

**PHILOSOPHIEGESCHICHTE** »Erkenne dich selbst!« Dieser Appell des Orakels von Delphi gilt bis heute als Richtschnur für ein gutes Leben. In der griechischen Antike verband man damit jedoch viel mehr, als nur die eigenen Fähigkeiten richtig einzuschätzen.

# Sorge um das Selbst

VON BETTINA FRÖHLICH







#### UNSERE EXPERTIN

*Bettina Fröhlich* ist habilitierte Philosophin und Privatdozentin an der Humboldt-Universität zu Berlin.

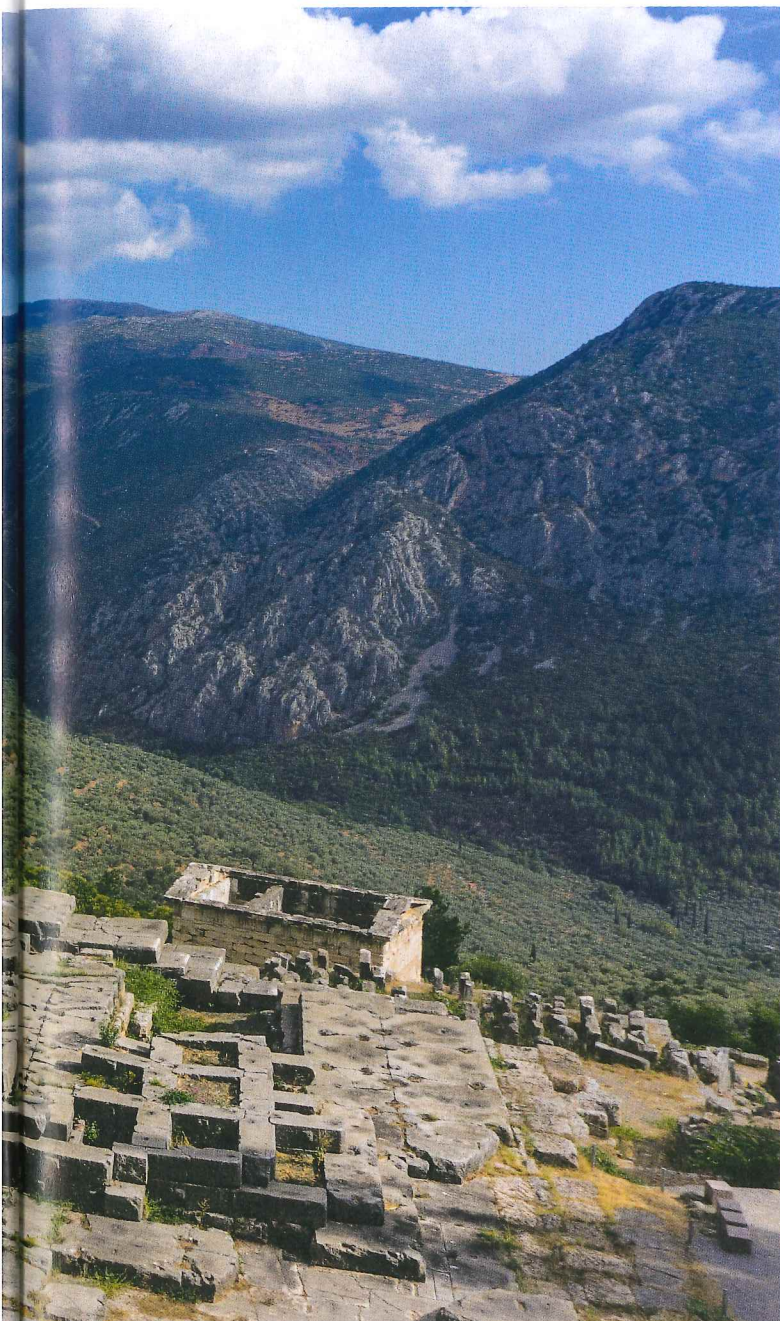
**E**iner meiner Bekannten ist passionierter Lyriker. Er war ein unentdecktes Talent, bis ihm das Erscheinen seines ersten Gedichtbands eine gewisse Bekanntheit einbrachte. Kürzlich wollte ich ihn zu einer Lesung in unserem Kiezbuchladen einladen. Er lächelte süffisant und sagte, er bewege sich jetzt »auf anderem Parkett«. Er rechne im nächsten Jahr mit einem wichtigen Literaturpreis und gehe davon aus, dass man ihn bald international wahrnehmen werde. Schließlich habe er die deutschsprachige Lyrik zu neuen Höhen geführt. Ich schaute betreten zur Seite und dachte: Was für eine Selbstanmaßung!

Die Überschätzung der eigenen Kräfte und Leistungen, oft gepaart mit unrealistisch hohen Zielen, kennen wir alle aus dem Alltag. Maßlose Manager und Banker, kritikresistente Politiker und blasierte Sportler gehören zu den Begleiterscheinungen unserer auf Prestige versessenen Medienwelt. Das Phänomen ist jedoch keineswegs neu. Bereits in der Antike wusste man um die Gefahren der Selbstüberhöhung.

Die Griechen prägten dafür einen Begriff, der bis heute gebräuchlich ist: Hybris. Als Ursprung dieser Selbstüberhöhung betrachtete man den unbesonnenen Umgang mit Erfolg und Güterfülle. So genannte »hybristai« glaubten anderen Menschen überlegen zu sein und wähten sich den Göttern gleich. Damit einher gingen mangelnde Achtung vor Autoritäten, Maßlosigkeit, Rechtsbruch sowie das Verkennen der Grenzen menschlichen Daseins. In der griechischen Dichtung und Geschichtsschreibung finden sich viele anschauliche Darstellungen solcher »hybristai«. Als Paradebeispiele galten der Lyderkönig Krösus und der persische König Xerxes, dessen Griechenlandfeldzug mit einer verheerenden Niederlage der Perser endete. Aber auch in Griechenland selbst war das Phänomen wohlbekannt. Der Athener Staatsmann Solon (um 640–560 v. Chr.) führte die politisch-soziale Krise seiner Zeit auf die Hybris der aristokratischen Führungsschicht zurück und sah darin die Ursache von Bürgerkrieg und staatlicher Zerrüttung. Und der Philosoph Heraklit (um 520–460 v. Chr.) mahnte: »Die Hybris ist noch viel dringlicher zu löschen als ein Großfeuer.«

Als Heilmittel gegen diese »Krankheit des Sinns« galt in der griechischen Antike die Selbsterkenntnis. Zahlreiche Politiker, Priester, Dichter, Historiker und Philosophen verwiesen ab dem 6. Jahrhundert v. Chr. auf die Bedeutung der Selbstbesinnung für ein gutes Zusammen-

**Am Berg Parnass, unweit von Delphi, stand etwa ab dem 8. Jahrhundert v. Chr. ein Apollontempel, der als wichtigste Orakelstätte der griechischen Antike galt.**



CHARALAMBOS ANDRONOS / GETTY IMAGES / ISTOCK



## Auf einen Blick: Wider den Hochmut!

**1** Der Appell »Erkenne dich selbst!« des antiken Orakels von Delphi gilt vielen Menschen bis heute als wichtige Lebensmaxime.

**2** Gemäß dem griechischen Denken sollen wir vor allem unsere eigene Hinfälligkeit bedenken und so dem Laster der Hybris vorbeugen.

**3** In der Spätantike wurde die Selbsterkenntnis häufig metaphysisch überhöht und als Verschmelzung mit der höchsten, göttlichen Vernunft verklärt.

menleben. Dabei ging es allerdings weniger um ein Ausleuchten der Stärken und Schwächen des Einzelnen, sondern darum, die Grenzen der menschlichen Existenz anzuerkennen. Welche große Bedeutung man dieser Haltung beimaß, zeigt sich nicht zuletzt daran, dass der Appell zur Selbsterkenntnis als Weisheitsspruch am Apollontempel in Delphi angebracht war, der wichtigsten Orakelstätte Griechenlands.

Die Wahl dieses Orts war kein Zufall. Der Gott Apollon, eine der mächtigsten Figuren des griechischen Pantheons, wird bereits bei Homer als Mahner zur Selbsterkenntnis dargestellt. Von Pausanias (zirka 115–180 n. Chr.) wissen wir, dass sich der Spruch in der Vorhalle (»prónaos«) des Tempels befand. Der Besucher wurde beim Betreten des Heiligtums von den in Mar-

mor gemeißelten Imperativen »Erkenne dich selbst!« (»gnôthi seautón«) und »Nichts im Übermaß!« (»mēdēn ágan«) begrüßt. Über die genaue Herkunft und das Alter dieser viel zitierten Mottos lassen sich auf Grund der spärlichen und oft widersprüchlichen Quellen kaum sichere Angaben machen. Altertumsforscher sind sich aber weitgehend einig, dass die Maximen aus dem 6. Jahrhundert v. Chr. stammen. Vermutlich kamen sie in der Zeit der politischen Krise in Umlauf, die um 600 v. Chr. in Athen akut wurde, und waren zunächst an die in Macht- und Konkurrenzkämpfe verstrickte aristokratische Elite gerichtet. Nach wie vor umstritten ist die Urheberschaft. Laut Platon (428/427–348/347 v. Chr.) wurde das »gnôthi seautón« von einem jener Denker geprägt, die man wegen ihrer Lebensklugheit und Urteilskraft unter dem ehrenvollen Titel »Sieben Weise« zusammenfasste. Zu dieser Gruppe gehörten unter anderem Thales von Milet (624/623–548/544 v. Chr.), Pitakos von Mytilene (um 651–570 v. Chr.) und der besagte Solon von Athen.

### KURZ ERKLÄRT:

#### CONDITIO HUMANA

Zu den Grundbedingungen des Menschseins zählten die Philosophen der griechischen Antike vor allem die Sterblichkeit sowie die Begrenztheit aller irdischen Güter und seelischen Vermögen.

#### HYBRIS

Den menschlichen Hang zur Selbstüberhöhung betrachteten viele Denker der Antike als das größte Übel. Diese »Krankheit des Sinns« könne durch Selbsterkenntnis geheilt werden.

#### KOHÄRENZ

Eine Argumentation oder eine moralische Wertvorstellung ist kohärent, wenn sie sich schlüssig und lückenlos darlegen lässt.

#### KONSISTENZ

Eigenschaft einer Aussage, die sich logisch widerspruchsfrei aus Prämissen ergibt; Konsistenz gilt als notwendige Voraussetzung für Kohärenz.

#### TUGEND

(griechisch: areté) bezeichnet jene Haltungen und Eigenschaften, die ein gutes Leben ermöglichen – darunter Besonnenheit und Mäßigung.

#### Der Mensch als hinfälliges, sterbliches Wesen

Selbsterkenntnis galt in der griechischen Antike also nicht nur als relevant für das Gelingen des individuellen Lebens, sondern hatte gesellschaftliche Bedeutung. Wie den erhaltenen Zeugnissen zu entnehmen ist, ging es hierbei primär um Einsicht in die Hinfälligkeit des Menschen. Sich die eigenen Grenzen und die unüberwindbare Kluft zwischen Mensch und Gott zu vergegenwärtigen, sollte das hypertrophe Selbstbild korrigieren und die Besitz- und Machtansprüche zügeln.

Als ein Hauptmerkmal der »conditio humana« (siehe »Kurz erklärt«, links) galt im frühgriechischen Denken die Sterblichkeit. Gemeint war damit sowohl die zeitliche Begrenztheit des Lebens als auch die Beschränktheit der seelischen Kräfte und der weltlichen Güter. Das »Sterbenmüssen« bezieht sich dabei weniger auf die Endlichkeit als solche als vielmehr auf den Verlust aller Besitztümer und mentalen Qualitäten. Dahinter stand also die Erfahrung, dass jeder Mensch nur begrenzt an den Lebensgütern teilhaben kann und seine Gaben wie Intelligenz, Gedächtnis und charakterliche Qualitäten beschränkt sind.

Das klingt zunächst nach einem düsteren Menschenbild. Bei genauerem Hinsehen lässt sich dieser Eindruck jedoch schnell korrigieren. Die antike Erkenntnis von



der Begrenztheit des menschlichen Daseins ist keine resignative Einsicht, die die Handlungskraft lähmt und Zynismus fördert. Sie wurde vielmehr als realistische Einschätzung der eigenen Kräfte im Dienst eines aktiven, gelingenden Lebens verstanden. Darauf verweist der von den Dichtern Pindar (um 522/518–446 v. Chr.) und Sophokles (497/496–406/405 v. Chr.) sowie von Herodot (um 490/480–424 v. Chr.) vielfach betonte Zusammenhang zwischen Selbsterkenntnis, Tugend und Glück. Sich selbst und die eigenen Grenzen anzuerkennen, galt als Voraussetzung für ethische Qualitäten wie Mäßigung, Solidarität, Rechtsliebe und religiöse Ehrfurcht. Selbsterkenntnis und darauf basierende ethische Haltungen sahen die antiken Griechen wiederum als maßgebliche Glücksfaktoren an.

### »Keiner ist weiser als Sokrates«

Als ein »Missionar der Selbsterkenntnis« ging vor allem Sokrates (469–399 v. Chr.) in die Geschichte ein. Er betrachtete die delphische Maxime nicht nur als Leitprinzip seines eigenen Lebens, sondern forderte die Athener Bürger zur Selbsterkenntnis auf. Wie Platon und Xenophon (zirka 430/425–355 v. Chr.) berichten, zeichnete das Orakel von Delphi die sokratische Einsicht als be-

sondere Weisheit aus. Auf die Frage, ob jemand weiser als Sokrates sei, habe die Pythia, Priesterin des Apollontempels, geantwortet: »Keiner ist weiser.«

Sokrates strebte nach einer auf Einsicht basierenden Persönlichkeitsformung, in der die Selbsterkenntnis als ethisches Prinzip fungierte. Zentralen Stellenwert hatte dabei das Motiv der Selbstsorge. Nach den Zeugnissen von Platon und Xenophon deutete Sokrates die Selbstsorge als eine Sorge um die Seele. Die seelischen Vermögen betrachtete er als maßgeblich für die Koordination und Organisation des Lebens. Besorgung der persönlichen wie der gemeinschaftlichen Angelegenheiten, Beratung mit sich und anderen, Bestimmung der Lebensweise und des Lebensvollzugs – um diese Aufgaben zu erfüllen, war Sokrates zufolge die Tugend (»areté«) erforderlich, welche die bestmögliche Verfassung der seelischen Kräfte beschrieb. An diesem Punkt setzte die Selbsterkenntnis ein: Um zu beurteilen, in welchem Zustand sich die eigenen Kräfte befinden, sei eine genaue Selbstprüfung nötig. Sie diene dazu, die dem eigenen Handeln zu Grunde liegenden Werte und Überzeugungen aufzudecken und nach den Kriterien der Kohärenz und Konsistenz zu untersuchen (siehe »Kurz erklärt«, links). Dies wird in den Platonischen



Im Zentrum von Raffaels berühmtem Fresko »Die Schule von Athen« von 1510/11 disputieren Platon (roter Umhang) und Aristoteles (blauer Umhang) angeregt miteinander. Etwas weiter links verwickelt Sokrates (in Olivgrün) einen anderen Gelehrten in ein tiefsinniges Gespräch.



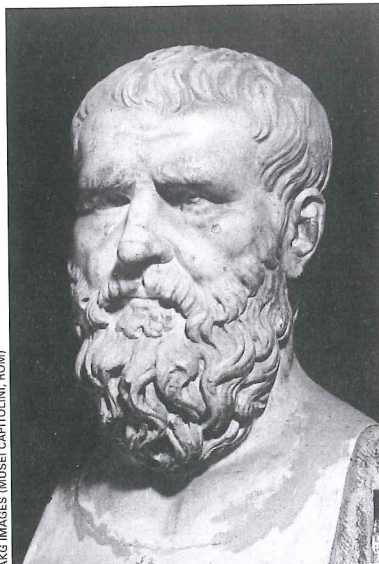
Dialogen eindrucksvoll geschildert. Die Gesprächspartner des Sokrates verwickeln sich in unauflösbare Widersprüche, was in der Regel mit dem Eingeständnis des eigenen Nichtwissens endet. Dies wiederum nimmt Sokrates zum Anlass, zur Sorge um die Seele aufzufordern. Die Erkenntnis des Nichtwissens ist bei Sokrates also keine resignierende Skepsis, sondern eine motivierende Einsicht, die uns herausfordert, Begründungen zu finden. Als Eingeständnis der eigenen Schwäche steht sie freilich immer in einer gewissen Spannung zum Ego. Nicht umsonst betont Sokrates, dass die Selbsterkenntnis eine der schwierigsten Aufgaben überhaupt sei.

Auch in der Philosophie Platons war die Selbsterkenntnis ein zentrales Thema. Er entwickelte das Konzept einer rationalen Selbstformung, das psychologische Reflexion, Selbstprüfung und Wahrheitssuche verband. Selbst und Selbsterkenntnis werden eingehend in dem Platon zugeschriebenen Dialog »Alkibiades I« erörtert, in dem Sokrates die Hauptrolle spielt. Nachdem er den jungen Alkibiades, einen ehrgeizigen Aristokraten, im Gespräch wiederholt in Widersprüche verstrickt und dieser seine Unkenntnis eingesteht, fordert Sokrates ihn zur Selbstsorge auf. Die Leitfrage der weiteren Untersuchung besteht darin, was der Gegenstand dieser Sorge sein soll. Was ist dieses Selbst, um das es sich zu kümmern gilt?

### Besitz, Leib und Seele

Platon unterscheidet verschiedene Sphären. Da wäre zunächst der Bereich des materiellen Eigentums und der Leiblichkeit. Körper und Besitz sind Wirklichkeits- und Erfahrungsbereiche, die für das eigene Selbstverständnis und die Selbstentfaltung von Bedeutung sind und zur Identität gehören. Das Selbst im engeren Sinn ist für Platon jedoch die Seele, die sich des Leibes und der Besitztümer zu selbst gewählten Zwecken bedient. Die Seele fasst Platon als Gesamtheit der bewussten kognitiven Aktivität sowie des Willens und der Gefühle auf. Sie sei die oberste Steuerungsinstantz, die unsere Bewegungen und Handlungen verursacht und lenkt.

Doch Platon verengt den Selbstbegriff noch weiter und konzentriert sich auf ein bestimmtes Vermögen innerhalb der Seele: die Vernunft. Diese umfasst die Wissensfähigkeit, praktische Urteilskraft, Orientierung sowie das diskursive und noetische Denken (von noesis = Vernunftserkenntnis). Selbsterkenntnis im platonischen



AKG IMAGES (MUSEI CAPITOLINI, ROM)

## »Die Hybris ist noch viel dringlicher zu löschen als ein Großfeuer«

Heraklit (um 520–460 v. Chr.)

Sinn besteht in der Einsicht, dass die Vernunft, das »Auge der Seele«, einer besonderen Pflege bedarf. Um das Vernunftvermögen in den bestmöglichen Zustand zu bringen, ist eine kritische Selbstprüfung erforderlich, die von problematischen Wertvorstellungen, dogmatischen Setzungen und ungerechtfertigten Wissensansprüchen befreit. Nach vollzogener Umkehr geht die Selbstprüfung sukzessive in eine konstruktive Erkenntnissuche über. Gegenstand der Suche sind die so genannten »megista«: die für das Gelingen des individuellen und gemeinschaftlichen Lebens entscheidenden Eigenschaften der Gerechtigkeit, Besonnenheit, Tapferkeit, Urteilskraft sowie das höchste Wertprinzip – das Gute. Selbsterkenntnis bedeutet bei Platon also Einsicht in die identitätsstiftenden Werte und das begründende Gute.

In seinem berühmten Höhlengleichnis deutet Platon an, dass dieser Erkenntnisweg mit großer Anstrengung und inneren Widerständen verbunden ist. Die Bildung der

Seele erfordert es, sich mit den eigenen Irrtümern und Selbsttäuschungen zu befassen, was in der Regel als leidvoll erlebt wird. Das größte Hindernis auf diesem Weg ist nach Platon die narzisstische Eigenliebe. Sie schätze das Ego höher als die Wahrheit und neige in ihrer Blindheit für eigene Schwächen zu einem verklärten Selbstbild. Gelingt die Selbsterkenntnis hingegen, resultiere daraus eine Freundschaft mit sich selbst. Zudem werde dadurch eine Verbundenheit mit dem Ganzen gewonnen, die Platon als »wachsende Gemeinschaft mit Gott« bezeichnet.

In der nachplatonischen Philosophie gewinnt die Selbsterkenntnis zunehmend metaphysische Bedeutung. Aristoteles (384–322 v. Chr.) greift den Gedanken einer selbstreflexiven Vernunft auf und bezieht ihn auf das erste Prinzip alles Seienden: die göttliche Vernunft (griechisch: nous). Dabei unterscheidet er zwischen menschlicher und göttlicher Selbsterkenntnis. Erstere besteht in einer Reflexion der eigenen Erkenntnisfähigkeit. Das Denken wird hier als spezifische Leistung des Menschen, als sein wahres Selbst aufgefasst. Aristoteles meint insbesondere das Erfassen der höchsten Gegenstände – der »ersten Ursache« alles Seienden.

Die göttliche Selbsterkenntnis thematisiert Aristoteles in seiner Metaphysik. Dort entwickelt er den Gedanken, es müsse notwendigerweise ein »unbewegtes Bewegendes« geben, das die Bewegung alles Seienden



verursacht. Es werde von allem Seienden als letztes Ziel angestrebt und bringe auf diese Weise Bewegung hervor. Erste Ursache ist laut Aristoteles die reine, vollkommene Wirklichkeit, welche er mit der göttlichen Vernunft gleichsetzt. Was aber denkt diese Vernunft? Das Höchste und Vornehmste – und da die göttliche Vernunft selbst das Höchste und Beste darstellt, ist sie ein Denken ihrer selbst, ein Denken des Denkens.

In der Spätantike knüpft Plotin (205–270 n. Chr.) an die aristotelische Idee eines sich selbst denkenden Gottes an und betrachtet Selbsterkenntnis als essenzielles Prinzip einer Geistmetaphysik. Plotin unterscheidet zwischen dem Einen, der »ersten Ursache«, und dem Geist (»nous«). Das Eine denkt nicht, da es als Denken-

des schon zwei und nicht mehr eines wäre. Erst die nächste Wesenheit nach dem Einen denkt, und dieses Denken besteht im unmittelbaren Erfassen seiner selbst.

Menschliche Selbsterkenntnis ist nach dieser Auffassung eine Erkenntnis des Geistes, die mühevoll errungen werden muss. Für Plotin hat der Mensch zwar an allen Seinssphären teil, sein Dasein ist jedoch zunächst von der Sinnlichkeit und dem Materiellen bestimmt. Im Aufstieg wird er sich seiner selbst als Seele bewusst und übersteigt diese schließlich. Selbsterkenntnis ist Plotin zufolge eine Vorstufe zur ekstatischen Erfahrung des Einswerdens mit dem Seinsgrund. Der Mensch habe im Einen seinen Ursprung und trage die Sehnsucht in sich, dorthin zurückzukehren. ★

## LITERATURTIPPS

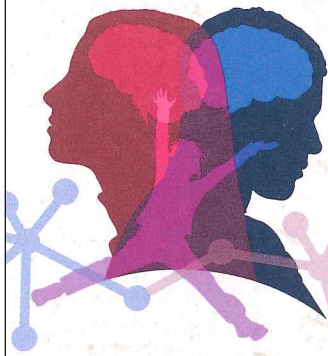
Fröhlich, B.: Selbsterkenntnis und Lebenspraxis. Zur apollinischen und platonischen Ethik.  
Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2017  
Ausführliche Darstellung der antiken Sicht auf die Selbsterkenntnis

Moore, C.: Socrates and Self-Knowledge. Cambridge University Press 2015  
Der Philologe und Philosoph Christopher Moore über das sokratische Ideal der Selbstsorge

Ortiz de Landazuri, M. C.: The Development of Self-Knowledge in Plato's Philosophy.  
In: Logos. Anales del Seminario de Metafísica 48, S. 123–140, 2015  
Eine aktuelle Analyse der Platonischen Dialoge zur Seele

Weitere Literatur im Internet: [www.spektrum.de/artikel/1539963](http://www.spektrum.de/artikel/1539963)

ANZEIGE



## Symposium Kortizes 2018

**Was hält uns jung?****Neuronale Perspektiven für den Umgang mit Neuem**

13.–15. April 2018 · Germanisches Nationalmuseum Nürnberg

Wie meistert unser Gehirn den Umgang mit Neuem?  
Experten erläutern die Beiträge der Fachwissenschaften.  
Bleiben Sie neugierig und diskutieren Sie mit!

Mit PD Dr. Eva-Maria Albers, Prof. Dr. Eckart Altenmüller,  
Prof. Dr. Annette Baudisch, Dr. Henning Beck, Dr. Anna Kornadt,  
Prof. Dr. Martin Korte, PD Dr. Sabine Müller (ohne Foto),  
Prof. Dr. Rolf Oerter, Dr. Martina Schmidhuber,  
Prof. Dr. Harald Seubert und Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer.

Programmplanung und Organisation:  
Helmut Fink, Dietmar Fischer und  
Dr. Rainer Rosenzweig, unterstützt vom  
Team Kortizes (<http://kortizes.de/team/>).

Programm, Infos und Anmeldung:  
<http://kortizes.de/symposium>



Melden Sie  
sich gleich an:  
[kortizes.de/  
symposium](http://kortizes.de/symposium)

Ermäßigter  
Eintritt für  
Gehirn&Geist  
Abonnenten

Kortizes gemeinnützige GmbH  
Benno-Strauß-Str. 6 · 90763 Fürth  
[www.kortizes.de](http://www.kortizes.de) · [info@kortizes.de](mailto:info@kortizes.de)

In Kooperation mit  
**Gehirn&Geist**

**KORTIZES**  
Institut für populär-  
wissenschaftlichen Diskurs

