, immer effizienter einteile, in immer kleinere einheiten, immer mehr erledigungen ... umso besser ich die zeit also einteile, umso knapper wird sie auch.

also aufpeppen, das immer raffiniertere auf immer raffiniertere art betreiben oder einfach das einfache mehr geniessen?

EPIKUR (342-270 v.u.Z.): Brief an Menoikeus: Denn nicht Trinkgelage und ununterbrochenes Schwärmen und nicht Genuss von Knaben und Frauen und von Fischen und von allem anderen, was ein reichbesetzter Tisch bietet, erzeugt das lustvolle Leben, sondern die nüchterne Überlegung, die die Ursachen für alles Wählen und Meiden erforscht und die leeren Meinungen austreibt, aus denen die schlimmste Verwirrung der Seele entsteht.

sich überhaupt fragen stellen können, sich zurücknehmen können, sich alternativen ausmalen können, ist für mich der grösste luxus. andere haben dann notwendigkeiten, müssen einfach tun, können gar nicht anders. fraglichkeit, fragwürdigkeit wäre ihrem betrieb, ihrem existential nachteilig. ich aber kann innehalten, ich kann nachdenken und überdenken, ich kann fragen stellen, ich kann zweifeln. das scheint mir der grösste luxus und auch der nährboden dafür, dass es nachher klarer und auch lustiger wird. aufpeppen entsteht für mich nur zu einem teil durch hinzugeben, die bewegung an sich verbessern, sondern auch und gerade aus dem gegenteil, durch herausnehmen von druck, durch nicht erfolgen müssen, durch freimachen wie zu lesen in henry david thoreaus "walden" aus 1854: jeder morgen war die freundliche einladung, mein leben so einfach wie möglich zu gestalten.

für mich ist philosophisch aufpeppend, nicht der gedankeninhalt, die vielleicht daraus erwachsende teleologie, der damit entstehende sach-, tätigkeits und besorgungszwang, sondern der modus des denkens an sich, das infragestellen, das zurückgehen, das sich einmal herausnehmen, ganz a lá john stuart mill:

"I have learned to seek my happiness by limiting my desires, rather than in attempting to satisfy them."

damit wäre ich wieder beim anfang meiner rede angekommen. mehr als durch irgendwelche einzelnen taten, umstände, steigerungen, tipps, faktoren, verbesserungen etc. scheint mir, mein leben mehr noch aufpeppen zu können, indem ich mir die entscheidenden fragen stellen kann, was mir wichtig ist, als wer ich mich erachte. was ist mein leben?