

Selbstisolation als Therapie

Pandemien aus der Perspektive der hedonistischen Ethik

Self-isolation as therapy

Pandemics from the perspective of hedonistic ethics

CHRISTIAN KAISER, BONN

Zusammenfassung: Im Zusammenhang mit der Covid-19-Pandemie wurde die Aktualität der Lehren des ethischen Hedonismus der epikureischen Tradition betont. Der Beitrag möchte die Aspekte dieses Hedonismus aufzeigen, die in der aktuellen Krise relevant sein könnten, und dabei auf ihre theoretische Begründung und historische Fundierung eingehen. Zentral ist zunächst die Beschäftigung mit der eigenen Sterblichkeit. Der Tod wird ständig vergegenwärtigt; Epidemien sind seit der Antike ein klassisches Beispiel zur Illustration der Bedeutung der Todesakzeptanz für das Lebensglück. Das „gute Leben“ beinhaltet die „Selbstisolation“, hier verstanden als die Konzentration auf einen kleinen Kreis von Menschen, die einander helfen, ein freudeerfülltes Leben zu realisieren. Im Vordergrund steht zudem die permanente Selbstbeschränkung auf die Befriedigung der wirklich notwendigen und natürlichen Bedürfnisse zur Therapie der eigenen Leidenschaften. Auf diesem Fundament lassen sich Grundsätze für den sozialen und politischen Umgang mit epidemischen Gefahren formulieren, etwa die stärkere Berücksichtigung der Notwendigkeit der Bedürfnisbefriedigung im materiellen und zwischenmenschlichen Sinne, die Präferenz für die Gesundheitsversorgung gegenüber anderen öffentlich finanzierten Bereichen, aber auch philosophische Aufklärung gegen die verbreitete Todesverdrängung.

Schlagwörter: Hedonismus, Pandemie, Epikur, Philosophie als Therapie, Todesfurcht

Abstract: In the context of the Covid-19 pandemic, the importance of the teachings of ethical hedonism in the Epicurean tradition was emphasized. The paper aims to identify the latter's aspects that may be relevant in the current crisis and to discuss

Alle Inhalte der Zeitschrift für Praktische Philosophie sind lizenziert unter einer Creative Commons Namensnennung 4.0 International Lizenz.



their theoretical and historical foundation. The examination of one's own mortality is of central significance. Death is constantly brought to mind. Epidemics have been a classic example since antiquity to illustrate the importance of the acceptance of death for the happy life. The article aims to illustrate that the "good life" has always included self-isolation, i.e. the concentration on a small circle of people who help each other for the purpose of a joyful life. The focus is also on the practice of permanent self-containment to satisfy the really necessary and natural needs for the therapy of one's own passions. On this basis, principles can be formulated for the social and political handling of epidemic dangers, such as a stronger consideration of the necessity of satisfying basic needs in the material and interpersonal sense and the preference for health care over other publicly funded areas. Philosophical enlightenment against the widespread fear of death and its repression seems most important.

Keywords: Hedonism, pandemic, Epicurus, philosophy as therapy, fear of death

1. Der Rekurs auf den traditionellen Hedonismus in der aktuellen Pandemie

Im Angesicht der Herausforderungen durch die Covid-19-Pandemie wurde Michel Onfray, einer der heute bekanntesten Vertreter einer hedonistisch geprägten Philosophie, Ende März 2020 in einem Interview mit *Le Figaro* gefragt, ob und gegebenenfalls wie die Philosophie den Menschen helfen könne, diese Zumutungen zu überstehen. Gleich zu Beginn gab er die programmatische Antwort: „Die Philosophie hilft, die von den atomistischen, materialistischen und epikureischen Philosophen der Antike entwickelten vernunftbegründeten Kausalbeziehungen zu aktivieren“ („La philosophie aide à activer les causalités rationnelles construites par les philosophes atomistes, matérialistes et épicuriens de l'Antiquité“; Onfray 2020a; Übers. C.K.). Generell lohne es sich gerade jetzt, sich verstärkt mit den Lehren der Stoiker, vor allem aber mit denjenigen Epikurs zu beschäftigen. Tatsächlich gibt es eine Reihe von Anhaltspunkten dafür, dass insbesondere die hedonistische Philosophie der epikureischen Tradition Grundsätze des Denkens und der Lebensführung entwickelt hat, die auch in der gegenwärtigen Krise bedeutsam erscheinen.

Im vorliegenden Beitrag wird es darum gehen aufzuzeigen, welche Aspekte dieser Philosophie für die aktuelle Krise relevant sind.¹ Dabei soll

1 Ein herzlicher Dank gebührt Andrea Klonschinski für ihre unverzichtbaren konstruktiv-kritischen Hinweise sowie den beiden mir unbekanntem Gutachter*innen für wertvolle Anmerkungen und Verbesserungsvorschläge.

sowohl die theoretische Begründung als auch ansatzweise die historische Fundierung der entsprechenden Grundsätze angesprochen werden. Zentral ist zunächst die Beschäftigung mit der eigenen Sterblichkeit (vgl. Abschnitt 2). Menschen, die sich der hedonistischen Philosophie verbunden fühlen, sollten eine reflektierte und im optimalen Fall auch stabile innere Haltung zu den Phänomenen Krankheit und Tod entwickelt haben, die es ihnen ermöglicht, auch in Zeiten massenhafter Infektionsgefahr ruhig und gelassen zu bleiben und – wie auch unter „normalen“ Umständen – daran zu arbeiten, für sich selbst das glückliche Leben zu realisieren. Das möglicherweise gestiegene Risiko zu sterben sollte den Genuss des Lebens im Hier und Jetzt grundsätzlich nicht verstärkt beeinträchtigen können. Ein weiterer Aspekt ist die Wahl der Lebensform, die die Hedonist*innen eher dazu tendieren lässt, ihre Bedürfnisse und täglichen Sozialkontakte innerhalb eines überschaubaren Kreises von nahestehenden Menschen zu pflegen, seien es Familienmitglieder oder Freund*innen. Man kann hier von einer gewissen „Selbstisolation“ sprechen (vgl. Abschnitt 3). Dieser Begriff wurde hier mit Bedacht gewählt, weil er die entsprechende Haltung gut zum Ausdruck zu bringen scheint, worauf im Folgenden noch häufiger eingegangen wird; in hedonistischer Lesart ist er auf jeden Fall positiv zu verstehen. Wie auch in Zeiten, in denen gerade keine Epidemie oder Pandemie herrscht, ist es nach diesem Denken vorzuziehen, sich selbst vom Treiben der großen Menge zu isolieren und das tägliche Leben auf eine engere soziale Gemeinschaft zu konzentrieren. Der bekannte Leitspruch des „Lebe im Verborgenen“ – von dem weiter unten noch zu sprechen sein wird (Abschn. 4) – ist nur vor dem Hintergrund dieses Konzepts der geschützten Lebensgemeinschaft verständlich. Der kleine, solidarische Kreis von Menschen, die einander helfen, das freudeerfüllte „gute“ Leben zu verwirklichen, bietet in Krisenzeiten Sicherheit und Glück für das Individuum und weist damit das größte Potenzial zur Generierung von Lust und Lebensfreude auf. Weniger wichtig sind allerdings größere Zusammenkünfte von Menschen, beispielsweise bei Sportveranstaltungen und Festivals. Bei allem Gewinn an Freude und Lust, der mit solchen Großveranstaltungen verbunden sein mag, kann man auf sie, nüchtern betrachtet, doch relativ leicht verzichten, weil sie die notwendigen und natürlichen Grundbedürfnisse nicht stillen. Die aufgrund aktueller epidemiologischer Kenntnisse und Praktiken von den politischen Entscheidungsträger*innen verordneten Maßnahmen beeinträchtigen hedonistisch eingestellte Menschen deshalb grundsätzlich nicht sehr stark, solange die besagten Grundbedürfnisse befriedigt werden können.

Als problematisch könnten sich in diesem Zusammenhang aber Kontakt- und Besuchsverbote oder Ausgangssperren erweisen, wie sie ja in einigen Ländern zur Begrenzung der aktuellen Corona-Pandemie zeitweise gegolten hatten bzw. immer noch oder wieder gelten. Das wird am Schluss (vgl. Abschnitt 4) zu diskutieren sein, wo es vor allem um kritische Impulse und Ansätze gehen wird, die der ethische Hedonismus in den Diskurs um einen angemessenen sozialen und politischen Umgang mit der Pandemie möglicherweise einbringen könnte.

Eine methodische Bemerkung vorab: Dass heutige hedonistische Philosoph*innen wie Onfray mit Freude auf Lehrsätze aus der griechischen Antike zurückgreifen, hat eine gute Tradition. Besonders Epikur (ca. 341–271/270 v.Chr.) steht bei ihnen regelmäßig hoch im Kurs und wird immer wieder gerne nicht nur als Lehrer, sondern auch als Vorbild gesehen. Seine Legitimität verdankt dieser Rückgriff auf bekannte Philosopheme seiner schon seit Längerem betonten Relevanz für Probleme des modernen Menschen (vgl. Erler 2016a; Kolmer 2016; Wilson 2019, 1–11), weil es sich bei diesen vermeintlich um die gleichen handele, die schon im alten Griechenland zu bewältigen gewesen seien. Das Verhältnis heutiger Befürworter*innen hedonistischer Philosophie zu ihrem ‚Mastermind‘ Epikur ist dabei alles in allem doch recht entspannt. Die Ansätze der epikureischen Schule dienen als Inspiration für das Nachdenken über die eigenen Bedürfnisse und nicht zuletzt die selbstreflexive Gestaltung des eigenen Lebens. Zur Darstellung der entsprechenden Grundsätze werden im Folgenden Positionen von Autor*innen behandelt, die sich selbst als Hedonist*innen bezeichnet oder zu erkennen gegeben haben und sich dabei alle zumindest in der besagten ungezwungenen Weise, teilweise aber auch enger, auf Epikurs Denken beziehen.² Das betrifft sowohl Prinzipien zur Lebensführung und Weltsicht im Allgemeinen als auch deren Konkretisierung in der aktuellen Pandemie.

2 Einer der herangezogenen Autoren ist Robert Pfaller, der seine Philosophie in seinen Schriften eher nicht als „hedonistisch“, sondern als „materialistisch“ bezeichnet. In dem hier zugrunde gelegten traditionellen Verständnis von ethischem Hedonismus ist er aber ohne Zweifel als dessen Vertreter zu betrachten.

2. Überwindung der Todesfurcht als hedonistisches Therapieziel

In Seuchenzeiten – wie der aktuellen Corona-Pandemie – nimmt die Wahrnehmung des Todes aufgrund erhöhter Sterbezahlen durch die außergewöhnliche Krankheit zu (auch wenn die Relationen zu anderen Todesursachen, die weitaus mehr Leben beenden, häufig nicht zum Vorschein kommen). Die Einstellung zum Tod ist aber einer der wesentlichen Grundpfeiler der Ethiker*innen, die sich auf die hedonistische Tradition berufen. Besonders in der Pandemie fehlt die Hervorhebung der Irrelevanz des Todes für das Leben daher nicht. „Wenn sie [d. h. der Tod; im Französischen weiblichen Geschlechts] da ist, sind wir nicht mehr da, und wenn wir da sind, ist sie noch nicht da“ („Que si elle est là, on n’y est plus et que si on est là, elle n’y est pas encore“; Onfray 2020a; Übers. C.K.). Das ist ein direktes Epikurzitat (vgl. DL X, 125),³ und dass dieser Lehrsatz in diesem höchst aktuellen Kontext gleichsam als rationales Therapeutikum Verwendung finden soll, verwundert nicht, war das doch schon immer sein Zweck. Um das höchste Ziel eines glückseligen Lebens, nämlich die körperliche Gesundheit (τὴν τοῦ σώματος ὑγίειαν) und die Seelenruhe (DL X, 128), zu erreichen, bedarf es nach epikureischer Meinung der richtigen Einstellung zur eigenen Vergänglichkeit. Die ersten vier der sogenannten Hauptlehrsätze (*Kyriai doxai*) (vgl. DL X, 139–140) werden seit Philodem von Gadara (ca. 110–ca. 35 v.Chr.) als „Tetrapharmakos“, d. h. „Vier-Komponenten-Arznei“, bezeichnet und wie folgt formuliert (Herc. Pap. 1005, 4.9–14):

Gott ist nicht zu fürchten (ἄφοβον ὁ θεός).

Der Tod ist kein Grund zur Beunruhigung (ἀνύποπτον ὁ θάνατος).

Das Gute ist leicht zugänglich (καὶ τὰγαθὸν μὲν εὐκτητόν).

Das Schreckliche ist leicht zu ertragen (τὸ δὲ δεινὸν εὐεκκαρτέρητον).

3 Für die Rekurse auf Epikur werden im vorliegenden Beitrag die folgenden Quellen herangezogen: Grundlage jedweder Interpretation ist das X. Buch der *Leben und Lehrmeinungen der Philosophen* des Diogenes Laertios (= DL), in dem u. a. die hier einschlägigen Schriften überliefert sind, nämlich Epikurs *Brief an Menoikeus*, seine Hauptlehrsätze (*Kyriai Doxai* = KD) sowie weitere Fragmente. Die deutschen Zitate werden im Folgenden in der Übersetzung durch Fritz Jürß wiedergegeben (Diogenes Laertios 1998). Darüber hinaus wird auf die sogenannten ‚Weisungen‘ (*Sententiae Vaticanae* = SV) in der Ausgabe von Hans-Wolfgang Krautz Bezug genommen (Epikur 1980).

Diese vier Sätze beziehen sich zum einen auf menschliche Grundängste, die durch die Vergewisserung, dass man sich weder vor göttlichen Mächten noch vor dem eigenen Tod fürchten müsse,⁴ zu innerer Ruhe und Befreiung führen sollen; zum anderen verweisen sie auf das gute Leben, das man mit ganz einfachen Mitteln erreichen könne. Die persönlichen, sozialen oder ökologischen Rahmenbedingungen – wozu zweifelsfrei auch eine Pandemie zu zählen ist – können, wenn man bescheiden bleibt und sich mit dem von Natur aus Notwendigen begnügt, die Realisierungsvoraussetzungen für das individuelle Glück nicht derart behindern, dass letzteres unerreichbar wäre. Die epikureische Gemeinschaft (wie sie im nächsten Abschnitt beschrieben wird) ist in diesem Sinne zugleich ein heilender, therapeutischer Kreis, die Herstellung bzw. Bewahrung der physischen und psychischen Gesundheit seiner Mitglieder das Ziel. Die Nichtanwesenheit von Seelenruhe (*Ataraxia*) und Schmerzfreiheit (*Aponia*) beruht demzufolge auf falschen Einstellungen und Überzeugungen, die wiederum als Krankheit betrachtet werden. Den Epikureer*innen geht es darum, einander bei der Überwindung der Krankheit zu helfen und „gesunde Begierden“ zu stärken, die, wie bereits erwähnt, leicht zu stillen sind (vgl. Nussbaum 2009, 112–115). Die Analogie zur Medizin ist in der epikureischen Tradition allgegenwärtig; sie tritt regelmäßig als Metapher – die nach Martha Nussbaum gar „more than a metaphor“ ist (Nussbaum 2009, 116) – für die philosophische Tätigkeit überhaupt in Erscheinung. In diesem Sinne hat der jüngst vorgelegte Ansatz von Kelly Arenson, das Signum des Heiltätigen im epikureischen System ernst zu nehmen und auch Ziel und Zweck der philosophischen Therapie konsequent in diesem Sinne zu deuten, durchaus etwas Bestechendes: Philosophieziele wie die Medizin darauf ab, bestimmte gesundheitsförderliche Wirkungen in einem Organismus zu erzielen. Das Gute Epikurs sei die bewusste Wahrnehmung der eigenen körperlichen und mentalen Gesundheit, die sich in demjenigen Organismus einstellten, der minimale Störungen seiner normalen Funktio-

4 An dieser Stelle kann aus Platzgründen nicht ausführlicher auf die Implikation des ersten Satzes, der ja die Erklärung aller Naturphänomene ohne Rekurs auf eine göttliche Vorsehung oder Einwirkung bedeutet, eingegangen werden. Modernen Rezipient*innen ist ein solches naturalistisches Denken nicht fremd; der Bezug zur Gegenwart wurde bereits an anderer Stelle eingehend erörtert (vgl. z. B. Wilson 2019, 17–53). Selbstredend gehen Hedonist*innen davon aus, dass es sich auch bei einer Pandemie nicht um ein von Gott oder Göttern gelenktes Geschehen oder gar eine gottgewollte Strafe (für welche Sünde auch immer) handelt.

nen erleiden müsse und sich aufgrund berechtigter Aussicht auf eine gewisse Stabilität und Dauerhaftigkeit dieses Zustands eine von Ruhe geprägte seelische Verfassung angeeignet habe (vgl. Arenson 2019, 104–107).

Die Überwindung der Todesfurcht stellt eine wesentliche salutogenetische Säule der epikureischen Philosophie dar, worauf nicht nur der *Tetrpharmakos* hindeutet. Der Tod könne nur schrecklich sein, wenn man ihn tatsächlich erleben, also selbst wahrnehmen würde. Doch mit Eintritt des eigenen Todes hört auch die Wahrnehmung auf, man kann also keinen Schmerz und keine Trauer empfinden (DL X, 124). Was das eigene Wohlbefinden bedrückt, ist die Antizipation des Todes und der damit einhergehende Verlust dessen, was man gerade im Leben besitzt und kennt. Doch auch das verliert ja jegliche Bedeutung in dem Moment, in dem die Wahrnehmung erlischt. Epikur meint, dass durch die bewusste Internalisierung einer solchen Todesakzeptanz die Sehnsucht nach Unsterblichkeit, die von den Menschen Besitz ergreife, aufgehoben werde (DL X, 124). Der Schmerz, der aus der Erwartung des eigenen Todes entstehe, sei töricht (DL X, 125). Ihn auszuschalten und so zur Seelenruhe zu finden, ist daher in diesem System einer der wichtigsten Zwecke der Philosophie.

Die Furcht vor dem Tod und das damit gekoppelte Verlangen nach Unsterblichkeit haben die Ursache in einem Begehren nach etwas, das unbegrenzt und daher nicht-natürlich ist. Wer die unausweichliche Vergänglichkeit des Lebens nicht akzeptieren kann und den Tod verdrängt, eignet sich eine Haltung an, die von den Epikureern als Vielgeschäftigkeit (*πολυπραγμοσύνη*) bezeichnet wird. Diese schlägt sich u. a. auch in politischem Ehrgeiz, in Machtstreben und Ruhmsucht nieder. Demgegenüber soll die epikureische Therapie, die in der Selbstbeschränkung des Menschen auf die Gesetze der eigenen Natur und die Akzeptanz des Todes als Teil ebendieser Natur besteht, zur Heilung der Seele und Erwerb des Glücks führen (vgl. Erler 2016b, 7–8). Den Tod muss man als natürliche Grenze akzeptieren, über die man nicht verfügen kann. Wer seine Wünsche in die Zukunft verlegt und dabei von der Furcht geplagt wird, vor ihrer Realisierung zu sterben, unterliegt dem falschen, glückszerstörerischen Denken, dem die hedonistische Therapie ja gerade abhelfen will. Der Fokus liegt dementsprechend immer auf der maximalen Lebensintensität. Es kommt nicht auf die Länge des Lebens an, sondern auf die größte Lust beim Leben (DL X, 126). Das ist ein Sujet, das auch bei heutigen materialistischen bzw. hedonistischen Denker*innen regelmäßig wiederkehrt: Wir sollten uns nicht vor dem Tod fürchten, sondern davor, schlecht, d. h. unter Missachtung unseres Lustbe-

dürfnisses, zu leben, denn wir haben nur dieses eine Leben (vgl. Pfaller 2012, 168–170; Wilson 2019, 125–132).

Nun galten gerade Epidemien in der Antike als besonders herausfordernde Situationen, anhand derer sich die Bedeutung der Todesakzeptanz für das Lebensglück eindrücklich illustrieren ließ. In solchen Krisenzeiten, in denen die Lebensspanne des Einzelnen noch schwerer vorhersagbar und man selbst einer erhöhten Krankheits- und Todesgefahr ausgesetzt ist, kommt der inneren Einstellung zu Gesundheit, Krankheit und Tod eine besondere Bedeutung zu. In diesem Zusammenhang wird oft – und berechtigterweise – auf die Darstellung der Athenischen Pest im VI. Buch von Lukrez' *De rerum natura* hingewiesen. Dem römischen Dichter und glühenden Anhänger der epikureischen Philosophie ging es in seinem detailliert ausgearbeiteten Katastrophendrama wohl hauptsächlich darum, den Rezipient*innen das Verhalten und die Physiognomie der Menschen vor Augen zu führen, die von Todesfurcht bestimmt werden. Die vorhergehenden Bücher des Lehrgedichts hatten die materialistische Natur- und hedonistische Moralphilosophie als Weg zum individuellen Heil aufgezeigt. Die Seuche am Schluss des Werkes lässt sich als Herausforderung für den bzw. die Leser*in interpretieren, das anzuwenden, was er bzw. sie von Epikur über die Welt, das Leben und den Tod gelernt hat, und sich nicht von furchteinflößenden Phänomenen wie dem grassierenden Massensterben irritieren zu lassen (vgl. Erler 2016b, 10).

Philodem bezeichnet den Menschen, der im Allgemeinen sowieso, aber auch selbst unter den Bedingungen einer sich ausbreitenden Seuche immer noch nicht an seine Sterblichkeit und Vergänglichkeit denkt, sondern weiterhin so handelt und plant, als ob er eine unbegrenzte Zukunft hätte, als „drohnen-artig“ („κηφηνώδης“; *De morte* 38.32). Hier klingt wieder der bereits erwähnte Zusammenhang von Vielgeschäftigkeit und Todesverdrängung an, der also auch in Epi- und Pandemiezeiten nichts von seiner Wirkmacht einbüßt. Doch sehen Epikureer*innen wie Lukrez in dieser Haltung, die sich in Rastlosigkeit, unstemem Tun und dem Drang nach Reisen zeigt, eine falsche Gier nach Leben und ein Fliehen vor dem eigenen Selbst (*De rer. nat.* III, 1053–1094). In Wirklichkeit handele es sich nämlich wieder um ein Begehren, das unerfüllbar sei und deshalb überwunden werden müsse, um Seelenruhe zu erlangen (vgl. Rapp 2016, 47).

Dass die moderne Industriegesellschaft von vielerlei Phänomenen solcher Rastlosigkeit charakterisiert wird, steht außer Zweifel; ebenso, dass die Verdrängung des Todes aus nahezu allen Bereichen des Lebens stark zugenommen hat. Im 20. und 21. Jahrhundert hat die „Medikalisierung des Ster-

bens und des Todes“ (Schäfer 2015, 232) Krankheit und Tod zum größten Teil an die medizinischen Spezialist*innen (Pfleger*innen, Ärzt*innen, Kliniken) und Bestattungsunternehmen delegiert; ein persönlicher Zugang und damit eine individuelle Auseinandersetzung mit der Sterblichkeit, nicht zuletzt der eigenen, wird durch ihre kulturell bedingte Invisibilisierung im Alltagsleben erschwert. In der Covid-19-Pandemie haben sich diese Tendenzen, besonders hinsichtlich der Medikalisierung, aber auch der „Vielgeschäftigkeit“, in verblüffender Ähnlichkeit zu den Aussagen der antiken Epikureer noch einmal verstärkt und werden politisch auch noch befördert, worauf unten noch einzugehen sein wird (vgl. Abschnitt 4).

War zu Beginn der Pandemie von verschiedenen Seiten noch von der Chance, innezuhalten und sich auf die wirklich wichtigen Aspekte des Lebens zu konzentrieren, die Rede, so wurde und wird mit zunehmender Dauer des Krankheitsgeschehens die Rückkehr zum „Normalzustand“ eingefordert. Doch dieser sieht in epikureischen Augen wie die perpetuierte Verdrängung des Todes aus. Es ist aus medizinhistorischer Perspektive sehr unwahrscheinlich, dass das Coronavirus einfach verschwinden wird, und noch unwahrscheinlicher, dass es für die Menschen jemals eine Zeit ohne Seuchen geben wird.⁵ Nicht zuletzt deshalb erscheint es aus hedonistisch-materialistischer Sicht angemessen, eine der eigenen psychischen Gesundheit dienlichere Einstellung gegenüber Krankheit, Sterben und Tod anzunehmen und sich mit dem Faktum der unhintergehbaren Hinfalligkeit der menschlichen Existenz zu arrangieren, damit das Potenzial zum persönlichen Glückseligkeit auch unter schwierigen Rahmenbedingungen ausgeschöpft werden kann.

3. Die Befriedigung von „Hunger“ und „Liebe“ und das Glück in der epikureischen Gemeinschaft

Das epikureische Leben sucht nicht das Forum der Öffentlichkeit, sondern scheut im Gegenteil den Lärm, die Hektik und die Auseinandersetzungen größerer politischer und sozialer Ansammlungen. Es zieht die Selbstisolation

5 Wahrscheinlicher ist, dass man lernen wird, mit der Krankheit zu leben, wie dies auch z. B. bei Pest, Syphilis, Ebola und AIDS der Fall war und ist. Seuchen sind nach Ansicht des Medizinhistorikers und -ethikers Karl-Heinz Leven „prinzipiell nicht ausrottbar [..]; jede Epoche wird mit ‚neuen‘ Krankheiten konfrontiert. Der viel beschworene ‚Kampf‘ zwischen Mikroben und Mensch ist ein evolutionäres Wechselspiel von Aktion und Reaktion bis zur Einpendelung in einem neuen Gleichgewicht“ (Leven 2008, 87).

on in einen relativ kleinen Kreis von Freund*innen vor. Das Paradigma für diese Art der Lebensführung bietet der berühmte Kepos („Garten“) Epikurs. Dabei handelte es sich ursprünglich um ein Gartengrundstück außerhalb der Stadt Athen, das als einer von zwei Versammlungsorten der Philosophiegemeinschaft um den Schulgründer diente. Epikur und seine Genoss*innen, die unterschiedliche Reifegrade in der Philosophie aufwiesen und die auch – für damalige Verhältnisse durchaus nicht selbstverständlich – Frauen und Sklaven miteinbegriffen, teilten hier ein Leben mit gemeinsamen Mahlzeiten und Toten- und Heroenfesten. Sie stellten ihren Lebensunterhalt durch gegenseitige Hilfe, sei es durch Naturalien, sei es durch Unterstützung der ärmeren durch die wohlhabenderen Mitglieder, sicher und sorgten auch untereinander für ihre Kinder (vgl. Erler 1994, 205–208). Moderne Hedonist*innen schätzen diese Art von Philosoph*innengemeinschaft mitunter als ein „bis heute attraktives alternatives Gesellschaftsmodell“ (Lemke 2013, 36).

Ziel der epikureischen Gemeinschaft war, sich gegenseitig zum „guten Leben“ zu verhelfen. Man stimmte in den Lehrsätzen hedonistischen Denkens überein, und weil es diese Prinzipien sind, die auch von heutigen Vertreter*innen des Hedonismus als richtig anerkannt und propagiert werden, scheint es unabdingbar, sie hier noch einmal kurz zu erläutern: Das höchste Gut bestehe darin, das Leben so zu führen, dass möglichst viel „Lust“ (griechisch ἡδονή / Hedone) und möglichst wenig Schmerz empfunden wird. „Hedone“ ist dabei schon bei Epikur, aber auch bei anderen antiken Denker*innen ein schillernder Begriff mit einem weiten Bedeutungsspektrum (vgl. Hossenfelder 2008, 51). Synonyme Begriffe und Konzepte für „Hedone“ sind auch Freude, Vergnügen, Wohlgefallen, Genuss, auch Wollust und sinnliche Begierde. Der dahinterstehende Gedanke geht von einer empirischen Beobachtung aus, die auch heutige Vertreter*innen dieser Richtung überzeugt: Alle Menschen streben von Natur aus nach Lust, und das, nach dem die Menschen spontan streben, soll als der oberste Wert und somit als das Gute gelten.⁶

6 Es ist hier nicht der Ort, um ausführlich auf die Diskussion darüber einzugehen, ob man diese Grundannahme, dass die Lust das höchste Gut sei, als „wahr“ gelten lassen kann. Vor allem Philosoph*innen, die sich anderen, vornehmlich platonisch-idealistischen, aristotelischen oder deontologischen Ethiksystemen verschrieben haben, betonen schon seit der Antike immer wieder, dass es wertvolle Güter gebe, die man auch unabhängig von deren Lustpotenzial erstrebe. Im vorliegenden Beitrag geht es vordringlich um die Kon-

Für Epikur bedeutet „Hedone“ nun aber auch die Freiheit von Schmerzen (*Aponia*). Das Leben in Lust und Freude ist der Zustand des leidensfreien Zufriedenseins mit sich und der Welt. Man kann diesen Ansatz als „optimistisch“ bezeichnen (vgl. Rapp 2016, 56–58), weil der Schmerz auf eine bestimmte Weise bewertet wird: äußerster, d. h. unerträglicher Schmerz sei stets nur von kurzer Dauer, ein mittelschwerer Schmerz, der nur wenig die Empfindung von Lust übersteige, dauere nur wenige Tage, und chronische Leiden seien so beschaffen, dass das Lustempfinden den Schmerz überwiege (DL X, 140; KD 4). Das Ziel der epikureischen Philosophie, dem alle Bemü-

sequenzen, die sich ergeben, wenn man einmal die hedonistische Perspektive eingenommen hat und sich in einer Pandemie wiederfindet; gleichwohl werden die zur Sprache kommenden Lehrsätze durchweg begründet. Unter den diversen Spielarten des Hedonismus wird eine Auswahl getroffen: Positionen, die zwar grundsätzlich hedonistisch orientiert sind, aber letztlich zu starken Wert auf Rationalitätskriterien – zuungunsten von vermeintlich „irrationalen“ Trieben und Gefühlen – sowie eine hypostasierte Quantifizierbarkeit von „Glückseinheiten“ legen (wie z. B. diejenigen von J.S. Mill, F. Feldman), bleiben im vorliegenden Kontext außen vor. Der Beitrag beschäftigt sich dezidiert nicht mit der Frage, ob man den hedonistischen Standpunkt überhaupt akzeptieren soll. Es gibt allerdings reichlich Stellungnahmen vonseiten hedonistischer Denker*innen, die sich gegen die klassischen Einwände wehren. Einige ihrer Hauptargumente bestehen darin zu zeigen, dass die Gegner*innen des Lustprinzips a) sich über die intrinsischen Motivationen für regelkonformes Verhalten täuschten, also etwa von altruistischen Neigungen oder Pflichtgefühlen oder Gewissensregungen ausgingen, die jedoch nach hedonistischer (und übrigens auch psychoanalytischer) Auffassung das Ergebnis von Kultur und Erziehung, also soziale Konstrukte sind, die sich oft nicht zum gesundheitlichen Vorteil für das Individuum psychisch verfestigten; b) von einer nicht empirisch fassbaren übersubjektiven Wahrheitsinstanz ausgingen, die zu erkennen nur Eingeweihten, also vorzüglich idealistischen Philosophen, vorbehalten sei; und dass c) gerade die heutige analytische Philosophie sich zu sehr an einem separierten und armen Begriff der „Lust“ abarbeite, und das mitunter in gewollt abschreckenden Gedankenexperimenten (vgl. etwa Nozicks berühmte „experience machine“), ohne dabei den vieldimensionalen Bedeutungsgehalt dieses Konzeptes zu berücksichtigen, so dass die reale Lebenswelt, die Notwendigkeit sozialer Beziehungen und die Gefühle und natürlichen Strebungen des Menschen aus der Diskussion herausfallen. Die Vertreter*innen des ethischen Hedonismus sehen jedenfalls in der Bestimmung der Lust als höchstes Gut ein Axiom – nicht: Beweis –, von dem sich im Vergleich mit anderen ethischen Systemen ihrer Ansicht nach die lebens- und menschenfreundlichsten Deduktionen gewinnen lassen; vgl. dazu Kanitscheider 2008, 169–182; Kanitscheider 2011, 7–15; Hildt 2018.

hungen letzten Endes zustreben, ist die Freiheit von körperlichem Schmerz (*Aponia*) und seelischer Störung (*Ataraxia*) (DL X, 131).

Neben der Neutralisierung der Grundängste menschlicher Existenz (s.o., Abschnitt 2) besteht eine weitere wichtige Aufgabe darin, die eigenen Lüste zu kultivieren, vor allem durch Selbstbeherrschung und Reduzierung der Begierden. Diese unterscheiden sich nach Epikur grundsätzlich in natürliche und nicht natürliche, wobei die natürlichen entweder notwendig oder nicht notwendig sind (DL X, 149; KD 29).⁷ Es geht darum, sich vornehmlich auf die natürlichen und notwendigen Güter zu beschränken. Dadurch wird schon die Befriedigung der elementaren Bedürfnisse zu einem großen Lusterlebnis, so etwa die Stillung des Hungers durch das Essen einfacher Speisen. Das höchste Glück besteht darin, weder an Hunger noch an Durst noch an Kälte leiden zu müssen (SV 33).

Auch in den Stellungnahmen heutiger Hedonist*innen spielen Enthaltsamkeit und reflektierte Zurücknahme der Begierden auf die notwendigen Bedürfnisse eine essentielle Rolle. In zahlreichen Beiträgen tritt eine deutliche Kritik an der modernen Konsumkultur der westlichen Welt zum Vorschein. Als Störfaktoren auf dem Weg zu innerem Frieden und Lebensfreude werden beispielsweise der zwanghafte Drang zum jährlichen Standardurlaub, der ständig im Hintergrund laufende Fernseher, die „Belästigungen permanenter Ansprechbarkeit über Mobiltelefone“ oder „standardisierte Fastfoodverführungen“ benannt, generell alle Phänomene des „exzessiven Wohlstandsgetöses, das ständig weiter angeheizt wird durch die übermächtige Durchdringung der öffentlichen Kommunikation mit kommerzieller Reizüberflutung“ (Bendixen 2012, 321, 326). Von Hedonist*innen wird die moderne Massentierhaltung, d. h. die industrielle Fleischproduktion sowie die Milch- und Eierindustrie, aufgrund ihrer Auswirkungen auf das

7 Das ist die Unterscheidung, die für den hier vorliegenden Kontext am interessantesten ist. Es gibt noch eine andere Einteilung der Lustzustände, die sich aber in ihren praktischen Konsequenzen für die eigene Lebensführung weniger maßgebend auswirkt, weil sich die Alternativen nicht gegenseitig ausschließen, nämlich die Differenzierung zwischen „kinetischen“ und „katakstematischen“ Lüsten (DL X, 136): Der Text nennt als kinetische, d. h. „in Bewegung befindliche“ Lüste Frohsinn (*εὐφροσύνη*) und Vergnügen (*χαρά*), als katastematische, d. h. „bleibende“ Lüste die seelische Unerschütterlichkeit (*ἀταραξία*) und körperliche Schmerzlosigkeit (*ἀπονία*). Die katastematischen Lüste sind dabei die erstrebenswerteren; die kinetischen haben einige Interpretationen auch als Empfindung des Übergangs von der Unlust zur Unlustfreiheit gedeutet (vgl. Hossenfelder 2008, 46).

Wohl der betroffenen Tiere und auf das Ökosystem scharf kritisiert. Nicht zuletzt wird dabei die Verbindung zu Pandemien wie der Spanischen Grippe von 1918 gezogen, die – ebenso wie aktuell Covid-19 – durch einen Erreger verursacht wurde, der aus einer Zoonose hervorgegangen war. Diejenige Richtung der hedonistischen Philosophie, die sich „Gastrosophie“ nennt, fordert daher eine „hedonistische Askese“ und „Verzicht“, was bedeutet, dass der Fleischkonsum aus ethischen Gründen deutlich reduziert werden müsse, damit die Produktionsbedingungen aufgrund der dann viel niedriger nachgefragten Menge an tierischen Lebensmitteln eben nicht mehr nach Art und Weise industrieller Güterherstellung beschaffen sein müssten (vgl. Kolmer 2016; Lemke 2013; Mohrs 2016). Das gute Leben besteht aus hedonistischer Perspektive im Verzicht aus vernünftiger Einsicht. Als Alternative zum derzeit vorherrschenden Lebenswandel wird eine reflektierte Anpassung des eigenen Lebensstils hin zu gelassenem Einkaufen, kreativem Kochen, künstlerischer Betätigung und Pflege sozialer Kontakte propagiert (Bendixen 2012, 326). Auch und gerade heute gehe es darum, in epikureischer Manier genügend hinsichtlich der eigenen Einbildungen zu sein, um sich das eigene Glück nicht durch unerfüllbare Wünsche und illusorische Standards zu verderben (vgl. Pfaller 2011, 43–45).

Doch warum wird – über die Reduzierung der persönlichen Begierden hinaus – ein zurückgezogenes Leben bevorzugt? Für Epikur entsteht „optimale Sicherheit erst mit einem ruhigen, abseits der großen Masse geführten Leben“ (DL X, 143; KD 14). Im Hintergrund steht die Beobachtung, dass die Menschen einander aus Hass, Neid und Verachtung schaden, der Weise diese antisozialen Leidenschaften aber durch sein Denken überwinde (DL X, 117). Das nüchterne Nachdenken (*νήφων λογισμός*; DL X, 132) ist somit essentiell einerseits für die Bewertung und Auswahl der zu befriedigenden Lüste nach einem Kalkül, das die positiven und negativen Folgen berücksichtigt, und andererseits zur Verhinderung derjenigen antisozialen Affekte, die die Menschen aufgrund ihrer mangelnden Reflexion grundsätzlich an den Tag legen. So muss man sich auch vor der Menge schützen, um nicht deren glücksbehindernde Verhaltens- und Denkweisen zu teilen.

Innerhalb des bewusst eingegengten Kreises von Menschen, mit denen man sein Leben teilt, kommt der Freundschaft ein zentraler Wert zu (DL X, 148). Sie ist unentbehrlich für das Erreichen des persönlichen Zustands des Glücklich-Seins, denn die Freund*innen helfen einander in dem Bemühen, durch beständiges Nachdenken und Spiegelung des/der jeweils anderen schädliche Gedanken, Meinungen und Verhaltensweisen zu korri-

gieren. Innerhalb des Freundeskreises soll die Achtsamkeit gegenüber den Bedürfnissen anderer geübt, Emotionen kontrolliert und dabei gleichzeitig Empathie kultiviert werden (vgl. Horn 1998, 252–254). Dass es sich dabei um eine Verbindung zum Zwecke wechselseitigen Nutzens handelt, nicht um Altruismus, war und ist den Hedonist*innen stets klar. Doch das Lustkalkül, dem man sich gemeinschaftlich verschreibt, lässt erwarten, dass die Freundschaft vor allem auch in schwierigen Zeiten aufrechterhalten wird, denn die Freund*innen ermöglichen einander ja nicht nur positive Lustempfindungen bei gemeinsamen Gesprächen und Aktivitäten, sondern auch Sicherheit, auf die das Individuum vertrauen können muss, um einen möglichst sorglosen Seelenzustand aufrechtzuerhalten (vgl. Erler 1994, 166–167; Erler 2016a, 76–77).

Unumwunden gestehen dementsprechend auch moderne Hedonist*innen ein, dass es sich bei dem von ihnen angestrebten Freundschaftskonzept um eine Beziehung zwischen Egoist*innen handelt, von der alle Seiten profitieren, weil sie reziproke Bedürfnisbefriedigung, Lustempfinden, soziale Stabilität und damit das höchste Glück generiert. Die Freude des/der anderen wird zur eigenen, gleichzeitig verursacht aber auch das Unbehagen des/der einen dasselbe beim Gegenüber, so dass man gemeinsam versucht, das jeweilige individuelle Glücksempfinden zu erzeugen und abzusichern (vgl. Kanitscheider 2011, 265–273; Onfray 2015, 45–52). Dass in diesem Freundschaftskonzept auch die Sphäre des Sexuellen miteinbegriffen ist, stellt ein Charakteristikum der hedonistischen Philosophie dar. Ungeachtet der Tatsache, dass Epikurs Haltung gegenüber der Rolle der Sexualität angesichts der sehr fragmentarischen Überlieferung seiner diesbezüglichen Aussagen nicht ganz klar ist und seit jeher zu diversen Interpretationen geführt hat (wobei ihm von den meisten eher eine ablehnende Grundstimmung attestiert wird; vgl. dazu Kaiser 2019b, 79–99, 442–443; Nussbaum 2009, 149–154), stellen heutige Vertreter*innen des Hedonismus die Geschlechtlichkeit ganz besonders wertschätzend in den Vordergrund ihrer Überlegungen. In Kontrast zu den meisten philosophischen und religiösen Kulturen (vgl. Kanitscheider 1998) haben sie nicht nur die Lust an sich als höchstes Gut gesetzt, sondern darunter dezidiert auch sämtliche Dimensionen der Körperlichkeit und Sinnlichkeit und damit auch die aus Erotik und Sex gewonnene Lust verstanden. Damit verbunden war und ist stets der Kampf für die Akzeptanz jeglicher Orientierung und sexueller Vorliebe sowie die Forderung nach Freiheit der Lebensführung in geschlechtlicher Hinsicht, unter der einzigen Bedingung, dass andere nicht zu Schaden kommen (vgl. Onfray

2001; Kanitscheider 2011, 217–248; Kaiser 2019a, 174–178; Wilson 2019, 117–122).

Wichtig für die Einschätzung der Bedeutung des Sexuallebens in Pandemiezeiten (vgl. u., Abschnitt 4) ist es zu verstehen, dass die körperliche Liebe nicht schlicht als Akzidens des menschlichen Lebens angesehen wird, das man auslebt oder eben auch nicht, und auch nicht vornehmlich unter dem „natürlichen“ Vorzeichen der Reproduktion steht. Vielmehr gilt das Sexualempfinden und -leben als natürliches Grundbedürfnis jedes Menschen, das für die physische, aber auch psychische Gesundheit von entscheidender Bedeutung ist. „Mutter Natur“ ist hier ambivalent; mag sie vielleicht auch auf Arterhaltung abzielen, so geht die Bedeutung des Triebes empirisch weit darüber hinaus und erfasst auch Menschen, die altersmäßig oder aufgrund fehlender funktioneller Reife nicht oder nicht mehr zur Fortpflanzung beitragen können. Hedonist*innen fassen den entsprechenden Komplex meist in rein materialistischer Manier auf. Bereits in den vierziger Jahren des 20. Jahrhunderts hatte der Arzt und Anarchist Fritz Brupbacher den zugrundeliegenden Gedankengang sehr prägnant anhand des Begriffspaares „Hunger“ und „Liebe“ formuliert, das vor ihm u. a. auch Sigmund Freud mehrfach zur Explikation seiner Triebtheorie verwendet und das mehrere (insbesondere sozialistisch orientierte) Intellektuelle zu eigenen Interpretationen inspiriert hatte (vgl. Kaiser 2019a, 187–188). „Hunger“ und „Liebe“ stellen die beiden grundlegenden Triebe des Menschen dar, wobei unter „Hunger“ all die Stoffe verstanden werden, die der Organismus zum materiellen Überleben benötigt (z. B. Nahrung und Wärme), während „Liebe“ das existenzielle Angewiesen-Sein auf diverse Formen mitmenschlicher Zuwendung bedeutet, was beim reiferen Menschen eben auch und unabweisbar das Bedürfnis nach sexueller Betätigung miteinschließt. Für die materialistischen Denker*innen sind allein diese beiden Triebe die Grundausrüstung, alles Weitere – alle Kultur, alle Moral, alle Gefühle von Pflicht und Sympathie usw. – sind Anpassungsleistungen des Menschen zur Befriedigung dieser beiden Notwendigkeiten (vgl. Brupbacher 1946, 8–27). Sexualität kommt insofern eine entscheidende salutogenetische Bedeutung zu; sie ist nicht einfach eine optionale Freizeitaktivität, sondern ein wesentlicher Faktor der persönlichen körperlichen und psychischen Gesundheit. Auch das gilt es in der Pandemie zu berücksichtigen.

Das bisher Gesagte zusammengefasst, lässt sich vielleicht erahnen, warum Michel Onfray in dem eingangs angeführten Zitat die antike Philosophie, vor allem die materialistische Lebenskunst epikureisch-hedonistischer Prägung,

als hilfreiche Unterstützung zur Bewältigung der Pandemie erachtet. Es handelt sich um eine philosophische Stärkung des Individuums, das durch die eigene Denkleistung und kluge Einrichtung der Lebensumstände Sicherheit und ein gutes Leben auch in Krisenzeiten bewerkstelligen und eine psychische Resilienz gegen Sorgen und Stress aufbauen kann. Das bedeutet faktisch eine Selbstisolation vom geschäftigen Treiben der Umwelt, von den falschen Ängsten und fehlgeleiteten Zielen vieler Mitmenschen. Durch die Konzentration auf Todesakzeptanz, Bedürfnisreduktion und Freundschaft wird das Individuum frei. Freiheit ist in diesem Zusammenhang gleichbedeutend mit Autonomie, d. h. man ist „Herr seiner selbst“ („seigneur de lui-même“; Onfray 2020a). Für Hedonist*innen ist die Pandemie insofern keine größere Gefahr als andere Krisen, weil sie sich schon vorher in glücksförderlichem Verhalten eingeübt haben.

Doch was ist mit denjenigen, die stärker von den gesellschaftlichen Auswirkungen der Pandemie getroffen werden, weil sie in „normalen“ Zeiten andere Prioritäten verfolgen als die beschriebene Selbstisolation oder die Todesakzeptanz? Michel Onfray hat sich skeptisch zur Frage geäußert, ob die Corona-Pandemie im Endeffekt vielleicht sogar zu positiven Effekten führen werde:

Dieses Erlebnis wurde massiv aufgezwungen und nicht frei gewählt. Es wird eine Menge Dinge und Menschen zerbrechen: fragile Paare, fragile Wesen, fragile Temperamente und Charaktere, fragile psychische Strukturen. Man geht nicht ungestraft und ohne schrecklichen Schaden von einer Gesellschaft des allgegenwärtigen Lärms, der ständigen Hyperaktivität, der permanenten Aufregung, des endlosen Kommen und Gehens, des fortwährenden Exhibitionismus in die Stille, Ruhe, Einsamkeit, Isolation, Unsichtbarkeit über ... (cette expérience a été massivement imposée et non librement choisie. Elle va casser pas mal de choses et de gens: des couples fragiles, des êtres fragiles, des tempéraments et des caractères fragiles, des structures mentales fragiles. On ne passe pas impunément et si brutalement d'une société du bruit partout, de l'hyperactivité tout le temps, de l'excitation permanente, des interminables allées et venues, de l'exhibitionnisme perpétuel, au silence, au calme, à la solitude, à l'isolement, à l'invisibilité sans que tout cela n'entraîne de terribles dommages ...) (Onfray 2020a; Übers. C.K.)

Wer hedonistisch denkt und lebt, wird – so das implizite Argument – in Krisenzeiten keinen großen Unterschied erleben, wer anderen Prinzipien folgt

und gewöhnlicherweise zu den diversen Spielarten des von den Hedonist*innen so verachteten Zivilisationslärms beiträgt, könnte ungleich mehr leiden; er oder sie bleibt „nicht ungestraft“, wie Onfray sagt. Dass er von der Richtigkeit seiner eigenen Grundsätze überzeugt ist, wird nun nicht überraschen. Im Endeffekt sind Onfrays Aussagen aber einfach ein weiteres philosophisches Angebot bei der Suche nach adäquaten Lösungen in der Krise. Sich am philosophischen Hedonismus zu orientieren kann man zwar empfehlen, anderen aufdrängen kann man ihn aber nicht. Die Haltung ist, dass es jedem und jeder freisteht, sich für diejenigen Lebensorientierungen zu entscheiden, mit denen man sich persönlich am besten fühlt (vgl. Kanitscheider 2011, 13–14). So gestaltet sich auch diese Richtung als nur eine von vielen Optionen in der modernen Pluralität der Auffassungen vom guten Leben (vgl. Horn 2017, 202).

Der Rückzug, die „Sorge um sich selbst“, ist also das Betätigungsfeld, in dem der epikureische Hedonismus – wie alle hellenistischen Strömungen – seit jeher seine Fruchtbarkeit und Anschlussfähigkeit für den modernen Menschen erweist. Nichtsdestotrotz kann die hedonistische Stimme möglicherweise auch jenseits der individuellen Arbeit an sich selbst einen konstruktiven Beitrag leisten, sind doch deren Grundannahmen objektivistisch in dem Sinne, als diese davon ausgehen, dass die Konstituenten des persönlichen Glücks bei allen Menschen ziemlich ähnlich sind. Wie oben skizziert, könne man das Glücklich-Sein durch eigene Kraft erreichen, und das innerhalb der Lebenszeit; auch spielen äußere Güter eine wesentlich geringere Rolle als die innere, reflektierte Einstellung, die die „Steigerung der persönlichen Zufriedenheitskompetenz“ (Horn 2017, 204) bewirken soll. Faktisch ist das eine Aussage über die Natur des Menschen. Akzeptiert man diese Annahme, können diese naturalistischen Argumente zur Reflexion darüber beitragen, welche politisch-sozialen Mittel angemessen oder abwegig sind, um den Menschen in der Pandemie das gute Leben zu ermöglichen.

4. Politisch relevante Grundsätze für das gute Leben in der Pandemie

4.1 Die politische Dimension der hedonistischen Philosophie

Die Pandemie erfordert bzw. zeitigt zum Teil drastische politische Maßnahmen. Der ethische Hedonismus wird sich hier berufen fühlen die Stimme zu erheben, schließlich war er immer schon politisch. Das mag den einen oder

die andere verwundern, die andere Interpretationstraditionen gewöhnt sind und die epikureische Philosophie für genuin unpolitisch halten. Wie oben dargestellt, lebt der glückliche Mensch in der epikureischen Gemeinschaft ja fernab der Masse. Grundsätzlich werde er sich nicht mit Politik befassen (DL X, 119). Berühmt geworden ist die entsprechende Haltung unter dem Motto „Lebe im Verborgenen“ („λάθε βίωσας“); die Kritik an dieser Einstellung ist alt. Sie wurde prominent etwa schon von Plutarch vorgetragen (vgl. Plutarch, *De latenter vivendo* 3,1128E–4,1129D). Auch heutige Interpret*innen Epikurs meinen, das Verborgenhheits-Diktum als falsch zurückweisen und die Wichtigkeit der politischen Mitwirkung auch vonseiten der Philosoph*innen betonen zu müssen (Nussbaum 2009, 138–139; Lemke 2013, 38–39). Doch hier liegt wohl ein etwas zu kurz gegriffenes Verständnis davon vor, was „Verborgenhheit“ für die Schule Epikurs heißen könnte. Zwar ist Epikurs Verhältnis zur politischen Betätigung von Zurückhaltung und Skepsis bestimmt, doch bedeutet das nicht notwendig eine völlige Enthaltensamkeit in Fragen des politisch-sozialen Lebens (vgl. Erler 1994, 70). Politik ist allerdings kein Selbstzweck. Anhand der Argumentation, wann nach hedonistischer Auffassung politische Beteiligung vonnöten ist, lassen sich auch Grundsätze für die Bemühungen zur Bewältigung der Pandemie gewinnen.

Zentral ist das Kriterium der Sicherheit des Individuums. Nach Ansicht Epikurs und seiner Schule, aus der immerhin einige berühmte politisch Engagierte hervorgegangen waren (vgl. Erler 1994, 163), ist das Leben in der menschlichen Gemeinschaft motiviert durch den Nutzen, den die einzelnen Mitglieder aus dem Zusammenleben ziehen. Die Gesetze folgen nicht einem wie auch immer verstandenen Naturrecht, sondern beruhen auf der Konvention der Menschen, die sich ebendiese Regeln geben und sie auch immer wieder anpassen. Je stabiler der soziale Ordnungsrahmen ist, desto sicherer lebt das Individuum und desto besser kann es nach seinem persönlichen Glück streben und seine Lebensführung gemäß den Grundsätzen von Lusterfüllung und Freudeerzeugung gestalten. Der Wert der Gesetze bestimmt sich ausschließlich nach ihrem Nutzen für die Lust und das Glück des einzelnen Menschen (vgl. Erler 1994, 164–165 unter Verweis auf KD 7, 33 und 34). Das wichtigste Prinzip und gleichzeitig die Definition gerechten Verhaltens ist dabei, dass man sich gegenseitig keinen Schaden zufügen soll (DL X, 150; KD 31). Die hedonistische Lebensform impliziert damit eine gewisse Anteilnahme am politischen Geschehen, weil dieses die unweigerliche Voraussetzung für das freudeerfüllte Leben überhaupt darstellt. Wichtig ist hier jedoch – wie in so vielen anderen Angelegenheiten –, möglichst zurückhaltend zu sein.

In der Moderne finden sich dementsprechend immer wieder Verfechter*innen hedonistischer Lebens- und Denkstile an vorderster Front der politischen Debattenkultur. Es ist sicher kein Zufall, dass sie sich im 20. Jahrhundert im Kampf für soziale Freiheiten, Frauenrechte, Befreiung der Arbeiterschaft, Sexualaufklärung, Geburtenkontrolle und Entkriminalisierung von Schwangerschaftsabbrüchen hervortaten.⁸ Auch Philosoph*innen, die sich in jüngster Zeit zu Wort gemeldet und sich in ihren Büchern als Sympathisanten der epikureischen Sache zu erkennen gegeben haben, machen ihr politisches Bewusstsein klar. Auf Epikur aufbauend betont etwa Robert Pfaller, dass eine wesentliche Voraussetzung für die (individuelle) Lust die Geselligkeit sei, die sich aus dem solidarischen und freundschaftlichen Miteinander speise, und hinsichtlich genau dieser „Bedingungen der Sozialität, an denen die Gründe hängen, für die es sich zu leben lohnt“, solle man wenig genügsam sein, ja sie müssten sogar erkämpft werden (Pfaller 2011, 44). Es ist ein Kampf gegen „jene Verhältnisse, welche den Menschen die erreichbaren materiellen Lustbedingungen versperren“ (ebd.). In ähnlichem Fahrwasser formuliert Bernulf Kanitscheider die gesellschaftliche Bedeutung der hedonistischen Position: „Der Hedonismus wird sicher angemessen als antiautoritär, unideologisch und ordnungsfeindlich eingestuft, und darin muss man auch seine Stärke sehen. Er soll die Individuen aufrütteln, sich jeder heroischen Domestizierung zu widersetzen, ihr Glück gegen die Übergriffe des mächtigen Kollektivs zu verteidigen“ (Kanitscheider 2008, 184). Und auch Michel Onfray ruft zu libertär-politischem Engagement auf. Er empfiehlt, sich „nomadische epikureische Gärten“ zu bauen, die um uns selbst angelegt sind (anstelle dem „infantilen“ Wunsch nach allzu großen Ideen wie einem besseren Staat, einer friedlichen Gesellschaft und einer glücklichen Kultur nachzujagen). Ihm schwebt eine „minimalistische Politik“ vor, die nur ein Ziel verfolgt: die Schaffung individueller oder kollektiver Momente wahrer Ataraxie und wirklichen Seelenfriedens (Onfray 2015, 138–139).

Die Kritik an der angeblich unpolitischen Grundhaltung muss man also insofern zurückweisen, als diese ein bestimmtes Ziel – konventioneller bzw. konservativer – politischer Aktivität vor Augen hat, das sich aber weder

8 Lediglich als Beispiele seien hier mit Paolo Mantegazza, Wilhelm Reich sowie dem Ehepaar Fritz und Paulette Brupbacher vier politisch höchst aktive Ärzt*innen genannt, die aus ihrer hedonistischen Ethik einen humanitären Auftrag ableiteten und diesen jeweils in zahlreichen Schriften, vor allem aber auch durch ihre praktische Arbeit verbreiteten; vgl. ausführlich dazu Kaiser 2019a.

mit der Definition noch dem Zweck und den dazugehörigen Mitteln hedonistischer (Mit-)Gestaltung sozialer Strukturen deckt. Gleichwohl handelt es sich in beiderlei Verständnis fraglos um Politik. Es ist einleuchtend, dass philosophische Positionen, die sich an hedonistischen Grundsätzen orientieren, für einen starken Individualismus plädieren. Das bedeutet in erster Linie natürlich die größtmögliche Entfaltung der Interessen, Neigungen und Eigenschaften der einzelnen Person unter möglichst geringer Beschränkung durch Gesellschaft und Gesetze. Öffentliche Maßnahmen zur Eindämmung der Gefahr durch die Pandemie sollen dementsprechend so wenig wie möglich in die Freiheit des Individuums eingreifen und sich daran orientieren, die Bedingungen für Lust und Glück zu schaffen. Wie im Folgenden skizziert wird, könnte sie das u. a. dadurch bewerkstelligen, dass sie die Befriedigung der natürlichen Grundbedürfnisse der Menschen als wichtigstes Kriterium für die Sinnhaftigkeit und Legitimität ihrer Maßnahmen heranzieht (Abschn. 4.2). Außerdem gelte es, die vorhandenen Mittel so einzusetzen, dass das Gesundheitswesen deutlich gestärkt wird, schließlich stellt es die gemeinschaftlich organisierte und finanzierte Basis für das gute Leben aller Einzelnen dar (Abschn. 4.3).

4.2 Die Befriedigung der natürlichen Grundbedürfnisse

Grundsätzlich gilt, dass Gesundheit im Sinne von Schmerzfreiheit, wie oben dargelegt, eine der notwendigen Voraussetzungen für das gute Leben ist. Sie spielt beim Kalkül, welche Bedürfnisse unbedingt permanent befriedigt und welche vielleicht später oder gar nicht berücksichtigt werden müssen, eine entscheidende Rolle. Wenn die allgemeine Infektionsgefahr sehr hoch ist, vertraut man dem Rat der medizinischen Expert*innen, und wenn deren kompetente Einschätzung – bestenfalls unabhängig von Einflussnahme durch die jeweilige politische Führung (vgl. Pfaller 2020b) – zu Regelungen wie Maskenpflicht sowie Abstandsgeboten und Hygienemaßnahmen wie Händedesinfektion führen, kann man sich diesen ohne größere Verluste an Autonomie und Lebensglück anschließen. Bei der Abwägung, welche persönlichen Freiheiten zeitweise beschränkt werden können, wird man der Sicherheit vor der Ansteckung, aber auch vor der Gefährdung durch unbedachtes Risikoverhalten anderer einen hohen Stellenwert einräumen. Wenn und solange sich das Ausmaß der Bedrohung nicht klar erkennen lässt, kann größere Vorsicht vertretbar sein (vgl. Pfaller 2020a).

Der zentrale Maßstab für das gute Leben wird weiterhin sein, wie die Menschen ihre natürlichen Triebe „Hunger“ und „Liebe“ in ihrer oben er-

wähnten Bedeutung befriedigen können. Die Grundgüter des täglichen Lebens, also Nahrung, Kleidung und Wohnung, müssen sichergestellt sein. Solange es keine Einschränkungen bezüglich des Erwerbs dieser Güter gibt, ist zumindest für den Trieb „Hunger“ gesorgt. Problematischer ist der Bereich „Liebe“, der wie gesagt soziale Kontakte meint, unter die Familie, Freundschaft, aber auch sexuelle Begegnung zu zählen sind. Man kann feststellen, dass gerade auf diesem Feld die größten Eingriffe und Verhinderungen zu befürchten bzw. bereits zu verzeichnen sind. Politische Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemiegefahr wie Kontaktverbote und Beschränkungen von Treffen auf Mitglieder des eigenen Haushalts müssen aus hedonistischer Perspektive das individuelle Bedürfnis nach sozialem Miteinander viel stärker berücksichtigen und entsprechende Freiheiten ermöglichen. Das meint nicht Großveranstaltungen, die, wie oben dargelegt, leicht verzichtbar sind, sondern die Begegnungen des täglichen Lebens. Die Angst vor der Ansteckung darf nicht dazu führen, dass die Erfüllung der wichtigsten Grundbedürfnisse leidet und das Leben sich auch ohne Corona-Infektion „krank“ anfühlt.

Zu wenig berücksichtigt wurde und wird in diesem Zusammenhang der Drang zur sexuellen Betätigung. Wie Robert Pfaller richtig gesehen hat, wird durch die Kontaktbeschränkungen eine bestimmte Form der Sexualpartnerschaft, nämlich die monogame Zweierbeziehung in einem separaten Haushalt, gegenüber anderen bevorzugt (Pfaller 2020b). Zufälligerweise handelt es sich bei diesem Partnerschaftsmodell um dasjenige, das ohnehin von Politik und Gesellschaft gefördert wird, man denke etwa an die Steuergesetzgebung oder die Familienförderung in vielen Bereichen des öffentlichen Lebens. Menschen, die ihre sexuellen Angelegenheiten nicht bereits nach diesem eher konservativen Gefüge ordnen und einrichten wollten – etwa weil sie andere natürliche Bedürfnisse haben oder keine Lebensgemeinschaft eingehen und trotzdem nicht auf eine erfüllte Sexualität verzichten wollen – oder konnten – wie etwa Jugendliche, die noch keinen festen Lebensrahmen entwickelt haben, oder alle Menschen, die noch „auf der Suche“ nach dem/der geeigneten Partner*in sind –, werden hier tatsächlich und massiv in der Erfüllung ihres Glücks behindert. Das Ausleben der Sexualität nach den jeweils eigenen Bedürfnissen ist nach hedonistischem Verständnis wie gesagt kein Accessoire des Lebens, das man haben kann oder nicht, sondern eine unabdingbare Voraussetzung für Gesundheit und Lebensglück. Mag auch die kurzzeitige sexuelle Enthaltbarkeit im konkreten Einzelfall nicht unbedingt eine große Tortur darstellen – wobei man bei Kontaktverboten

die Dauer ja normalerweise nicht genau antizipieren und somit nicht wissen kann, wie lange man verzichten muss –, so liegt das Problem doch vor allem darin, dass so bedenkenlos über die Dimension des Geschlechtslebens hinweggesehen wird. Diese Grundbedürfnisse werden bei der Diskussion um die Legitimität von politisch-sozialen Einschränkungen zu selten artikuliert; sie sollten aber ins Zentrum der Überlegungen rücken.

Ein weiterer kritischer Bereich ist der Umgang mit Angehörigen der sogenannten Risikogruppen, die durch die Kontaktverbote faktisch isoliert werden. Auch deren Grundbedürfnis nach „Liebe“ darf nicht außer Acht gelassen werden. Alte Menschen, die man vor der Infektion schützen möchte, entbehren der dringend benötigten sozialen Wärme und laufen Gefahr, Einsamkeit, Depression und Verzweiflung zu erleiden (vgl. Pfaller 2020b). Hier ist der oben skizzierte Grundsatz einschlägig, wonach man viel mehr darauf achten muss, nicht den Tod zu fürchten, sondern ein schlechtes Leben. Berichte von solcherart isolierten Menschen, die lieber sterben als zur Einsamkeit gezwungen zu sein (z. B. Grimm 2020), bestätigen die Wirklichkeitsnähe dieses Prinzips. Die Verfügung über das eigene Leben schließt nach hedonistischem Verständnis immer schon die uneingeschränkte Selbstbestimmung über den eigenen Tod mit ein (vgl. Wilson 2019, 133–140). Ein erfülltes Leben ist stets vorzuziehen, auch wenn es kürzer sein sollte als das „nackte Leben“.

Ein drittes Problemfeld betrifft eine umfassendere Perspektive auf andere vulnerable Gruppen. Kranke und Pflegebedürftige, auch und insbesondere, wenn sie in Heimen leben, laufen in besonderer Weise Gefahr, durch Besuchs- und Kontaktverbote oder durch fehlende gemeinsame Mahlzeiten und Gruppenaktivitäten an sozialer Isolierung zu leiden. Darin sieht die *Akademie für Ethik in der Medizin* in ihrem entsprechenden pflegeethischen Diskussionspapier eine „massive Gefährdung von Gesundheit und Wohlbefinden der Pflegeempfänger*innen“, weshalb die Fokussierung auf den Infektionsschutz problematisiert und eine stärkere ethische Reflexion von leiblicher Nähe und Lebensqualität gefordert wird (vgl. AEM 2020). Aus pädagogischer Sicht bergen Kontaktverbote, häusliche Isolation und Schulschließungen erhöhte Exklusionsrisiken und eine existenzielle Bedrohung von Menschen, die ohnehin schon am Rand der Gesellschaft stehen (vgl. DGfE 2020). Individuelle Bedarfe dieser hilfsbedürftigen Personen – Menschen mit körperlichen und mentalen Beeinträchtigungen, Obdachlose, Arme, Kinder aus prekären Verhältnissen – können nicht mehr mitgeteilt oder gesehen werden, Mobilitätsmöglichkeiten für behinderte Men-

schen werden deutlich eingeschränkt, die Befriedigung der psychosozialen Bedürfnisse von Kindern, insbesondere von Kindern mit Behinderungen, kann allein durch die Eltern kaum auf Dauer sichergestellt werden, Tafeln und andere Hilfsangebote sind geschlossen, Menschen müssen in prekären Wohnverhältnissen auf engstem Raum zusammenleben. Die *Deutsche Gesellschaft für Erziehungswissenschaft* sieht all diese Aspekte als Verhinderung sozialer Teilhabe und fordert, dass auf die Ermöglichung dieser Teilhabe geachtet werde, weil sie ein menschliches Grundbedürfnis sei (ebd.).

Die hedonistische Perspektive kann diese Forderungen nur unterstreichen, weil sie gemeinsame Ziele verfolgen. Allerdings gilt es einen nicht unwichtigen Unterschied festzuhalten: In den besagten Stellungnahmen wird zur Begründung auf Konzepte wie „Menschenrechte“ und „Grundrechte“ oder das „Recht auf Teilhabe“ verwiesen (vgl. AEM 2020; DGfE 2020). Das ist jedoch sehr voraussetzungsreich, weil zum einen nicht klar wird, inwiefern die skizzierten Problemlagen mit den besagten Rechten kollidieren, und zum anderen, weil die Rede von „Rechten“ eine Einklagbarkeit suggeriert, die ebenfalls nicht eindeutig ist. Gemeint sind hier wohl eher moralische Rechte und Pflichten, deren Gültigkeit mehr oder weniger stillschweigend vorausgesetzt wird. Der hedonistische Blick verzichtet demgegenüber in der Regel darauf, von „Rechten“ und „Pflichten“ zu sprechen, weil sie, wie bereits erwähnt, lediglich Konventionen darstellen, die die Menschen bei Bedarf anpassen, wenn ihr Bedürfnis nach Sicherheit anderweitig besser befriedigt wird. Stattdessen sollen nur die natürlichen Grundbedürfnisse in Rechnung gestellt und mit diesen argumentiert werden. Das hat noch einen weiteren Vorteil: „Menschenrechte“ beispielsweise werden nicht in allen Ländern gleichermaßen geschätzt oder geachtet. Die Berufung auf sie setzt eine Gesellschaft voraus, in denen sie auch als Kriterium anerkannt sind. Der Bezug auf die natürlichen Grundbedürfnisse „Hunger“ und „Liebe“ tritt universalistischer auf, weil er nicht nur in liberalen Demokratien, sondern auch in totalitären Regimen einleuchtend und plausibel erscheinen könnte. Für das individuelle Lebensglück ist es schließlich nicht unbedingt entscheidend, unter welcher Regierungsform man lebt, wohl aber, ob man sich an Schmerzfreiheit, d. h. Gesundheit, innerer Zufriedenheit und Geselligkeit erfreuen kann oder nicht.

4.3 Das Gesundheitswesen und die Politik des guten Lebens

Wenn die Befriedigung von „Hunger“ und „Liebe“ in dem hier dargelegten Sinne gewährleistet wird, bietet das Leben auch in der Pandemie ausreichend Möglichkeiten, das individuelle Glück zu realisieren. Um das allgemeine Ansteckungsrisiko zu minimieren, könnten dafür andere Lockerungen zurückgenommen und Freiheiten beschränkt werden, die nicht in demselben Maße den Kern der menschlichen Bedürfnisse betreffen, und das deckt sich mit der oben skizzierten Kritik hedonistischer Autor*innen an der heutigen Konsumkultur. In diesem Sinne sind staatliche Subventionen zur Steigerung der Kauf- und Konsumlust höchst unnötige Maßnahmen, die falsche Lebenseinstellungen verfestigen und die verdrängten (Todes-)Ängste in unsicheren Zeiten durch Anreize zum erhöhten Verbrauch nicht notwendiger Güter und zur oben umrissenen „Vielgeschäftigkeit“ eher verstärken als heilen helfen. Ebenso unsinnig erscheint die beinahe schon zwanghafte Ermöglichung von Urlaubsreisen, die nicht nur einem nicht notwendigen Begehren entgegenkommen, sondern die allgemeine Gefahr der Infektion noch einmal erhöht. In der Pandemie käme es vielmehr darauf an, die Fähigkeit des Menschen zu fördern, „bei sich selbst“ zu sein.

Gerade mit den Ängsten, die in Pandemiezeiten überhandnehmen, ließe sich vernünftiger umgehen. Es handelt sich bei der Corona-Pandemie ja nicht um ein Krankheitsgeschehen, das unausweichlich und in jedem Fall tödlich verlaufen muss. Man kann die Krankheitsfälle bzw. die Symptome mit den Möglichkeiten der modernen Medizintechnik relativ gut therapeutisch begleiten; schwere Verläufe lassen sich durch intensivmedizinische Maßnahmen zum Teil abschwächen. Versorgungsengpässen könnte man durch Bereitstellung etwa von ausreichend Schutzmasken und Schaffung genügend großer Testkapazitäten vorbeugen. Problematisch ist zudem die begrenzte Anzahl von Plätzen in den Kliniken zur adäquaten Versorgung der akut hilfebedürftigen Patient*innen im Bedarfsfall. Für die prekäre Versorgungslage etwa in Frankreich, aber auch in anderen EU-Staaten, hat Onfray die Politik der Liberalisierung der vergangenen Jahrzehnte direkt verantwortlich gemacht (Onfray 2020b). Ähnliche politische Kausalitäten prangert auch Pfaller an: Weil die Europäische Zentralbank in Folge der Finanzkrise die italienische Regierung „ausdrücklich dazu gezwungen“ habe, im Gesundheitssektor zu sparen, sei in Italien die Anzahl der Intensivbetten um so viel geringer als z. B. in Deutschland, und er folgert provokativ: „Hier haben Menschen andere Menschen konkret zu Tode gebracht durch erzwungene medizinische Unterversorgung. Da gehören wirklich die Verantwortlichen

kriminalpolizeilich ermittelt und vor Gericht gestellt“ (Pfaller 2020b). Das Problem wird demnach von beiden Philosophen in einer Denk- und Wirtschaftsweise verortet, die sich von dem Bedarf an Sicherheit im gesundheitlichen Bereich entkoppelt, um andere politische Ideale wie z. B. die unternehmerische Organisation des medizinischen Sektors oder Konformität mit zwischenstaatlich vorgegebenen Haushaltszielen zu realisieren.

Da die Gesundheit auch aus hedonistischer Perspektive ein hohes Gut darstellt, wäre es also angezeigt, hier anzusetzen und die Anzahl an Plätzen auf den intensivmedizinischen Stationen und generell die Zahl der medizinisch geschulten Betreuer*innen und Ärzt*innen deutlich zu erhöhen. Das stimmt mit der Forderung überein, die pflegerische Versorgungskrise, die von Fachleuten schon seit Längerem angeprangert wird, endlich zu beenden (vgl. AEM 2020). Bei der Frage der Zuteilung von staatlichen Geldern und Investitionsmitteln wäre der Gesundheitsversorgung eine deutliche Präferenz vor anderen öffentlich finanzierten Bereichen einzuräumen. Möglichkeiten zur Einsparung an anderer Stelle wurden gerade genannt, etliche weitere wären leicht denkbar, z. B. im Bereich der immensen Subventionierung der Massentierhaltung, auf die aus den oben kurz angedeuteten Gründen verzichtet werden sollte.

Es wäre jedoch zu kurz gegriffen, würde man nur der Politik die Verantwortung zuschieben. Es ist schließlich immer noch die Philosophie, der die bedeutendste Rolle für das gute Leben zukommt, und so sieht sie sich also erneut mit einer ihrer genuinen Aufgaben konfrontiert, was zurück zum Beginn dieses Beitrags leitet: Für das hedonistische Denken geht das Lebensglück Hand in Hand mit der Anregung, der verbreiteten Todesverdrängung entgegenzuwirken. Wenn der Tod nicht mehr als Damoklesschwert empfunden und gefürchtet wird, das über dem eigenen Leben hängt, werden nach dieser Auffassung dringend benötigte persönliche und gesellschaftliche Ressourcen frei, um das eigene Leben und das der Mitmenschen mit mehr Freude, Sinn und Schönheit zu füllen. Diese jahrtausendealte Aufgabe stellt sich jedem und jeder Einzelnen immer wieder neu – auch und gerade unter dem Zeichen einer Pandemie.

Literatur

AEM Akademie für Ethik in der Medizin. 2020. *Diskussionspapier der Akademie für Ethik in der Medizin: Pflegeethische Reflexion der Maßnahmen zur Eindämmung von Covid-19*. 12. Mai 2020. <https://www.aem-online.de/index.php?id=162>.

- Arenson, Kelly. 2019. *Health and Hedonism in Plato and Epicurus*. London und New York: Bloomsbury Academic.
- Bendixen, Peter. 2012. *Zivilisationswende. Technischer Fortschritt und Wohlstand unter Stress*. Wiesbaden: Springer VS.
- Brupbacher, Fritz. 1946. *Der Sinn des Lebens*. Zürich: Oprecht.
- DGfE Deutsche Gesellschaft für Erziehungswissenschaft Sektion Sonderpädagogik. 2020. *Teilhabe auf Distanz? Stellungnahme der Sektion Sonderpädagogik zur Corona-Krise*. 10.04.2020. <https://www.dgfe.de/sektionen-kommissionen-ag/sektion-6-sonderpaedagogik/aktuelles>.
- Diogenes Laertios. 1998. *Leben und Lehre der Philosophen*, übers. und hg. von Fritz Jürß. Stuttgart: Reclam.
- Epikur. 1980. *Briefe – Sprüche – Werkfragmente. Griechisch/Deutsch*, übers. und hg. von Hans-Wolfgang Krautz. Stuttgart: Reclam.
- Erler, Michael. 1994. „Epikur/Die Schule Epikurs“. In *Grundriss der Geschichte der Philosophie. Begründet von Friedrich Überweg. Die Philosophie der Antike. Bd.4,1: Die hellenistische Philosophie*, hg. von Hellmut Flashar, 29–380. Basel: Schwabe.
- Erler, Michael. 2016a. „Epikur oder die Kunst, in Gemeinschaft zu leben“. In *Philosophie als Lebenskunst. Antike Vorbilder, moderne Perspektiven*, hg. von Gerhard Ernst, 66–87. Berlin: Suhrkamp.
- Erler, Michael. 2016b. „Tod als Teil des Lebens. Zur *meditatio mortis* bei Platon und den Epikureern“. In *Der Tod und die Künste*, hg. von Friederike Felicitas Günther und Wolfgang Riedel, 1–16. Würzburg: Königshausen & Neumann.
- Grimm, Imre. 2020. „„Corona ist mir egal‘: Warum Helga Witt-Kronshage (86) lieber sterben will als eingesperrt zu sein“. *Redaktionsnetzwerk Deutschland*, 23. April 2020. <https://www.rnd.de/gesundheit/corona-ist-mir-egal-warum-helga-witt-kronshage-86-lieber-sterben-will-als-eingesperrt-zu-sein-3MEBDIO-BEFA6BDULC4N5WGZJG4.html>.
- Hildt, Moritz. 2018. „Das (vermeintliche) Ungenügen des Hedonismus“. In *Zeitschrift für Ethik und Moralphilosophie* 1, 75–89. <https://doi.org/10.1007/s42048-018-0005-0>.
- Horn, Christoph. 1998. *Antike Lebenskunst. Glück und Moral von Sokrates bis zu den Neuplatonikern*. München: C.H. Beck.
- Horn, Christoph. 2017. „Glück“. In *Bonner Enzyklopädie der Globalität*, hg. von Ludger Kühnhardt und Tilman Mayer, 201–211. Wiesbaden: Springer.
- Hossenfelder, Malte. 2008. „Vor- und Nachteile des Hedonismus“. In *Aufklärung und Kritik*, Sonderheft 14, 44–63.
- Kaiser, Christian. 2019a. „„Freiheit der Geschlechtsbetätigung‘ – Gesundheit und Sexualität bei Fritz Brupbacher und anderen sozialistischen Ärztinnen und Ärzten“. In *Virus – Beiträge zur Sozialgeschichte der Medizin* 18, 169–192.
- Kaiser, Christian. 2019b. *Epikur im lateinischen Mittelalter*. Turnhout: Brepols.

- Kanitscheider, Bernulf. 1998. „Sexualität und Philosophie. Ein vergessenes Kapitel praktischer Ethik“. In *Liebe, Lust und Leidenschaft. Sexualität im Spiegel der Wissenschaft*, hg. von Bernulf Kanitscheider, 37–60. Stuttgart: S. Hirzel Verlag.
- Kanitscheider, Bernulf. 2008. „Hedonismus – Eine naturalistische Ethik“. In *Kolleg Praktische Philosophie. Bd. 1: Ethik zwischen Kultur- und Naturwissenschaft*, hg. von Franz Josef Wetz, 152–189. Stuttgart: Reclam.
- Kanitscheider, Bernulf. 2011. *Das hedonistische Manifest*. Stuttgart: S. Hirzel Verlag.
- Kolmer, Lothar. 2016. „Sein & Lassen“. In *Hedonismus leben – Der „gelungene“ Tag in Geschichte und Gegenwart*, hg. von Lothar Kolmer und Michael Brauer, 7–28. Wien: Mandelbaum Verlag.
- Lemke, Harald. 2013. „Vom epikureischen zum politischen Hedonismus“. In *Hedonismus: Genuss – Laster – Widerstand*, hg. von Lothar Kolmer und Michael Brauer, 29–40. Wien: Mandelbaum Verlag.
- Leven, Karl-Heinz. 2008. *Geschichte der Medizin. Von der Antike bis zur Gegenwart*. München: C.H. Beck.
- Lucretius Carus, Titus. 1950. *De rerum natura libri sex*. 3 Bde., hg. von Cyril Bailey. Oxford: Clarendon Press.
- Mohrs, Thomas. 2016. „Hedonismus leben heißt – verzichten“. In *Hedonismus leben – Der „gelungene“ Tag in Geschichte und Gegenwart*, hg. von Lothar Kolmer und Michael Brauer, 55–72. Wien: Mandelbaum Verlag.
- Nussbaum, Martha C. 2009 [Erstausgabe 1994]. *The Therapy of Desire. Theory and Practice in Hellenistic Ethics*. Princeton und Oxford: Princeton University Press.
- Onfray, Michel. 2001. *Theorie des verliebten Körpers. Für eine solare Erotik*, übers. von Ronald Voullié. Berlin: Merve.
- Onfray, Michel. 2015. *A hedonist manifesto: the power to exist*, engl. Übers. von Joseph McClellan. New York: Columbia University Press.
- Onfray, Michel. 2020a. „Le courage est rare mais il est incroyablement répandu chez les personnels soignants“. Interview mit Alexandre Devecchio. *Le Figaro*, 28. März 2020. <https://michelonfray.com/archives/coronavirus-le-courage-est-rare-mais-il-est-incr?mode=video>.
- Onfray, Michel. 2020b. „Failed liberalism left us without masks‘: Covid-19 crisis exposed Western liberal democracy, brought back ideals of ‚sovereignty‘“. Interview mit RT France. 25. März 2020. <https://www.rt.com/news/484094-michel-onfray-covid19-liberalism/>.
- Pfaller, Robert. 2011. *Wofür es sich zu leben lohnt. Elemente materialistischer Philosophie*. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag.
- Pfaller, Robert. 2012. *Zwei Welten. Und andere Lebenselixiere*. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag.
- Pfaller, Robert. 2020a. „Philosoph Robert Pfaller: ‚Man diszipliniert uns, um uns einzuschließen‘“. Interview mit Stephan Hilpold. *Der Standard*, 30. März 2020.

<https://www.derstandard.de/story/2000116299241/philosoph-robert-pfaller-man-diszipliniert-uns-um-uns-einzuschliessen>.

Pfaller, Robert. 2020b. „Es geht darum, eine Todesart gegen die andere einzutauschen“. Interview mit Rüdiger Suchsland. 21. Juni 2020. <https://www.heise.de/-4790302>.

Philodemus. 2009. *On Death*, hg. und engl. Übers. von W. Benjamin Henry. Atlanta: Society of Biblical Literature.

Plutarch. 2000. *Ei καλῶς εἴρηται τὸ λάθε βιώσας – Ist „Lebe im Verborgenen“ eine gute Lebensregel? [De latenter vivendo]*, hg. und übers. von Bernhard Heiningger und Reinhard Feldmeier. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.

Rapp, Christof. 2016. „Lebenskunst und Naturforschung bei Epikur“. In *Philosophie als Lebenskunst. Antike Vorbilder, moderne Perspektiven*, hg. von Gerhard Ernst, 33–65. Berlin: Suhrkamp.

Schäfer, Daniel. 2015. *Der Tod und die Medizin. Kurze Geschichte einer Annäherung*. Heidelberg: Springer.

Wilson, Catherine. 2019. *The Pleasure Principle – Epicureanism: A Philosophy for Modern Living*. London: HarperCollins.