

Latein

Lektüreplan

Praktische Philosophie –

Senecas ‚Epistulae morales ad Lucilium‘

Abiturjahrgang 2025 – Leistungskurs

Anlage: zum Rundschreiben C4 – 4.3.2.4.2 vom 15. Februar 2023
**Verpflichtend zu behandelnde Werke in der Hauptphase
der gymnasialen Oberstufe der im Schuljahr 2023/2024
beginnenden G-Kurse und L-Kurse Latein (Abiturprüfungsjahr 2025)**

Ministerium für
Bildung und Kultur

SAARLAND



1. Synopse

| Etappe | Haupttext | Nebentext | Thematik |
|--------|---|---|--|
| 1 | Notwendigkeit philosophisch orientierten Handelns / Leistungen der Philosophie | | |
| | Sen. ep. 118, 3-4 (O) Sen. ep. 15, 1-6 (O/bl) Sen. ep. 16, 1-3 (O); 4-6 (O), 7-9 (bl) Sen. ep. 20 (Ü) | Sen. ep. 89,9 (bl) Sen. ep. 89,4 (bl) Sen. ep. 89,8 (bl) | <ul style="list-style-type: none"> • Unabhängigkeit von <i>fortuna</i> • Geistiges Training vor körperlichem • Philosophie als Lebenshilfe • Der Umgang mit dem Schicksal (<i>fatum</i> und <i>fortuna</i> / Problem der Willensfreiheit) • Lebensregel: <i>secundum naturam vivere</i> • Bedeutung der Philosophie für die Entwicklung der Persönlichkeit: Die Bewertung äußerer Güter |
| 2 | Das Ringen um die wahre Freiheit | | |
| | Sen. ep. 80, 1 (bl), 2-3 (O: <i>cogito mecum ... tecum est</i>), 4-5 (bl) Sen. ep. 78, 16 (O) Sen. ep. 47, 1 (O), 2-5 (O/bl); 10-13 (O); 14-16 (bl); 17 (O); 18-20 (bl) Sen. ep. 76,6-11 (bl); 12-15 (Ü); 16 (O) Sen. ep. 116, 1-4 (O / bl) Sen. ep. 41,4 (O); 8-9 (O / bl) | Sen. ep. 44 (Ü/bl: „Die Philosophie leuchtet allen“) Sen. ep. 51,5-9 (fak. bl) | <ul style="list-style-type: none"> • Primat des Geistes vor dem Körper • Das Leben als Kampf mit dem Schicksal (<i>fortuna</i>) • Vom inneren Adel • Behandlung der Sklaven • <i>ratio</i> als proprium des Menschen; <i>virtus</i> / Vernunft und <i>vita beata</i> (→ Güterlehre) • Umgang mit den Affekten (→ Affektenlehre) • Der Kampf gegen die Affekte als Ziel der Freiheit • Der stoische Weise |

1. Synopse

| Etappe | Haupttext | Nebentext | Thematik |
|--------|---|--|---|
| 3 | Der richtige Umgang mit der (Lebens-)Zeit: | | |
| | Sen. ep. 1,1-2 (O), 3-5 (bl) | Sen., De brevitae vitae (I 3-4: <i>Non exiguum ... prodigium sumus</i> ; II 2: <i>Exigua pars ... tempus est</i> ; III 1: <i>Nemo invenitur ... distribuit</i>) (O) | <ul style="list-style-type: none"> Wert der Zeit |
| 4 | Das Todesproblem | | |
| | Sen. ep. 82,15-16 (- <i>solet</i>) (O) Sen. ep. 30,10 + 11; 17 + 18 (O) | Cicero, Tusc. I 97-99 (Ü) Sen. ep. 70 (Ü, fak.) Sen. ep. 78,2 (Ü, fak.) | <ul style="list-style-type: none"> Der Tod als ein besonderes Adiaporon Der Tod ist unausweichlich und für alle gleich: Die Furcht vor dem Tod ist unbegründet. Umgang mit dem Freitod |
| 5 | Das Leben Senecas im Verhältnis zu seiner Lehre | | |
| | Sen ep. 108, 2-6 (Ü); 13-16 (Ü); 17-23 (O); 36 + 37 (O /bl) Seneca, De vita beata, 21 + 22 (Ü) | Tacitus, Ann. XIV, 52 (Ü) Tacitus, Ann. XV 60-64 (Ü) | |

O: Original

Ü: Übersetzung

bl: bilingual

fak.: fakultative Behandlung der Texte

Hinweise zu den einzelnen Etappen (Lehrervorträge, Referate, Gruppenarbeiten u. a.):

Etappe 1:

- Seneca, Leben und Werk (obligatorisch)
- Die stoische Philosophie (obligatorisch)
- Die römische Philosophie (fakultativ)
- Die epikureische Philosophie I (Grundlagen) (obligatorisch)
- Briefstil / Diatribe (im Anschluss an und anhand von ep. 16) (obligatorisch)

1. Synopse

Hinweise zu den einzelnen Etappen (Lehrervorträge, Referate, Gruppenarbeiten u. a.):

Etappe 2:

- Sklaverei in der Antike (→ ep. 47, fakultativ)
- Stoische Güterlehre (obligatorisch)
- Stoische Affektenlehre (obligatorisch)
- Der Stoiker als Kosmopolit (ep. 28,1-5)

Etappe 3:

- Dimensionen der Zeit (physikalisch, philosophisch, theologisch, ...)
- Hor. carm. I 11 (bl): „*carpe diem*“ als Motto epikureischer Lebensführung (fakultativ)
- Die epikureische Philosophie II (Vertiefung) (fakultativ)

2. Didaktisch-methodische Hinweise

Von Senecas *Epistulae morales ad Lucilium*, rhetorisch ausgefeilten Kunstbriefen, können wir nicht mit endgültiger Sicherheit sagen, ob ihnen eine reale Korrespondenz zugrunde liegt. Gemeinsam ist diesen, dass ein konkretes Ereignis oder eine Anfrage eines gewissen Lucilius Grundlage für die Entwicklung persönlich gehaltener Reflexionen sind, mit denen Seneca seinen Dialogpartner zur richtigen Lebensführung ermahnt. Seneca ist dabei zwar der Lehrmeister, aber der Leser erlebt immer wieder, wie auch er, der Philosoph, seine Unvollkommenheit erkennt und um ein vernunftgemäßes Leben im stoischen Sinne ringt.

Die Schülerinnen und Schüler lernen durch die Beschäftigung mit Senecas Werk *Epistulae morales ad Lucilium* nicht nur einen der bedeutendsten römischen Philosophen kennen, sondern auch die Grundgedanken einer wichtigen philosophischen Richtung der Antike, der Stoa. Sie begegnen einem Denker, der sich ausdrücklich gegen das Vorurteil verwahrt, Philosophie sei nur schmückendes Beiwerk ohne praktischen Nutzen.

Seine auf das Handeln ausgerichtete Philosophie umfasst Ratschläge und Einsichten, die von zeitloser Aktualität sind. Sie betreffen existenzielle Themen wie etwa die Frage nach dem Glück, dem Schicksal, dem richtigen Umgang mit der (Lebens-)Zeit oder echter Freiheit, die nach Seneca in der Bewältigung der Affekte (wie etwa Trauer, Zorn, Furcht vor dem Tod) besteht. Seine Lebensweisheiten und Anweisungen sind folglich auch heute noch gerade für junge Menschen diskussionswürdig. Auch wenn die Problematik eines stoischen Rigorismus nicht auszublenden und dieser zu hinterfragen ist, können viele Empfehlungen Senecas (im Sinne des ‚*Quid ad me?*‘) als „Denkanstöße“ (Kuhlmann) für das eigene Leben der Schülerinnen und Schüler durchaus von Relevanz sein (und somit einen „existenziellen Transfer“ ermöglichen). So werden sie dazu angeregt, sich mit Senecas Orientierungshilfen für ein sittlich gutes Leben/Handeln aus der Perspektive ihrer heutigen (immer stärker vom Wandel traditioneller Wertevorstellungen geprägten) Lebenswelt auseinanderzusetzen und dadurch ihre eigenen Einstellungen zu Grundfragen menschlicher Existenz zu reflektieren (bzw. weiterzuentwickeln).

Dabei setzen sich die Schülerinnen und Schüler auch mit der Forderung nach der *congruentia vitae et doctrinae* auseinander. So scheinen Leben und Lehre Senecas nicht widerspruchsfrei. Als einer zu seiner Zeit reichsten Männer Roms predigt er in seinen philosophischen Ausführungen Armut und Bescheidenheit. Er fordert eine für die damalige Zeit überaus humane Behandlung der Sklaven, stellt aber die römische Sklaverei an sich nicht in Frage. Lange Zeit war Seneca Erzieher des späteren Kaisers Nero, doch gelang es ihm nicht, seinen Schüler zu der von ihm propagierten philosophischen Haltung zu erziehen.

Literaturgeschichtlich stehen Senecas ‚moralische‘ Briefe an Lucilius in der Tradition der ‚*Diatriben*‘. Seneca verzichtet auf eine systematische, gedanklich geschlossene Abhandlung zugunsten einer lebhaften und lockeren, essayistischen Vortragsweise. Er entwickelt nicht die Lehre der Stoa, weil er deren Kenntnis in Grundzügen bei seinem Leser voraussetzen darf.

Die Form des Briefes ermöglicht den Schülerinnen und Schüler einen leichteren Zugang zum philosophischen Gehalt, da die Texte in sich geschlossen sind und sich in ihnen persönliches Empfinden widerspiegelt.

Die Textauswahl ist so arrangiert, dass die Schülerinnen und Schüler im Laufe der Lektüre schrittweise einen Einblick in das stoische System gewinnen. Aufgrund des großen Umfangs der Briefe bzw. der Textpassagen und zur schnelleren Progression werden die Texte nicht ausschließlich in Originallektüre, sondern auch bilingual bzw. in Übersetzungslektüre gelesen (Nebentexte z.T. fakultativ). Dabei bleibt es der Lehrkraft überlassen, welche Schwerpunkte sie in ihrer Lerngruppe setzen möchte. Zum Trainieren der Übersetzungsfähigkeit ist allerdings auf hinreichende Originallektüre zu achten. Auch der zweisprachig präsentierte Text sollte Aufgabenstellungen enthalten, für deren

Bearbeitung die Berücksichtigung des lateinischen Originaltextes unerlässlich ist (Arbeitsaufträge, die etwa der Sicherung des Inhalts, der Auseinandersetzung mit grammatischen Phänomenen, der stilistischen Analyse, dem Übersetzungsvergleich, der Interpretation o.ä. dienen).

Die durch lexikalische, grammatikalische und sachliche Erläuterungen gestützte Textarbeit soll durch zusätzliche Informationen zu der Persönlichkeit Senecas und zu der Philosophie der Stoa (und Epikurs) ergänzt werden. Zu welchem Zeitpunkt dies erfolgt, ist weitgehend den Hinweisen der Synopse zu entnehmen, in welcher Form (Schülerreferate, Lehrervortrag, ...), entscheidet die Lehrkraft zusammen mit der Lerngruppe. Verpflichtend sind Überblicksreferate zu den Merkmalen der Diatribe und zur stoischen Güter- und Affektenlehre.

Da die zeitlosen, heute aber oft tabuisierten Themen der Etappe 4 (Tod und Freitod) einen sensiblen Umgang erfordern, muss die Lehrperson selbst entscheiden, ob und wie sie im Unterricht behandelt werden.

3. Lehrplanspezifische Kompetenzen

3.1 Sprachkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- wichtige philosophische Grundbegriffe angemessen wiedergeben und erklären (z. B. *virtus, vita beata, tranquillitas animi, affectus, fatum, fortuna, ratio ...*),
- Begriffe angeben, die in der stoischen Philosophie eine neue Bedeutung erhalten (z. B. *honestum, turpe, natura, libertas, servitus, animus, nobilitas ...*),
- Wort- und Sachfelder zu dem Thema eines Textabschnitts erstellen.

3.1 Textkompetenz / Literaturkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- wichtige Stilmerkmale der Sprache Senecas und ihre Funktion benennen (Briefstil bzw. Diatribenstil, z. B. *brevitas*, Sentenzen, Paradoxa, Zitate, Exempla, Analogie als Beweismethode, Auftreten eines *interlocutor*, Einwand eines Gesprächspartners, fiktiver Dialog u.a.),
- nachweisen, dass die paränetische, d. h. lehrhafte Absicht der literarischen Gattung Brief durch die Verwendung rhetorischer Stilmittel intensiviert wird (z. B.: Alliteration, Anapher, Klimax, Antithese, variierende Motivwiederholung, wachsende Kola, Verwendung von Bildern, Vergleichen, etc.),
- Themen, Aufbau und Gedankenführung eines Textabschnittes unter Nennung sinntragender lateinischer Begriffe paraphrasieren und die Intention des Autors herausarbeiten,
- Texte unter Verwendung von Leitfragen selbständig analysieren und interpretieren,
- erläutern, dass Seneca neben stoischer Philosophie auch Gedankengut anderer philosophischer Richtungen (v. a. Epikurs) verarbeitet hat,
- erklären, dass die *epistulae* griechische Philosophie und literarische Formen für die römische Literatur rezipieren,
- die literarhistorische Bedeutung einzelner Motive beschreiben (z. B. Steuermann-, Arzt-, Sportlermetapher),
- erklären, dass der eigentliche Zweck der von Seneca gewählten Gattung Literarischer Brief die Kommunikation zwischen Autor und dem realen Leser ist.

3.3 Antike Kultur / Interkultureller Dialog

Die Schülerinnen und Schüler können

- Senecas Leben und Werk in Grundzügen skizzieren,
- Seneca als einen der wohlhabendsten Römer und einflussreichsten Politiker der neronischen Zeit charakterisieren,
- verschiedene von Seneca erwähnte Bereiche des römischen Privatlebens (z. B. Freizeitgestaltung der Masse: Schauspiel, Sport; Gastmahl, Stellung der Sklaven, ...) beschreiben,

3. Lehrplanspezifische Kompetenzen

3.3 Antike Kultur / Interkultureller Dialog

- erklären, dass im römischen Denken die praktische Philosophie einen besonderen Stellenwert einnimmt,
- erläutern, dass die *epistulae morales* kein philosophisches System anbieten, sondern sich mit wechselnden Themen und Problemen befassen,
- die zentralen Grundlagen der stoischen (und z. T. auch der epikureischen) Philosophie erläutern,
- wichtige Aspekte der antiken Philosophie im Text nachweisen, kritisch beurteilen und mit modernen Vorstellungen vergleichen,
- verschiedene Sichtweisen des ‚Schicksals‘ unterscheiden (göttlich vorherbestimmtes Schicksal: *fatum* / planloser Zufall: *fortuna*)
- epikureische und stoische Positionen hinsichtlich des ‚Schicksals‘ miteinander vergleichen und Unterschiede bzw. Gemeinsamkeiten erläutern,
- ihr eigenes Verhalten vor dem Hintergrund der von Seneca formulierten Beispiele zum Umgang mit dem Schicksal reflektieren,
- die alles umfassende stoische Lebensregel (*secundum naturam vivere*) nennen und definieren,
- aus dem stoischen Lehrsatz ‚*secundum naturam vivere*‘ die widersprüchliche Bewertung der Entwicklung des Menschen (Unterwerfung der Natur vs. Rückbesinnung auf die Natur) herausarbeiten,
- Weisheit im Sinne Senecas nicht als erreichbaren Zustand, sondern als stets zu erstrebenden Zielpunkt allen Erkennens und Handelns beschreiben,
- darstellen, dass sich die Antworten auf die jeder philosophischen Richtung eigene Frage nach dem Glück unterscheiden,
- Leistungen und Ziele der Philosophie angeben (etwa Formung des Geistes und der Seele, Ordnung des Lebens, moralische Orientierung, Lebenslenkung und Lebensorientierung, Affektlosigkeit, Seelenruhe [*tranquillitas animi*], Sicherheit [*securitas*], innere Freiheit [*libertas*]),
- beschreiben, dass hinsichtlich des Dualismus Körper – Geist dem Geist Vorrang vor dem Körper eingeräumt wird,
- verschiedene Arten der Freiheit (z. B. juristisch-sozialer Aspekt des Freiheitsbegriffs vs. moralischer Freiheitsbegriff) unterscheiden und über das Maß der Freiheit ihres eigenen Lebens reflektieren,
- den stoischen Humanitätsgedanken aus der Vorstellung herleiten, dass alle Menschen Glieder und Teilhaber einer gemeinsamen Natur sind,
- Senecas humane und verständnisvolle Einstellung gegenüber Sklaven erläutern,
- den Humanitätsgedanken Senecas relativieren (Senecas Einstellung gegenüber Sklaven ist sicherlich human, sie ist aber keinesfalls ein Plädoyer für die Abschaffung der Sklaverei, sondern dient hauptsächlich der philosophischen Argumentation: Alle Menschen sind Sklaven ihrer Affekte; außerdem kann das Schicksal die Rollenverhältnisse jederzeit ändern, woraus folgt, dass man sich gegenüber Sklaven so zu verhalten hat, wie man sich es selbst in deren Position wünschen würde.),

3. Lehrplanspezifische Kompetenzen

3.3 Antike Kultur / Interkultureller Dialog

- das Gleichheitsdenken des Stoikers (Verinnerlichung) von der modernen Auffassung von Menschenwürde bzw. Menschenrechten (Egalitätsprinzip) abgrenzen,
- die zentralen Aspekte der stoischen Güterlehre nennen, erläutern und inhaltlich differenzieren (Dreiteilung in: *bona – media [Indifferentia, Adiaphora] – mala*),
- die Gründe für die Ablehnung des Werts äußerer Güter (‘Glücksgüter’) nennen, die auf den Menschen Einfluss gewinnen können, die umgekehrt jedoch seiner Einflussnahme entzogen sind,
- Grundzüge der stoischen Lehre (v.a. Ethik) im Text nachweisen und mit modernen Vorstellungen vergleichen,
- erläutern, dass allein die *virtus* zu einem glücklichen Leben verhilft (*summum bonum = ‚virtus‘ / ‚honestum‘ bzw. ‚ratio perfecta‘*),
- die Gleichsetzung von *virtus*, *ratio* und *honestum* kritisch hinterfragen (fragwürdige Gleichsetzung von ‚rationalem‘ und ‚moralischem‘ Handeln),
- Affekte nennen (z. B.: Zorn, Neid, Gier, Hass, Eifersucht, Lust, Furcht, Trauer – aber auch: Freude, Hoffnung) und die Auswirkungen (nach Seneca) auf das menschliche Handeln (Verhinderung der *tranquillitas animi*) beschreiben,
- erklären, dass Freiheit im Sinne der stoischen Philosophie ohne die Befreiung von Affekten nicht möglich ist,
- als *sapiens* im Sinne der Stoa denjenigen Menschen charakterisieren, der im Besitz der absoluten inneren Freiheit ist,
- Senecas Ideal des stoischen Weisen mit Wesensmerkmalen beschreiben (z. B.: *tranquillitas animi*: Seelenruhe [gr. *Ataraxia*: Unerschütterlichkeit / *Apatheia*: Freiheit von Leid und Leidenschaften], *ratio*, *virtus*, ...),
- Senecas Güter- und Affektenlehre kritisch beurteilen, indem sie aus heutiger Sicht den Wert der (positiven) *adiaphora* (wie etwa Freundschaft, Gesundheit, Liebe, Erfolg, soziale Absicherung) aber auch mancher Affekte (z. B. Trauer ...) diskutieren und ihre Zugehörigkeit zur menschlichen Natur herausstellen,
- erklären, dass der stoische Rigorismus in dieser Hinsicht der Maxime *‚secundum naturam vivere‘* aus heutiger Perspektive zu widersprechen scheint,
- den Wert der Zeit im Sinne Senecas erläutern (einerseits ein aufgrund der Begrenztheit kostbares „Gut“, das sinnvoll zu nutzen ist, andererseits ein Adiaphoron: Nicht die Länge des Lebens ist entscheidend, sondern dessen sittliche Gestaltung),
- herausarbeiten, dass die innere Freiheit vor allem durch die Todesfurcht bedroht ist,
- Senecas Einstellung zum Tod erläutern (Tod als besonderes Adiaphoron: Unausweichlichkeit und allgemeingültige Gesetzmäßigkeit des Todes),
- zu Senecas Auseinandersetzung mit dem Vorwurf des Widerspruchs zwischen Leben und Lehre („*aliter*“, *inquis*, „*loqueris*, *aliter vivis*.“ Sen. De vita beata 18,1) kritisch Stellung beziehen,
- Senecas Empfehlungen zu einer sittlichen Lebensführung darstellen und deren Anwendbarkeit für Individuum und Gesellschaft diskutieren.

4. LITERATUR

4.1 Schulausgaben (chronologisch)

- Bast, J., L. Annaeus Seneca: Epistulae morales. Auswahl, Paderborn ³1964
- Krüger, G., L. Annaeus Seneca: Epistulae morales (Auswahl), Stuttgart ⁴1975
- Eller, K.-H., Philosophandum est. Seneca ad Lucilium - Selbstzeugnisse eines philosophischen Lebens (Modelle für den AU), Frankfurt a.M. (Diesterweg) 1978
- Rohrmann, L. / Widdra, K.: L. Annaeus Seneca. Epistulae morales, mit: Tacitus, Annales XV 60-64. Text mit Wort- und Sacherläuterungen, Arbeitskommentar und Zweittexte, Lehrerheft), Stuttgart (Klett) 1979. (Ndr. Text m. W. u. S. Stuttgart 2005, Kommentar 1992)
- Maurach, G., Epistulae morales, Textauswahl und Erläuterungen, Reihe Scripta Latina, Paderborn (Schöningh) 1987
- Weismann, W. / Flurl, W., Cicero, De finibus - Seneca, Epistulae. Mit Begleittexten (Text; Komm.), Bamberg 1995 (ratio 35)
- Bodamer, C., Seneca. Epistulae morales ad Lucilium - Buch 1: Text in Satzbildform, Freising (Stark) 1998 / Lehrermaterialien, Freising (Stark) 1999.
- Benedict, K., Antike Briefe. Cicero - Plinius - Seneca (Text; Lehrerkomm.), Bamberg 1999. (Antike und Gegenwart)
- Müller, H., Seneca, Epistulae morales. Texte mit Erläuterungen. Arbeitsaufträge, Begleittexte, Lernwortschatz (Exempla 12), Göttingen (V&R) ³2005 (Ndr. von 2001).
- Müller, H., Senecas „Epistulae morales“ im Unterricht, Consilia (Lehrerkommentar) 12, Göttingen (V&R) ²2002
- Heydenreich, R., Seneca für Teenager: Über den Umgang mit der Zeit (Studio 14), Bamberg (Buchner) 2002
- Kirfel, E.A.: Seneca. Ad Lucilium Epistulae morales. Text, Münster (Aschendorff) ⁸2010 / Kommentar Münster (Aschendorff) ⁹2010
- Kliemt, S., Seneca. Epistulae morales, Göttingen (V&R) 2010 (e-book)
- Zitzl, C., Lebensziel Glück. Philosophieren mit Seneca und Cicero (ratio 5), Bamberg (Buchner) 2009 / Lehrerkommentar Bamberg 2011
- Leiters, U., Kaleidoskop des Lebens. Seneca, Epistulae morales. Mit einer Auswahl aus den Dialogen (ratio Express 7), Bamberg (Buchner) 2015
- Henneböhl, R., LATEIN KREATIV Bd. 4, Seneca, Philosophische Schriften, Bad Driburg (Ovid-Verlag) 2016
- Henneböhl, R., LATEIN KREATIV Bd. 4 – Lehrerkommentar, Seneca, Philosophische Schriften, Bad Driburg (Ovid-Verlag) 2016
- Kuhlmann, P. Die Philosophie der Stoa: Seneca, Epistulae morales, Reihe classica. Kompetenzorientierte lateinische Lektüre Bd. 10, Göttingen (V&R) 2016
- Kuhlmann, P., Die Philosophie der Stoa: Seneca, Epistulae morales, Lehrerband, Göttingen (V&R) 2016 (e-book)
- Hengelbrock, M., Zeit und Freizeit: Seneca, Epistulae morales, Reihe classica. Kompetenzorientierte lateinische Lektüre. Bd. 13, Göttingen (V&R) 2018
- Hengelbrock, M., Zeit und Freizeit: Seneca, Epistulae morales, Lehrerband, Göttingen (V&R) 2018 (e-book)

4. LITERATUR

4.2 Textausgaben / Übersetzungen

Rosenbach, M., L. Annaeus Seneca, Ad Lucilium epistulae morales, übers., eingel. und mit Anmerkungen versehen; lat. Text von F. Préchac. Bd. 3 und 4, Darmstadt 1980 / 1984

Reynolds, L.D., L. Annaei Senecae Ad Lucilium epistulae morales I, II, Oxford 1965

Apelt, O., Seneca: Philosophische Schriften, Bd. III und IV, Briefe an Lucilius (übersetzt, mit Einleitungen und Anmerkungen versehen), Hamburg (Meiner) 1993

Fink, G., Seneca, Briefe an Lucilius, lat. – dt., Bd. I, Darmstadt (Tusculum) 2007

Nickel, R., Seneca, Briefe an Lucilius, lat.- dt., Bd. II, Darmstadt (Tusculum) Düsseldorf 2009

Annaeus, L., Seneca: Philosophische Schriften. Lat./Dt. Übers., erläutert und mit einem Nachwort hrsg. von F. Loretto (1., 2., 3., 4., 5., 14., 15., 20. Buch), R. Rauthe (6., 7., 8., 9., 10., 11-13. Buch) und H. Gunermann (16., 17.-18., 19. Buch), Stuttgart (reclam) 1977ff.

4.3 Sekundärliteratur (Didaktische und Wissenschaftliche Literatur)

Abel, K., Das Problem der Faktizität der Seneca-Korrespondenz, in: Hermes 109 (1981), 492-499

Von Albrecht, M., Wort und Wandlung. Senecas Lebenskunst (= Mnemosyne Supplementum 252), Leiden / Boston 2004

Von Albrecht, M., Seneca: Eine Einführung, Stuttgart (reclam) 2018

Baier, T., Willensfreiheit? Seneca und die moderne Hirnforschung, in: R. Kussl (ed.), Impulse (Klassische Sprachen und Literaturen 39), München 2005, 7-32

Bardt, U.: Denken im Dialog. Senecas Epistulae morales, in: Martin F. MEYER (Hg.): Zur Geschichte des Dialogs. Philosophische Positionen von Sokrates bis Habermas, Darmstadt 2006, 40-53

Beck, J.-W.: Aliter loqueris, aliter vivis. Senecas philosophischer Anspruch und seine biographische Realität, Göttingen 2010

Blank-Sangmeister, Ursula: Seneca-Brevier, Stuttgart 1996

Blänsdorf, J./ Breckel, E.: Das Paradoxon der Zeit. Zeitbesitz und Zeitverlust in Senecas Epistulae morales und De brevitae vitae. Problem und unterrichtliche Behandlung, Heidelberger Texte, Didaktische Reihe 13, Freiburg/Würzburg 1983

Bütler, H.-P., Die epistulae morales im Unterricht, in: H.-P. Bütler / H.-J. Schweizer: Seneca im Unterricht, Heidelberger Texte, Didaktische Reihe 7, Heidelberg 1974, 5-73

Cancik, H., Untersuchungen zu Senecas epistulae morales, Spudasmata 18, Hildesheim 1967

Dietsche, U., Strategie und Philosophie bei Seneca. Untersuchungen zur therapeutischen Technik in den „Epistulae morales“ (Beiträge zur Altertumskunde 329), Berlin / Boston 2014.

Dingel, J., Art. Seneca, in: H. Cancik, H. Schneider (Hgg.), Der Neue Pauly, Enzyklopädie der Antike, Bd. 11, Stuttgart/Weimar 2001, Sp. 411-419

Forschner, M., Die stoische Ethik, Stuttgart 1981

Freise, H.: Die Bedeutung der Epikur-Zitate in den Schriften Senecas, in: Gymnasium 96 (1989), 532- 556

4. LITERATUR

4.3 Sekundärliteratur (Didaktische und Wissenschaftliche Literatur)

- Frings, U., Seneca und Nero, Zur Lebenswirklichkeit im tyrannischen Staat. In: AU 16.3 (1973), 51-84
- Frisch, M.: Utrum satius sit modicos habere adfectus an nullos. Seneca ep. 116 im Unterricht, in: AU 55.4-5 (2012), 74-83
- Fritsch, A.: Zur Seneca-Lektüre im Lateinunterricht, in: Pegasus-Onlinezeitschrift 12,2 (2012), 1-24
- Fuhrmann, M., Seneca und Kaiser Nero. Eine Biographie, Berlin 1997
- Fuhrmann, M., Geschichte der röm. Literatur, Stuttgart (Reclam) 1999, 274 – 288
- Giebel, M., Seneca, Reinbek bei Hamburg (rowohlt) 1997
- Gigon, O., Seneca und der Tod, in: Zeit und Ewigkeit. Antikes Denken im Spannungsfeld zwischen irdischer Begrenztheit und Jenseitsvorstellung, Hrsg. v. P. Mommsen und G. Reinhart, Stuttgart 1988, 96 – 115
- Grimal, P., Seneca, Darmstadt 1978.
- Grimal, P., Seneca, Macht und Ohnmacht des Geistes, Darmstadt 1987
- Hachmann, E.: Die Führung des Lesers in Senecas Epistulae morales (Orbis antiquus 34), Münster 1995
- Hachmann, E., Der fortuna-Begriff in Senecas Epistulae morales, Gymnasium 107, 2000, 295-319
- Hengelbrock, M., Das Problem des ethischen Fortschritts in Senecas Briefen (= Beiträge zur Altertumswissenschaft 13), Hildesheim / New York 2000
- Kißel, W., Von Seneca maior bis Apuleius, in: Die römische Literatur in Text und Darstellung, hrsg. v. M. v. Albrecht, Bd. 4 Kaiserzeit I, Stuttgart (Reclam) 1985, 160-189
- Krefeld, H., Seneca und wir. Zugänge zur Aktualität seiner Lehre (Auxilia 31), Bamberg (Buchner) 1992
- Laser, G., O Fortuna. Eine Einführung in die antike Philosophie am Beispiel der fortuna und ihrer remedia, in: AU 55.4-5 (2012), 30-41.
- Leemann, A.D., Das Todeserlebnis im Denken Senecas, in: Gymnasium 78 (1971), 322 – 333
- Maurach, G., Der Bau von Senecas Epistulae morales, Heidelberg 1970
- Maurach, G., Seneca, Leben und Werk, Darmstadt ⁶2013
- Maurach, G., Seneca als Philosoph, Darmstadt ²1987
- Maurach, G., Geschichte der römischen Philosophie, Darmstadt 2006
- Must, T.: Lernstraße „Römische Philosophie“, Göttingen 2012
- Neumann, K.: Quid ergo est tempus? Einstiege zu Senecas 1. Lehrbrief an Lucilius, in: AU 43.2 (2000), 33-34
- Nickel, R., Philosophie als Lebenshilfe, Freiburg 1982
- Rabeneck, V.: Totidem hostes esse quot servos? Die Behandlung von Sklaven in Rom, in: AU 54.4-5 (2011), 48-60

4. LITERATUR

4.3 Sekundärliteratur (Didaktische und Wissenschaftliche Literatur)

Reinhardt, G. / Schirok, E., Senecas Epistulae morales. Zwei Wege ihrer Vermittlung (Auxilia 19), Bamberg 1988

Ries, W.: Die Philosophie der Antike (Basiswissen Philosophie), Darmstadt 2005

Rohrmann, L.: Philosophie im Dienst der Lebensbewältigung. Senecas Epistulae morales im Unterricht, in: AU 21,2 (1978), 45-59

Schirok, E., ‚Servi sunt‘ - immo homines! Seneca zum Umgang mit Sklaven. Eine Aufforderung zu menschenwürdigem Verhalten, in: AU 49.4 (2006), 35-49

Schirok, E., Kosmopolitismus und Humanismus. Universales und humanitäres Denken bei Seneca, in: B. Zimmermann (Hg.): Vitae philosophia dux. Studien zur Stoa in Rom, Freiburg/Berlin/Wien 2009, 49-119

Schirok, E., Menschenrecht und Menschenwürde. Politische und philosophische Ansätze in der Antike, in: AU 54.4-5 (2011), 4-17

Schirok, E., Facere docet philosophia, non dicere! Brief 1 der Epistulae morales als programmatischer Einstieg, in: AU 55.4-5 (2012), 2-17

Schönegg, B.: Senecas epistulae morales als philosophisches Kunstwerk. Frankfurt am Main 1999

Sørensen, V.: Seneca – Ein Humanist an Neros Hof, München ²1985 (e-book, SAGA Egmont Verlag 2015)

Uhlenbrock, G.: Lebenslanges Lernen. Zusammenspiel von Form und Inhalt in Seneca-Briefen am Beispiel von ep. 76, in: AU 55.4-5 (2012), 42-46

Veyne, Paul: Weisheit und Altruismus. Eine Einführung in die Philosophie Senecas, Frankfurt a. M. 1993

Wildberger, J.: Seneca und die Stoa. Der Platz des Menschen in der Welt, Berlin/New York 2006.

Etappe 1: Notwendigkeit philosophisch orientierten Handelns / Leistungen der Philosophie

- **Sen. ep. 89,9 (Nebentext):**

Seneca bietet die in der Antike verbreitete Gliederung der Philosophie in drei Bereiche: *philosophia moralis*, *naturalis* und *rationalis* (Ethik, Physik, Logik; letztere von Seneca als Dialektik verstanden).

- **Sen. ep. 89,4 und 89,8 (Nebentext):**

- Seneca erläutert den Unterschied zwischen Philosophie und Weisheit, die Weisheit wird als Ziel der Philosophie definiert.
- Philosophie ist die Bemühung um sittliche Vollkommenheit (*studium virtutis*). Sie ist für Seneca mehr als nur intellektuelles Wissen und Verstehen: durch Verbindung mit dem Begriff der *virtus* wird sie als *actio*, als praktisch-moralisches Handeln gekennzeichnet.
- *Virtus* ist nicht nur Ziel, sondern auch Weg der Philosophie. Durch die Bilder Wurfgeschoss – Ziel und Straßen – Stadt wird der Unterschied verdeutlicht: *cohaerent inter se philosophia virtusque*. Der altüberlieferte kriegerische Wert römischer *virtus* ist in seiner für Seneca bezeichnenden Art umgedeutet: das ganze Leben gleicht einem Kampfplatz, auf dem der Mensch sich bewähren muss.

- **Sen. ep. 118, 3-4 (Haupttext):**

Senecas Bild römischer Wahlversammlungen: der Weise Senecas strebt nicht nach Erkenntnis (*contemplatio*), sondern er leistet passiven Widerstand gegen die Fortuna mit dem Ziel der Selbstbefreiung und Erlösung; Nichthandeln ist hier eine besondere Form der *actio*.

- **Sen. ep. 15,1-6 (Haupttext):**

- Ausgehend von der in Briefen üblichen Formulierung (*si vales, bene est, ego valeo*) grenzt Seneca durch die überraschende Umprägung (*si philosopharis, bene est*) die Gesundheit des Körpers (*valēre*) von der Gesundheit des Geistes (*philosophari*) ab (15,1).
- Die Gesundheit des Geistes ist im Wert der körperlichen Gesundheit überlegen (15,1).
- Die Überlegenheit der geistigen Gesundheit erweist sich u.a. auch an der zeitlichen Begrenzung körperlicher Kraft (15,5).
- Die als notwendig erkannte Pflege des *animus* zeigt, worin Aufgabe und Inhalt der Philosophie liegen; die Verwendung der Vokabel *valetudo* zeigt den Philosophen als den wahren Arzt.
- Körperliche Gesundheit allein ermöglicht dem Menschen noch nicht die ihm gemäße Lebensform. Ein Muskelprotz (15,2), der seine geistigen Kräfte brachliegen lässt, führt das Leben eines Wahnsinnigen (15,1).
- Ironisch zeigt Seneca darüber hinaus die Vergeblichkeit des Bemühens um körperliche Pracht und Stärke (15,2).

Etappe 1: Notwendigkeit philosophisch orientierten Handelns / Leistungen der Philosophie

- Da aber andererseits der Mensch nicht nur Geistwesen ist, sondern auch einen Körper hat, empfiehlt Seneca einfache sportliche Übungen, die jedoch entsprechend der dienenden Funktion des Körpers die Gesundheit des Geistes fördern sollen (15,4).
- Die Notwendigkeit der Erholung von geistiger Anstrengung wird von Seneca anerkannt; sinnvoll ist diese Entspannung aber nur dann, wenn sie die geistige Arbeit nicht beeinträchtigt.
- **Sen. ep. 16 (Haupttext):**
 - Indem sie den *animus* gesund erhält, vermag die Philosophie ihre erste Leistung zu vollbringen: sie führt den Menschen zum Glück.
 - Der unmittelbare Lebensbezug der Philosophie liegt nicht in einer bloß theoretischen Zustimmung zu ihren Lehren, sondern in der Praxis; tägliche Übung (*cottidiana meditatio*) lässt aus guten Absichten eine gefestigte innere Haltung (*bona mens*) werden, auf die in allen Wechselfällen des Lebens Verlass ist (16,1).
 - Die überraschende Antithese *philosophia – vita* zeigt für einen Augenblick den von Seneca abgelehnten falschen Philosophiebegriff: Philosophie als angelerntes Wissen und schmückendes Bildungsgut (*ostentationi paratum*); aber das ist nicht echte Philosophie, denn: *non in verbis, sed in rebus est* (16,3) – es geht also um praktische Philosophie (vgl. ep. 75,7: *non est beatus, qui scit, sed (qui) facit*; ep. 20,2: *facere docet philosophia, non dicere*).
 - In der für Seneca typischen Form der Antithese werden der falschen Auffassung von Philosophie (*ut cum aliqua oblectatione consumatur dies, ut dematur otio nautia*: 16,3) die Leistungen der wahren Philosophie gegenübergestellt.
 - Durch stilistische Mittel (Alliteration, Homoioteleuton, Anapher, wachsende Kola und Personifizierung der Philosophie in der Steuermann-Metapher) wird die neben dem Glück zweite Leistung der Philosophie hervorgehoben: Schutz und Sicherheit zu geben in allen dem Leben drohenden Gefahren (16,3). Die Philosophie vermittelt also Seelenruhe.
 - Die Häufung imperativischer Wendungen zeigt die Intensität, mit der die geforderte Selbsterziehung durchgeführt werden muss.
 - Die für die Ethik zentrale Frage des Determinismus wird gestellt: ist das Weltgeschehen einschließlich des menschlichen Lebenslaufs vorherbestimmt, dann bleibt für Freiheit und Verantwortung des menschlichen Willens kein Raum.
 - „Die Freiheit des stoischen Philosophen kann aufgrund des Determinismus (*fatum*) nicht im wirklich selbstbestimmten Handeln liegen, sondern nur in der „frei-will-igen“ Annahme des *fatum*.“ (Kuhlmann)
 - Ob jedoch *casus* und *fortuna* (Epikur) oder *fatum* bzw. ein *deus arbiter* (Stoa) den Lauf der Welt bestimmen, erklärt Seneca an dieser Stelle für unwichtig: in beiden Fällen muss man philosophieren; denn die Philosophie verleiht Schutz, insofern sie den Philosophierenden das zufällige und unkalkulierbare Schicksal widerwillig und zähneknirschend zu ertragen und dem göttlichen, vorherbestimmten Schicksal bereitwillig zu folgen lehrt: *Haec (sc. philosophia) adhortabitur, ut deo libenter*

Etappe 1: Notwendigkeit philosophisch orientierten Handelns / Leistungen der Philosophie

- *pareamus, ut fortunae contumaciter; haec docebit, ut deum sequaris, feras casum* (16,4-5).
- Ähnlich wie für das Christentum (vgl. Eph. 6,11-17: „Waffenrüstung Gottes“ u.a.) ist also auch für Seneca das Leben zunächst nicht ein Ort, an dem sich im stoischen Sinne der göttliche *Logos* von selbst verwirklicht; die Realitätserfahrung lehrt Seneca vielmehr, dass der Mensch zahllosen Anfeindungen der *Fortuna* ausgesetzt ist, gegen die er kämpfen muss; das schlägt sich im vorliegenden Brief nieder in der Formulierung: *sine hac (sc. philosophia) nemo intrepide potest vivere nemo secure* (16,3; vgl. z. B. auch ep. 51,6: *nobis quoque militandum est*).
- Die gegnerischen Einwände (16,4) widerlegen also die Notwendigkeit des Philosophierens nicht, sondern machen sie im Gegenteil erst recht deutlich.
- Die lehrhafte Absicht der *Epistulae* – ablesbar schon an den imperativischen Formulierungen – bestimmt auch sonst die Darstellung: trotz räumlich-zeitlicher Distanz (Briefe!) wird Unterweisung geboten, Rat erteilt, Fragen werden antizipiert und beantwortet.
- Der 16. Brief schließt mit einer von Epikur übernommenen Sentenz und deren Interpretation: eine in vielen Briefen Senecas geübte Praxis der kleinen ‚Zugabe‘ (*munusculum*) (16,7).
- Die Vorliebe für leicht einprägsame, sentenzartige Formulierungen – eigene und fremde – kennzeichnet den Stil Senecas und ist u.a. auch ein Grund für die Nachwirkung seines Werks; so lässt sich auch am Stil die praktisch-pädagogische Absicht des Autors ablesen.
- Die im 16. Brief enthaltene Sentenz bietet erstmals eine konkrete Anleitung für den Leser: in einer Doppelantithese werden die Begriffe *natura* – *opinio* sowie *pauper* – *dives* einander gegenübergestellt; „*opinio*“ ist hier die ungeprüfte, subjektive Auffassung, die im Gegensatz steht zur Wahrheit. Das Falsche – in diesem Falle das Streben nach materiellem Wohlstand – erweist sich in seiner Grenzenlosigkeit: da es sich hierbei um eine quantitative Größe handelt, ist stets eine weitere Steigerung denkbar. Aus der Maxime „*naturalia desideria finita sunt*“ wird das Kriterium echten „Reichtums“ abgeleitet; damit ist die Entscheidung über „Reichtum“ und „Armut“ in das Innere des Menschen verlegt, der so Unabhängigkeit und Freiheit von äußeren Lebensumständen gewinnt (16,7-9).
- Die von Epikur entlehnte Formulierung „*si ad naturam vives*“ entspricht der zentralen stoischen Formel des „*secundum naturam vivere*“ (vgl. ep. 5,4 und ep. 41,8).
- **Sen. ep. 20 (Haupttext)**
 - Im 20. Brief wird die Übereinstimmung von Reden und Handeln als Kriterium der Weisheit genannt; der Philosoph soll nicht nur Lehrer der Wahrheit, sondern ihr Zeuge sein.
 - Ein weiteres Kriterium der Weisheit liegt darin, dass der Weise die Identität des Handelns gefunden hat: *semper idem velle atque idem nolle* (20,5); denn: *non potest ... cuiquam idem semper placere nisi rectum*.

Handreichungen

Etappe 1: Notwendigkeit philosophisch orientierten Handelns / Leistungen der Philosophie

- Im Hinblick auf die letzte Etappe ist die von Seneca gegebene Interpretation der in diesem Brief als *munusculum* enthaltenen Sentenz wichtig: auch ein Reicher kann anspruchslos leben und unabhängig sein von seinem Reichtum; umgekehrt ist äußere Armut noch kein Kriterium innerer Freiheit, denn sie kann unwillig ertragen sein.

Etappe 2: Das Ringen um die wahre Freiheit

• Sen. ep. 80, 1-5 (Haupttext)

- Neben Sicherheit und Glück gewährt die Philosophie dem Menschen auch die wahre Freiheit.
- Das Motiv der Freiheit klingt schon zu Beginn des Textes an: Freiheit von dogmatischem Zwang als Voraussetzung für den, der den ihm gemäßen Weg finden will: *non ego sequor priores? facio, sed permitto mihi et invenire aliquid et mutare et relinquere: non servio illis, sed assentior* (80,1; vgl. auch: ep. 33,7; 33,11; 64,8; 84).
- Der Text ist ein Beispiel für die Eigenart des Philosophierens Senecas: eine selbsterlebte, konkrete Situation dient als Anlass zu philosophischen Überlegungen (vgl. z. B. ep. 53: Seekrankheit; ep. 54: Asthmaleiden; ep. 55: Spaziergang an die Küste und Villenbeschreibung; ep. 56: Tumult der Bäder; ep. 57: Reise durch einen Tunnel; usw.); damit unterstreicht Seneca in der Praxis, was er auch sonst als wichtigen Grundsatz nennt: Erziehung ist zugleich Selbsterziehung, Lehren erfolgt durch beispielgebendes Vorleben.
- Der Lärm der Menge, die zum Stadion geströmt ist, um eine *Sphaeromachie*, einen sportlichen Wettkampf, zu sehen, dringt in das stille Studierzimmer Senecas; in antithetischer Struktur (*silentium – ingens clamor / quam multi – quam pauci / quantus concursus ad spectaculum – quanta solitudo circa artes bonas / imbecilli animo – lacertos umerosque miramur / corpus – animus*) führen die Überlegungen zu dem Gegensatzpaar *servitus – libertas*.
- Wie die Entscheidung über Reichtum oder Armut im Inneren des Menschen fällt (s. oben), so findet der Mensch auch die wahre Freiheit in sich selbst: *quid ad arcam tuam respicis* (was blickst du auf deine Geldkiste)? *emi non potest* (sc. *libertas*) (80,5).
- Die Bedeutung der *libertas* wird vom juristisch-sozialen auf das moralische Gebiet verschoben: *itaque in tabellas vanum coicitur nomen libertatis, quam nec qui emerunt habent nec qui vendiderunt* (80,5).
- Im Gegensatz zum Körper ist der Geist autark: *corpus ... multis eget rebus ... , animus ex se crescit, se ipse alit, se exercet* (80,3).
- Bedroht wird die Freiheit von zwei Seiten, der Furcht vor dem Tod und der Furcht vor Armut: *libera te primum metu mortis: illa nobis iugum imponit; deinde metu paupertatis* (80,5).

Etappe 2: Das Ringen um die wahre Freiheit

- **Sen. ep. 78,16 (Haupttext):**

In der für ihn typischen Form der Analogie weist Seneca darauf hin, dass wahre Freiheit erkämpft sein muss. Sie gehört nicht zu den Glücksgütern, so wenig wie die *sapientia* (vgl. ep. 90,2); deshalb kann Seneca auch sagen, dass man nicht als Freier geboren wird (vgl. oben ep. 80,4: *tu non concupisces ... ad libertatem pervenire, qui te in illa putas natum?*).

- **Sen. ep. 44 (Nebentext)**

- Nicht Herkunft (*natura*) oder *fortuna* eines Menschen bestimmen seinen Adel (44,1); einerseits sind alle Menschen mit dem ausgestattet, was sie adlig machen kann: *bona mens omnibus patet, omnes ad hoc sumus nobiles* (44,2); andererseits muss dieser Adel erworben werden (44,3; 44,6; 44,7).
- Könige und Sklaven sind einer Herkunft: der stoische Gedanke von der Gleichheit aller Menschen klingt an, jedoch nicht im Sinne der modernen Menschenrechte, vielmehr in einer verinnerlichten Form.
- Als *summa vitae beatae* sieht Seneca *solida securitas et eius inconcussa fiducia* an (44,7); das zweite der genannten Ziele nennt er an anderer Stelle *perpetua tranquillitas* (z. B. ep. 92,3).

- **Sen. ep. 47 (Haupttext)**

- Der *fiktive Gegner*, mit dessen hartnäckigen Einwüfen ep. 47 beginnt, ist ein beliebtes Stilmittel der *Diatriben* kynisch-stoischer Prägung; als *interlocutor* verleiht er der Darstellung lebhaften Gesprächscharakter.
- Die Antworten (*homines, amici, contubernales, conservi*) auf den vierfachen Einwurf: *servi sunt!* rücken in einer Klimax Freie und Sklaven immer näher zusammen (47,1).
- Diese *interlocutio* wiederholt sich 47,17, d.h. der Gedankengang kehrt mitsamt den inzwischen gewonnenen Einsichten an den Ausgangspunkt zurück (Rahmenkomposition) und entkräftet damit den Einwand des fiktiven Gegners endgültig.
- Seneca fügt dem Verhältnis Herr – Sklave das *humane Element* hinzu: Sklaven sind nicht nur gleicher Herkunft und sittlich ebenbürtig, sondern sie müssen auch entsprechend behandelt werden (vgl. Sen. de ben. III, 23 ff.: Beispiele, wie auch Sklaven ihren Herren eine Wohltat erweisen können)
- Der letzte Schritt, die Beseitigung der Sklaverei zu fordern, fehlt bei Seneca – wie auch beim Christentum – da für ihn die soziale Unabhängigkeit irrelevant ist im Streben nach innerer Freiheit. Rechtliche Freiheit ist demnach ein *Adiaphoron*. Auf der Grundlage der stoischen Güterlehre müssen keine gesellschaftlichen Veränderungen gefordert werden.
- Die Begründung für die Ablehnung der Affekte durch die Stoiker liegt darin, dass die Außendinge über den Menschen Macht gewinnen und dadurch seinen Freiheitsraum, seine Selbstbestimmung beeinträchtigen können.
- *Libido, avaritia, ambitio, spes* und *timor* (47,17) sind Affekte, von denen sich der Mensch nicht knechten lassen darf. Ziel ist Freiheit von allen Erregungszuständen der Seele.

Etappe 2: Das Ringen um die wahre Freiheit

- Die Außendinge sind nur *bedingt* (Natur, Mitmenschen, *fortuna*) verfügbar.
- Die Bestimmung des individuellen Freiheitsraumes hat nichts an Bedeutung verloren.
- **Sen. ep. 51,5-9 (fakultativer Nebentext)**
 - Um sich vor den Verlockungen der *vitia* zu schützen, muss der Mensch seine Seele abhärten.
 - Diesen Kampf des Menschen bezeichnet Seneca als Kriegsdienst.
 - Der Mensch darf im Kampf mit dem Schicksal den Affekten nicht nachgeben.
 - Folgerichtig wird Freiheit als Ziel dieses Kampfes erklärt und definiert: *nulli rei servire, nulli necessitati, nullis casibus, fortunam in aequum deducere.*
- **Sen. ep. 76,6-11; 12-16**
 - Seneca betont die *ratio* als das wesentliche Unterscheidungsmerkmal zwischen dem Menschen und allen anderen Lebewesen.
 - So kommt der *ratio* im Sinne eines *bonum* bzw. einer *virtus* eine wichtige Funktion zu. (*ratio = bonum = virtus*).
 - In einem weiteren Schritt setzt Seneca die *ratio* nicht nur mit der *virtus*, sondern auch mit dem *honestum* gleich. Handeln gemäß der *ratio* bedeutet also zugleich ‚ehrentvolles‘, d.h. moralisch gutes Handeln. (76,10: *Haec ratio perfecta virtus vocatur eademque honestum est.*)
 - Da folglich nur die Vernunft den Menschen zum Menschen macht, kann nur sie ein glückliches Leben bewirken.
 - Im Gegensatz zur stoischen Auffassung garantiert die Vernunft nach heutiger Ansicht kein erfülltes menschliches Leben. Der moderne Glücksbegriff umfasst auch emotional-affektive Bestandteile wie etwa Liebe oder Freundschaft bzw. positive *Adiaphora* wie etwa Gesundheit oder Erfolg. Darüber bewirkt die *ratio* nicht zwangsläufig ethisch-moralisch besseres Handeln.
- **Sen. ep. 116,1-4 (Haupttext)**
 - Hinsichtlich des Umgangs mit den Affekten grenzt sich Seneca von der Position der Peripatetiker ab, die die Leidenschaften nur dann als schädlich ansehen, wenn sie ein bestimmtes Maß überschreiten.
 - Für Seneca als Vertreter der rigorosen stoischen Position sind jegliche Affekte grundsätzlich abzulehnen. (Hierzu gehören offenbar nicht die dem Selbsterhaltungstrieb dienenden „Affekte“ [z. B. Hunger, Durst], sondern Leidenschaften wie Trauer, Schmerz, Furcht).
 - Da man diese, wenn man ihnen nachgegeben hat, nur schwer beherrschen kann, hat man ihnen von vornherein Einhalt zu gebieten.
 - Nur der Weise verfügt über eine vollständige Kontrolle der Affekte.

Handreichungen

Etappe 2: Das Ringen um die wahre Freiheit

- Aus heutiger Sicht ist die stoische Forderung, dass das menschliche Handeln sich ausschließlich an der Vernunft orientieren sollte, weder praktikabel noch wünschenswert: „Die Affekte sind dem Menschen angeboren und haben ihren evolutionsbiologischen Sinn: Aggression/Zorn zur Selbstverteidigung und Gefahrenabwehr; Liebe zur Fortpflanzung und Stabilität einer sozialen Gruppe; Trauer zur Bewältigung traumatischer Erlebnisse etc.; Unterdrückung der Affekte macht psychisch krank. Als richtig gilt dagegen die Kontrolle und Kanalisierung der Affekte, nicht deren (unmögliche) Ausmerzungen.“ (Kuhlmann, Seneca ep. mor., Lehrerband p. 19)
- **Sen. ep. 41,4; 8-9 (Haupttext)**
 - Nach stoischer Vorstellung hat auch der Mensch Anteil an dem göttlichen Geist, der den Kosmos durchwirkt.
 - Der stoische Weise, dessen Seele (*animus*) in besonderem Maße Anteil an dieser göttlichen Kraft hat, ist frei von Furcht und Begierden, bleibt im Unglück glücklich und in unruhigen Zeiten gelassen.
 - Die *virtus* des Menschen besteht in seiner *ratio* und seinem *animus*. Sie machen seine eigentliche Natur aus. So erhält die stoische Maxime *secundum naturam vivere* („gemäß der Natur leben“) eine eindeutige inhaltliche Füllung: Der Mensch als *rationale animal* muss Affekte unterdrücken und *Adiaphora* verachten.

Etappe 3: Der richtige Umgang mit der (Lebens-)Zeit

- **Sen. ep. 1 (Haupttext)**
 - Der falsche Umgang mit der Zeit:

Die Zeit wird metaphorisch mit Geld bzw. einem Besitz gleichgesetzt. Dieser droht seinem Besitzer auf dreifache Weise zu entgleiten: Zeitverlust durch offensichtlichen (*auferre, eripere*) oder durch heimlichen ‚Diebstahl‘ (*subripere, subducere*), aber auch durch selbstverschuldete Unachtsamkeit (*excidere, effluere*). Letztgenannter Zeitverlust ist der schändlichste, da er aus Nachlässigkeit geschieht.

Wer schlecht handelt, verliert den größten Teil seines Lebens, wer in Untätigkeit verharrt, einen großen Teil, wer etwas **A**nderes (d. h. etwas Nutzloses) tut, sein ganzes Leben.
 - Die falsche Vorstellung von der Zeit:

Unter Zeit versteht Seneca keine physikalische Größe, sondern die Lebenszeit (*aetas*), deren Verstreichen auf paradoxe Weise mit dem Tod in Zusammenhang gebracht wird: Dem Tod gehört die schon vergangene Lebenszeit (*quidquid aetatis retro est mors tenet.*)

Als Konsequenz daraus fordert Seneca seinen Adressaten dazu auf, achtsam mit der Zeit umzugehen und jede Stunde intensiv zu nutzen (*omnes horas complectere!*). Wer sich bewusster auf die Gegenwart fokussiert, der wird weniger von der Zukunft abhängig sein. Ein auf die Zukunft aufgeschobenes Leben dagegen entschwindet unbemerkt.

Etappe 3: Der richtige Umgang mit der (Lebens-)Zeit

Nach Ansicht Senecas verkennen die Menschen, dass die Zeit im Gegensatz zu allem Materiellen in ihre Verfügungsgewalt gegeben wurde. Daher misst man ihr keinen Wert zu, lässt sich ihrer berauben oder verschenkt sie, obwohl sie flüchtig ist und anders als materielle Güter unwiederbringlich entgleitet.

- Senecas Umgang mit der Zeit:

Zwar stellt die Zeit hinsichtlich ihrer Länge ein naturgegebenes *Adiaphoron* (Die Länge des Lebens ist nicht entscheidend) dar. Zu einem wertvollen ‚Gut‘ wird sie aber erst dadurch, dass der Mensch sie bewusst und mit Vernunft (d.h. sittlich richtig) nutzt.

Zur Steigerung seiner Glaubwürdigkeit richtet Seneca nicht als perfekter Weiser die Empfehlung an Lucilius (bzw. den Leser allgemein), sondern als erfahrener Ratgeber, der gesteht, auch Zeitverluste verbuchen zu müssen. Im Gegensatz zu den meisten Menschen sei er sich dessen aber bewusst.

- Wenn Seneca am Ende des Briefes ein Sprichwort der Vorfahren erwähnt, wonach man nicht zu spät mit der Sparsamkeit beginnen dürfe, erhalten seine diesbezüglichen Ratschläge, Zeit zu sparen, einen nahezu allgemeingültigen und verbindlichen Charakter.

- **Sen., De brevitate vitae (Nebentext)**

- Seneca verweist darauf, dass die Lebenszeit zur Vollendung der wichtigsten Aufgaben bei vernünftigem Umgang hinreichend bemessen sei.
- Ein Leben in Verschwendung und Nachlässigkeit allerdings zerrinnt und erst angesichts des bevorstehenden Todes wird man sich der eigenen Vergänglichkeit bewusst.
- Demnach erhalten wir kein kurzes Leben, sind nicht arm an Lebenszeit, sondern gehen verschwenderisch mit ihr um (I, 3-4).
- Seneca differenziert zwischen physikalischer Zeit (*spatium / tempus* als Zeitspanne) und *vita* (nutzbare Lebenszeit). (II, 2)
- Die im ersten Textbeispiel gewählte merkantile Sprache wird im dritten Text fortgesetzt. Hier wird der Wert der Zeit durch den Vergleich von Geld und Zeit hervorgehoben. Nach Seneca bedient man sich der Zeit, als sei sie umsonst. Wenn es darum geht, Geld zu teilen, sind die Menschen geizig, wenn es aber darum geht, Lebenszeit zu teilen, sind die Menschen sehr viel freigiebiger. Seneca ruft angesichts der Kürze des Lebens zu einem sparsamen Gebrauch des kostbaren Guts Zeit auf (III, 1).

Etappe 4: Das Todesproblem

In dieser Etappe wird mit dem Todesproblem ein Beispiel aus der praktischen Philosophie der Antike herausgegriffen.

Es gibt Dinge, auf die der Mensch verzichten und sich dadurch von quälender Furcht und Hoffnung befreien kann; es gibt aber auch Dinge, die unausweichlich sind: Schmerz, Krankheit und Tod.

Um auch hier den Freiheitsraum des Menschen zu sichern, wendet Seneca eine andere Methode an: die Verharmlosung.

- **Sen. ep. 82,15-16 (Haupttext)**

- Es spielt persönliches Erleben (Alter, Krankheit) mit, wenn Seneca zwar – der stoischen Lehre entsprechend – den Tod als ein *Adiaphoron* betrachtet, jedoch einräumt, der Tod habe *speciem mali* und widerstrebe dem Selbsterhaltungstrieb (*amor sui*). Unmenschliche Härte liegt Seneca fern; so erkennt er Unterschiede zwischen den *Adiaphora* an: etwa zwischen der Frage, ob die Zahl der Kopfhare gerade oder ungerade sei (ein Schulbeispiel der Stoa, vgl. Diog. Laert. VII 104) einerseits und dem Todesproblem andererseits.
- Die *Adiaphora* sind zwar in Bezug auf die Glückseligkeit und die Tugend irrelevante Dinge; zu unterscheiden ist dennoch zwischen positiven *Adiaphora* (Gesundheit, Wohlstand u. ä.) und negativen (Krankheit, Tod, Armut u. ä.). Positive *Adiaphora* kann man verlieren, sie können also nach Seneca nicht Grundlage wahren Glücks sein.

- **Cic. Tusc. I 97-99 (Nebentext)**

- Am Beispiel der Abschiedsrede des Sokrates vor seinen Richtern wird gezeigt, was – philosophisch gesehen – vom Tod zu halten ist: entweder ist der Tod das Ende des Bewusstseins oder aber das Durchgangstor zu einer glücklicheren, weil vom Tod nicht mehr bedrohten Existenz – auf keinen Fall also ein Übel.

- **Sen. ep. 30,10 (Haupttext)**

- In diesem Brief will Seneca dem Menschen die Angst vor dem Tod nehmen. Die Gelassenheit gegenüber dem Tod als negativem *Adiaphoron* begründet Seneca auf zwei Einsichten:
 - a) der Tod ist allen gemeinsam (*condicione ..., qua nemo non est*)
 - b) der Tod ist unausweichlich, gehört wesensmäßig zum Leben, muss also von dem, der lebt, mit Gleichmut hingenommen werden (*vivere noluit, qui mori non vult*); Schlussfolgerung: *quam (sc. mortem) ideo timere dementis est, quia certa exspectantur, dubia metuuntur*; entsprechend versucht Seneca, das Wesen der Angst vor dem Tod zu entlarven (*non mortem timemus, sed cogitationem mortis*).
- Ferner liegt in der Tatsache, dass dem Menschen die Todesstunde unbekannt ist, eine Herausforderung an die Gelassenheit des Menschen: *Ita si timenda mors est, semper timenda est*.
- Der abschließende Scherz – *ne tam longas epistulas peius quam mortem oderis* – zeigt einmal mehr, wie Seneca seine Lehren durch eigenes Vorleben stützt: heitere Gelassenheit gegenüber einem von vielen Menschen zu ernst genommenen Problem.

Etappe 4: Das Todesproblem

- **Sen. ep. 70 (Nebentext, fak. / Referat): Zulässigkeit des Freitodes**

Aus christlicher Sicht ist der Suizid verwerflich (vgl. den pejorativen Begriff ‚Selbstmord‘) und aus ethischen Gründen nicht unproblematisch (seelische Belastung von Angehörigen und Freunden). Dagegen war der Freitod in der römischen Gesellschaft kaum tabuisiert. Von der Stoa wurde die Selbsttötung unter bestimmten Bedingungen sogar gebilligt.

- Neben der Verharmlosung dient die *praeparatio mortis*, also die innere Bereitschaft zum Sterben dazu, die Todesfurcht zu dämpfen.
- Wenn der Tod kein Übel ist, aber die Furcht vor der ungewissen Todesstunde die Menschen beunruhigt, so muss konsequenterweise derjenige gelobt werden, der den Zeitpunkt des Todes selbst bestimmt; in diesem Sinne äußert sich Seneca wiederholt, ausführlich z. B. in den Briefen 24, 70 und 77.
- Freiheitsstreben, Beseitigung der Todesfurcht und Abschwächung des Lebenstriebes sind Indizien für die Akzeptanz des Suizids in der stoischen Philosophie.
- Der Lebensbegriff wird neu gefasst: Leben an sich ist kein Gut: *non enim vivere bonum est, sed bene vivere*; auch die Dauer macht ein Leben nicht vollkommen, sondern die Art, wie wir leben; allein dies steht in unserer Gewalt. Wird uns die Freiheit genommen, unsere Lebensweise selbst zu bestimmen, bleibt dem Stoiker die Möglichkeit, durch Freitod der *fortuna*, dem äußeren Schicksal, zu entrinnen.
- Die Frage, wann es erlaubt sei, freiwillig aus dem Leben zu scheiden, beantwortet Seneca mit einer gewissen Kasuistik, wie die Gegenüberstellung zweier ähnlicher Fälle zeigt (70, 8-11).
- Unter den *exempla* tauchen Cato (das Schulbeispiel der Stoiker) und Scipio ebenso auf wie namenlose Sklaven; damit beugt Seneca dem möglichen Einwand vor, die erstgenannten Vorbilder seien für eine Nachahmung zu hoch (70,18); ferner steckt auch das bei ihm häufig zu beobachtende Denkschema dahinter (wenn ... um wieviel mehr dann wir?): Sollen wir, die die Vernunft gebildet hat, uns von Menschen aus niedrigem Stand übertreffen lassen?
- Der Stoiker beugt sich der *fortuna* nicht; sind ihm andere Möglichkeiten genommen, so ist der Tod der letzte Einsatz im Kampf gegen das feindliche Schicksal.
- Dass der Tod dennoch kein bequemer Abgang sein darf, bezeugt Seneca immer wieder; so ist die Interpretation des Epikur-Zitats in ep. 24,21ff. wichtig, wo diejenigen getadelt werden, die den Tod suchen. Damit beugt Seneca vor, dass sein Schüler aus der Furcht vor dem Tod in das andere Extrem verfällt: *quicquid horum tractaveris, confirmabis animum vel ad mortis vel ad vitae patientiam: in utrumque enim monendi ac firmandi sumus, et ne nimis amemus vitam et ne nimis oderimus* (24,24), ähnlich 26,10: *amor vitae, qui ut non est abiciendus ita minuendus est*.
- **Sen. ep. 78,2 (Nebentext, fak. / Referat)**
 - Der Text repräsentiert den letzten Aspekt am eigenen Beispiel Senecas: trotz schwerer Krankheit unterdrückt er aus Rücksicht auf seinen greisen Vater Selbstmordpläne: *imperavi mihi, ut viverem: aliquando enim et vivere fortiter facere est* (78,2). Damit ist die Frage nach der *congruentia vitae et doctrinae* gestellt.

Etappe 5: Das Leben des Philosophen Seneca im Verhältnis zur eigenen Lehre

- **Sen. ep. 108 (Haupttext)**

In der Frage nach der Übereinstimmung von Leben und Lehre Senecas werden zwei Aspekte gewählt:

- a) Das Verhältnis zu Besitz und Reichtum
 - b) Der Tod Senecas
- Im ersten Abschnitt des Textes spricht Seneca selbst die existentielle Seite des Philosophierens an: nach einem kurzen Blick auf seine eigenen Anfänge als Student veranschaulicht er die Notwendigkeit, Gehörtes auch in die Tat umzusetzen. Die Ziele seiner Protreptik lauten: *vitia deponere, legem vitae accipere, mores suo exigere*.
 - Für viele (*magna auditorum pars*) bleibt die Beschäftigung mit Philosophie aber bloßes Vergnügen (*voluptas, delectatio*) und Zeitvertreib (*deversorium otii*). Bei einer solchen Abgrenzung muss es erlaubt sein, zu fragen, ob Senecas eigene Lebensführung dem hohen Anspruch gerecht wird, den er in seiner Lehre vertritt, zumal er uns in seinen Schriften nicht als Schüler, sondern als Lehrender begegnet.
 - Eine kurze Darstellung seiner Lebensweise gibt Seneca selber im 2. Abschnitt des Textes: seine Enthaltensamkeit – die z. B. auf dem Hintergrund der zeitgenössischen Darstellung Petrons von der ungezügelten Genusssucht ihren Stellenwert erhält –, die Bemühungen, der pythagoreischen Forderung vegetarischer Ernährung zu entsprechen, die Rolle der Vernunft als Regulator seines Handelns.
 - Das Leitmotiv dieses Briefes klingt erneut an (Hinweis auf den Argumentationsstil Senecas!): *animum excolere* steht gegen *ingenium excolere: quae philosophia fuit, facta philologia est*.
 - Der 3. Abschnitt des Textes betont noch einmal die besondere Verantwortung dessen, der Lehrer sein will, und verurteilt die, *qui aliter vivunt quam vivendum esse praecipiant*. In dem drastischen Bild des seekranken speienden *gubernators* unterstreicht er die Priorität des Handelns vor dem Reden: *non est loquendum sed gubernandum*.
 - Anschließend müssen die biographischen Fakten aufgezeigt werden, die diesem Gedankengang seine Brisanz verleihen: Senecas Stellung als Höfling, der große politische Einfluss, den der Erzieher Neros besaß, und der selbst für damalige Begriffe ungewöhnliche Reichtum.

- **Sen. de vita beata 21,22 (Haupttext)**

- Im Text greift Seneca diesen Vorwurf auf; durch für römische Ohren besonders eingängige *exempla*, die vom Kursleiter kurz erläutert werden müssen, charakterisiert Seneca die Haltung des Weisen: *non amat divitias, sed mavult*.
- Damit wird erneut die Verinnerlichung als Wesenszug des Philosophierens Senecas angesprochen; die beiden folgenden Passagen des Textes enthalten illustrierende Beispiele (geringer Körperwuchs, Krankheit etc.). An hier ausgeklammerter Stelle (22,4) billigt Seneca den „*indifferentia*“ ausdrücklich einen gewissen Wert zu: Hinweis auf die Abkehr vom ethischen Rigorismus!

Etappe 5: Das Leben des Philosophen Seneca im Verhältnis zur eigenen Lehre

- Dem Vorwurf, dass sich dann das Leben des Weisen nicht mehr von dem der übrigen unterscheide, begegnet Seneca mit dem bezeichnenden Argument: *divitiae meae sunt, tu divitiarum es*. Damit ist vollends klar, dass nach seiner Lehre die innere Einstellung des Menschen zu den *munera fortuita* (21,4) das Kriterium rechter Lebensführung ist.
- **Tac. Ann. XIV,52 (Nebentext)**

Der Text besitzt eine Gelenkfunktion: einmal zeigt er, dass der Vorwurf des unangemessenen Reichtums schon in der Antike gegen Seneca erhoben wurde, wobei allerdings zu beachten ist, dass die Ankläger als *deteriores* von Tacitus eindeutig charakterisiert werden (vgl. die ausführliche Analyse von U. Frings; das unverfängliche Zeugnis des Tacitus stützt die Äußerungen Senecas über sein Verhältnis zum Reichtum: Nero weist das Angebot Senecas, zurückzutreten und die reichen Geschenke zurückzugeben, geschickt ab, da er um seine Popularität fürchtet; vgl. Tac. XIV 56); zweitens leitet dieses Kapitel über zur Darstellung des Todes Senecas.
- **Tac. Ann. XV,60-64**
 - Der Bericht des Tacitus über Senecas Tod ist ein Beweis für die Sicherheit und Gelassenheit, die dieser stets als Frucht und Gewinn philosophischer Lebensführung gelehrt hatte.
 - In der Ermahnung an seine Freunde (*ubi tot per annos meditata ratio?*) klingt die Forderung des *meditare mortem* an (vgl. die Etappe 4 zur *praeparatio mortis!*)
 - Im Sterben ahmt Seneca sein Vorbild nach: wie Sokrates den Schierlingsbecher, so trinkt auch Seneca Gift; der schließliche Tod im Dampfbad soll an Epikurs Tod denken lassen (vgl. Diog. Laert. X 15f.).
 - Während Sokrates bei seinem Sterben Überlegungen über ein Leben nach dem Tode anstellt, ist Seneca darauf bedacht, sein Sterben – ebenso wie sein ganzes Leben – seinen Freunden als ein Beispiel, als ein Bild zu hinterlassen.
 - Die Art, wie Seneca seinen Tod inszeniert, wie er sein Sterben mit theatralischem Pathos zelebriert, ist unserer Zeit fremd. Für uns hat der Begriff des ‚Theatralischen‘ den Beiklang des Unechten.
 - Dagegen lässt sich Senecas Tod auch als ein bis zum Ende vorgelebtes Beispiel deuten, dessen Ziel nicht Effekthascherei, sondern die Erfüllung einer selbstaufgelegten Pflicht ist.