

**Günter Gödde/Jörg Zirfas (Hg.): *Kritische Lebenskunst. Analysen – Orientierungen – Strategien*, Stuttgart: Metzler, 2018. – 489 S., € 49,99.**

Im Jahr 2016 unternahmen Günter Gödde und Jörg Zirfas mit dem von ihnen gemeinsam publizierten Band *Therapeutik und Lebenskunst* den Versuch einer umfassenden Darstellung historischer und aktueller philosophischer wie psychologischer (einschließlich therapeutischer) Konzepte vom »guten Leben« mitsamt ihren kognitiven, ethischen und praktischen Implikationen. Wie sehr mich die Fragestellung angesprochen und die Art ihrer Beantwortung beeindruckt hat, habe ich in meiner Besprechung im *Jahrbuch für Literatur und Psychoanalyse*<sup>1</sup> zum Ausdruck gebracht. Nun legen Gödde und Zirfas unter dem Titel »*Kritische Lebenskunst*« ein zweites Kompendium vor, das die angesprochene Thematik der Beliebigkeit von Deutungen, der Gefahr des Moralisierens und dem Streit um das »wahre« (und damit einzig »richtige«) Leben entreißen möchte. Als ob die Herausgeber die Absicht gehabt hätten, den Themen nicht nur eine systematische, sondern auch eine symbolische Ordnung zu geben, haben sie eine Einteilung in sieben Großabschnitte zu je sieben Beiträgen vorgenommen. Ein »Prolog« eröffnet den Band, ein »Epilog« beschließt ihn. Jedem der sieben Themenkreise ist eine die folgenden sieben Einzelbeiträge betreffende systematisierende »Einführung« vorangestellt.

Insbesondere die aus der Philosophie stammenden Konzepte hatten ein Verständnis von »Lebenskunst« nahegelegt, das deren Sinn in der Verwirklichung des »Wahren und Guten« sah und damit die Erwartung suggerierte, ein »höheres« Bildungsniveau, verbunden mit einer »höheren« Moral, böte die besten Voraussetzungen dafür, sich einer idealen Lebensform anzunähern. Wie Gödde und Zirfas in ihrem Prolog anmerken, ignoriert eine solche Sichtweise aber die unterschiedlichen Verhältnisse, in denen Menschen versuchen, ihr Leben zu bewältigen; sie sei überheblich, werde den diversen Benachteiligungen nicht gerecht und erzeuge sogar »Ungleichheit« (S. VII). Für erforderlich halten sie daher »ein Lebenskunstkonzept des ›gewöhnlichen‹, des ›problematischen‹ oder auch des ›prekären‹ Lebens« (S. VIII). Das aber kann nicht nur auf philosophischen Annahmen und Schlussfolgerungen beruhen, sondern benötigt eine empirische kultur-, human- und sozialwissenschaftliche Basis. Das aus diesen Disziplinen gewonnene Wissen ermöglicht eine der jeweiligen Zeit entsprechende Kritik der Lebensverhältnisse ebenso wie eine dauernde

---

<sup>1</sup> Helmwart Hierdeis, Rezension zu Günter Gödde/Jörg Zirfas: *Therapeutik und Lebenskunst. Eine philosophisch-psychologische Grundlegung*. Mit einer Eröffnung von Michael B. Buchholz, Gießen: Psychosozial-Verlag, 2016, 733 S., in: *Freiburger literaturpsychologische Gespräche. Jahrbuch für Literatur und Psychoanalyse* 38 (2019), S. 265–274.

Überprüfung der Stimmigkeit des Lebenskunstkonzepts und verhindert damit, dass es ideologisch erstarrt.

Um den Begriff der Kritik vor Beliebigkeit zu bewahren, legen sich Gösde und Zirfas auf folgende »Elemente« fest:

Kritiken sind 1. Praktiken des Unterscheidens und Bewertens, 2. die sich auf bedeutsame menschliche Sachverhalte beziehen, 3. die eine bestimmte Bildung voraussetzen, 4. die einen erkennenden, praktischen und begründenden Anspruch verfolgen, 5. die in der Neuzeit selbstgegebenen Kriterien folgen, 6. daher vor allem als (individuelle und kulturelle) Selbstkritik in krisenhaften Situationen auftreten, und schließlich 7. aufgrund ihrer Negationsstruktur eine spezifische theoretische und praktische Orientierung nahelegen (S. XII).

Lebenskunst als Kunst, ein »bejahenswertes Leben« (S. VII) zu führen, soll also in diesem Sinne (selbst-)kritisch sein. Zugleich wollen die Herausgeber die Wahl des Begriffs »Kunst« (und nicht etwa »Vernunft«) als Zeichen gegen eine allgemeine »Begründungslogik« verstanden wissen. Sie soll darauf verweisen, dass »jeder Begründungsversuch letztlich ein Versuch, d.h. eine Option unter vielen anderen bleiben muss« und »somit einen radikal individuellen, idiosynkratischen Rest beibehält« (S. XIII). – Damit geben sie die Lesart für die nachfolgenden sieben Themenkreise vor, deren Beiträge im Folgenden skizziert werden sollen.

Der 1. Themenkreis ist dem »*Blickwinkel der Individualität*« gewidmet. Wie die Herausgeber einleitend konkretisieren, steht diese unter dem Leitstern der »Vielfältigkeit« (S. 3) und der »Selbsterschaffung« (ebd.), der Experimentierfreude, der Selbstreflexion und der Kontextsensibilität. Aber mit ihrer Autonomie wächst auch ihre Fragilität. Die so verstandene Individualität des einzelnen Menschen ist zwar vergleichbar mit anderen Individualitäten, aber dennoch »in radikaler Weise einzigartig« (ebd.).

Werner Stegmaier akzentuiert die Lebenskunst dieses Individuums als »Orientierungskunst«, verstanden als das Vermögen, die jeweilige »Situation« (S. 8) zu entschlüsseln, die durch die Orientierungsversuche anderer und durch die demokratische Struktur des Staates mitkonstituiert wird. – Nach Robert Zimmer ist das Individuum zur Verwirklichung von Lebenskunst auf die Verbindung von »Klugheit und kritischer Vernunft« (S. 19) angewiesen. Erstere umschreibt er »als erworbenes Selbst- und Weltwissen und als Fähigkeit, sich in konkreten sozialen Situationen richtig zu entscheiden« (ebd.), Letztere als »Orientierungskompetenz« (S. 15), die es dem Individuum ermöglicht, »unter kritischer Reflexion der eigenen Grenzen rationale Lebensentwürfe vorzulegen und zu beurteilen« (S. 19). – Dem Aspekt »Leiblichkeit« widmet sich Andreas Brenner. Ausgehend vom »additiven« Körperverständnis der Antike (S. 25) führt er zur Unterscheidung zwischen dem empirisch fassbaren »Körper« und dem »Leib«

als Ausdruck subjektiv-individueller Deutung (S. 26). Von Bernhard Waldenfels übernimmt Brenner den Begriff »Responsorium« für den Leib »als Organ der Welterschließung« (S. 27). – Die Bedeutung der »Lebenserfahrung« für das Individuum nimmt Jörg Zirfas in den Blick. Entstehend aus dem Zusammenwirken von »Erinnern« und »Lebenserklärungen« und »gründet von einem Lebensgefühl«, das durch die »Erfahrung der Selbstbestimmung« (S. 31f.) geprägt wird, macht sie die »Widersprüchlichkeit« (S. 32f.) und »Endlichkeit« (S. 33) des Lebens erträglich. Ihre kritische Funktion erfüllt sich bei der Aufklärung über das Selbst und das Leben, in der Reflexion von Krisen und bei der »Einübung in Abschiede, Trennungen, Differenzen und Distanzen« (S. 35). – Für Juliane Noack Napoles ist reflexive Lebenskunst ein »möglicher Weg zur Herstellung bzw. Aufrechterhaltung der Identität« (S. 38). In den vier aufeinander bezogenen und sich gegenseitig durchwirkenden Seinsweisen – »Gegebensein«, Selbstsein«, »Mitsein« und Anderssein« (S. 40ff.) – hat sich die Lebenskunst in einem unabschließbaren »Prozess der Identitätsarbeit« (S. 44) zu bewähren. – Der »Liebeslebenskunst« nimmt sich Ferdinand Fellmann an. Die »Entmoralisierung der Lebenskunst« (S. 47) ging mit der »Deregulierung des Liebeslebens« (ebd.) einher und begünstigte einen »expressiven Individualismus« (S. 49) auch in der Erotik. Belege dafür findet er in den verbreiteten und durch das Internet begünstigten Formen der Selbstdarstellung. Dass trotz der Liberalisierung von Beziehungen und Praktiken starke Gefühle wie »Eifersucht oder verletzter Stolz« (S. 51) nicht verschwunden sind, deutet er als Anzeichen für die evolutionäre Kraft, die in der »Polarität der Geschlechter« (ebd.) liegt. – Zum Thema »Sterben und Tod« entwickelt Ralf T. Vogel vor dem Hintergrund von C.G. Jungs »Thanatopsychologie« (S. 53) sein Konzept von den »Herausforderungen der Individuation als Bestandteile einer analytisch-psychologischen Lebenskunst« (S. 55). Sie nimmt zum Lebensende hin die Form einer gedrängten Individuierung an, in der das »*memento mori* [...] zur Vorbereitung, ja Einübung einer *ars moriendi* [wird]« (S. 58).

In ihrer Einführung zum 2. Themenkreis »*Soziale Weltbeziehungen und Intersubjektivität*« bereiten die beiden Herausgeber eine gewisse Ernüchterung hinsichtlich der Erreichbarkeit eines »guten Lebens« als Ausdruck von »Lebenskunst« vor. Den beschriebenen Leitbildern näher zu kommen, kann durch »ungünstige Entwicklungsbedingungen« (S. 63) – gemeint sind in erster Linie unzureichende Beziehungserfahrungen – behindert werden.

Felix Brauner und Cord Benecke machen darauf aufmerksam, wie schwierig es sein kann, im Rahmen der gesellschaftlichen und kulturellen Strukturen die für die »Emotions- und Bedürfnisregulierung« (S. 66) angemessenen Interaktionen so zu realisieren, dass sie dem Subjekt helfen können, seinen eigenen »Weg [...] zwischen [...] Intuition und Selbstref-

lexion, zwischen Anpassung und Widerstand, zwischen regulierter Kontrolle und triebhaftem Drängen« (S. 73) zu finden. – Werner Pohlmann möchte mit seinem Verständnis von »Begegnung« das ausschließlich Dialogische überschreiten und bezieht die »ganze Wirklichkeit, der wir tagtäglich begegnen, in der wir uns erleben und verhalten« (S. 87), mit ein. Sie kann uns allerdings so überfordern, dass wir in der »therapeutischen Begegnung« (S. 80) erst wieder lernen müssen, uns aus Flucht und Erstarrung zu lösen. – Dominik Krininger sieht in allen zwischenmenschlichen Beziehungen »Anerkennungsverhältnisse« (S. 89). Deren Qualität beeinflusst die Entwicklung des Menschen und ringt ihm lebenslange Überlegungen und Entscheidungen dahingehend ab, ob die an bestimmte Bedingungen gebundenen Formen gesellschaftlicher Anerkennung für ihn wichtig genug sind, um in sein Lebenskonzept integriert zu werden. – Im »Takt« entdeckt Daniel Burghardt eine »eher [...] korrigierende denn [...] kritische Kategorie des Verhaltens. Sie hat dort ihren Platz, wo die sozialen Regeln nicht ausreichen, um auf »widersprüchliche und zudem individuelle Ansprüche« (S. 93) eine angemessene Antwort zu finden. – In Susanne Völkers Konzept von »Gender und Queer« bildet die »Ermöglichung und Berücksichtigung von Differenz und Alterität« (S. 104) eine unentbehrliche Voraussetzung für ein »gutes Leben« – generell und ganz besonders im Hinblick auf die Geschlechterverhältnisse. – Daniel Burghardt entwickelt unter dem Stichwort »Vulnerabilität« eine theoretische Facette zum Leiden und Leidenkönnen. »Lebenskunst« zeigt sich für ihn darin, wie Leid bewältigt und das »Bewusstsein der Vergänglichkeit« (S. 107) gelebt wird. – Rüdiger Eschmann schließlich sieht in »Heimat und Fremdheit« den Menschen zahllosen Entfremdungserfahrungen ausgesetzt. Sie drängen ihn, nach einer »Heimat« zu suchen, die »als ‚gutes inneres Objekt« (S. 113) Fremdheit nicht auflöst, sondern als lebensnotwendig integriert.

Den Beiträgen zum 3. Themenkreis »Kulturelle Strukturen und Prozesse« geben die Herausgeber in ihrer »Einführung« einen offenen Kulturbegriff vor. Kultur ist – gleichgültig ob als »höher« oder als »niedrig« deklariert – der unausweichliche Rahmen einer jeden Entwicklung und Bildung, und in jedem Fall »thematisiert [die Lebenskunst] die Fragen, wie sich eine Person im Laufe ihres Lebens die Wahrnehmungs-, Denk- und Handlungsmuster [...] in ihren symbolischen Formen und performativen Praxen aneignet« (S. 121).

Mit einer Diskussion zum Zusammenhang von »Bildung« und Lebenskunst eröffnet Gabriele Weiß den Themenreigen. Sie sieht einen Kontrast zwischen dem von Foucault entworfenen und von Wilhelm Schmid weiterentwickelten Lebenskunstkonzept und einem funktionalen und damit seinen Ursprüngen entfremdeten Bildungsverständnis. Ihre Erwartung: »Kulturelle Bildung und Lebenskunst können mit ihrer Problematisierung

von Lehr- und Lernbarkeit dem Bildungsbegriff als einem lebenslangen Transformationsprozess zu seinem Comeback verhelfen« (S. 133). – »Ästhetische Erfahrung« ist für Jörg Zirfas ein vielschichtiges Geschehen, in dem die eigene Position der Welt gegenüber lediglich als »Perspektive« (S. 136) wahrgenommen wird. Das gilt auch für ihre kritische Funktion, die keinen absoluten Wahrheitsanspruch kennt. Mit dem von Richard Shusterman übernommenen Begriff »somaästhetische Bildung« (S. 139) versteht er den »Körper als [...] Ort intensiver, ganzheitlich sinnlich-leiblicher Erfahrungen« (S. 140). Reflektiert bieten sie die Voraussetzungen dafür, die Leiblichkeit anderer Personen zu verstehen und sich selbst und andere Personen »ästhetisch, sozial und moralisch sensibler zu machen« (ebd.). – Die Notwendigkeit, im Zusammenhang mit Kritischer Lebenskunst über das »Symbol« nachzudenken, ergibt sich für Heinrich Deserno aus dem Umstand, dass »Reflexion [...] auf symbolisierenden Fähigkeiten beruht« (S. 143) und Symbole darüber hinaus unser Wirklichkeitsverständnis bestimmen. Aus der Geschichte symboltheoretischer Konzepte von Freud über Lorenzer bis hin zur aktuellen Bindungstheorie zieht er den Schluss, dass »Symbolbildung [...] an allen physischen, psychischen und sozialen Prozessen entscheidend beteiligt [ist]« (S. 149) und ihr Gelingen von »psychische[r] Lebendigkeit« (S. 149) zeugt. – In »Das metrische Selbst« wendet sich Christof Windgätter den »Praktiken der Anthropometrik« (S. 152) als einer neuen Form der »Selbstthematization« (S. 156) zu. Sie wird von einem medial propagierten und von einzelnen Menschen verinnerlichten Auftrag angetrieben, den Körper messbar und zählbar zu optimieren und zieht die unbewusste Unterwerfung unter die Macht der Geräte nach sich. – Eine besondere Form körperlicher Selbstoptimierung und deren Konsequenzen bringt Gunter Gebauer in seinem Beitrag »Lebensführung im Hochleistungssport« ins Spiel. Am Beispiel des Fußballprofis Per Mertesacker zeigt er, wie günstige Voraussetzungen im sozialen Umfeld ein »Sportprojekt« (S. 167) entstehen lassen, das, verbunden mit einem hohen Anspruch an das »Selbstmanagement«, zu einem »Lebensprojekt« (ebd.) werden kann. Gegenbeispiele aus dem nichtprofessionellen Hochleistungssport belegen aber auch das mögliche Scheitern eines solchen Projekts aufgrund von zerstörerischer »Selbstdisziplin« und »Doping« (S. 168). – Über die »Dichotomie von Formlosigkeit und Struktur« (S. 170) in der Kunst gelangt Karin Dannecker in ihrem Beitrag »Kunst und Therapie« zunächst zur »Psychodynamik des künstlerischen Prozesses«, um dann am Beispiel einer kunsttherapeutischen Episode zu demonstrieren, welche Chancen die künstlerische Formgebung und die Reflexion darüber bieten, »temporäres Chaos« (S. 179) im Inneren zu überwinden und zu einem strukturierteren und befriedigenderen Leben zu gelangen. – Für »Religion und Theologie« nimmt Peter Bubmann zum Abschluss des Themenkreises in Anspruch, dass sie,

sofern sie »ein reflexiv verantwortetes stimmiges Gesamtbild des Umgangs mit der Welt [...] erstellen, [...] auch als ›Theorien der Lebenskunst« (S. 180) verstanden werden können. Dabei widmen sie gegenwärtig ihre Aufmerksamkeit vor allem den Themen »Freiheit«, »Unglück«, »Glück«, »Leid« und »Tod« (S. 183).

»*Prekäre Verhältnisse*« ist der 4. Themenkreis überschrieben. Gödde und Zirfas umreißen in ihrer Einführung seine Inhalte: »Im Hinblick auf prekäre gesellschaftliche Verhältnisse wie Armut und Behinderung, Benachteiligungen und Überforderungen in einer riskanten Arbeitswelt, Erfahrungen mit der Stigmatisierung abweichenden Verhaltens, psychotischem Realitätsverlust und Traumatisierung, Fremdheit und Heimatverlust stellen sich gesellschaftliche und kulturelle Fragen, ob und inwieweit den Betroffenen überhaupt noch Chancen auf ein gutes Leben bleiben« (S. 191).

Karl August Chassé sieht in der »Armut« den Ausdruck von gesellschaftlichen Rahmenbedingungen, die den Menschen »Möglichkeitsräume« (S. 195) vorenthalten. Seine Übersicht über die diversen Armutsformen in Deutschland wie »Einkommensarmut«, »sozialer Ausschluss« sowie »Kinder- und Jugendarmut« (S. 196ff.) lässt neben den durch mangelnde materielle Ressourcen bedingten Beschränkungen auch Diskriminierungen durch die »Armutsverwaltung« (S. 199) und durch Stigmatisierungen im sozialen Umfeld erkennen. – Markus Dederich rechtfertigt die Aufnahme des Themas »Behinderung« in einen Band über »Lebenskunst« mit einem Forschungsdefizit in den Humanwissenschaften. Seine Frage, »ob überhaupt ein systematischer Zusammenhang zwischen Behinderung und Lebenskunst besteht« (S. 202), führt ihn über eine historische und semantische Begriffsklärung und die Analyse von Autobiografien »Behinderter« zur zentralen These, dass individuelle Behinderung an sich nichts über die Fähigkeit aussagt, ein »gutes Leben« zu führen. – In »Riskante Arbeitswelt« macht Ralph Sichler darauf aufmerksam, dass die ersten Lebenskunsttheorien in der Klassischen Philosophie Antworten auf den Zerfall politischer Strukturen waren. In der Gegenwart treffen individualisierende Tendenzen der Arbeitswelt auf verstärkte individuelle Freiheitsbedürfnisse. Da zudem die Grenzen zwischen Arbeit und Privatbereich verschwimmen, nehmen die psychosozialen Belastungen zu. – Günter Gödde und Franziska Lamott eröffnen ihren Part unter dem Titel »Stigmatisierung« mit der von Goffman übernommenen Typisierung von alltäglichen Zuschreibungen nach Aussehen, »Charakter«, Ethnie, Religion und Weltanschauung und zeichnen anhand eines Fallbeispiels nach, wie Etikettierungen funktionieren. Ihre besondere Aufmerksamkeit gilt der »Stigmatisierung als ›zweite Krankheit« in der Psychiatrie« (S. 221). – Jann E. Schlimme sieht im Kern der »Psychose« den »Verlust von Selbstverständlichkeiten« (S. 227) und damit einhergehend eine Einbuße an Au-

thentizität. Sie wiederum ist für ihn das wichtigste Element auch der Lebenskunst. Aus den therapeutisch begleiteten Genesungsprozessen von Psychotikern kristallisieren sich einige hilfreiche Faktoren heraus, die auch wesentlich für die Praxis der Lebenskunst sind. – Ist es nicht »zynisch« (S. 235), im Kontext von durch Gewalt verursachten schwersten seelischen Beeinträchtigungen an Lebenskunst zu denken? Peter Theiss-Abendroth wirft diese Frage in seinem Beitrag »Trauma« auf und kommt nach einem Gang durch die Begriffsgeschichte zu einer gegenteiligen Einschätzung. Als Beispiel dient ihm der jüdische Psychoanalytiker Ernst Federn, der nach sieben Jahren im KZ die Spuren seiner Traumatisierung zwar nicht verleugnen konnte, dem es aber dennoch möglich war, »eine skeptische Distanz zu den Dingen und zu sich selbst« (S. 240) aufrechtzuerhalten und eine fruchtbare Tätigkeit als Therapeut und Historiker der Psychoanalyse zu entfalten. – In »Sucht und Selbstachtung« verweist Roland Voigtel auf die fließenden Grenzen zwischen »Normalität« und »Sucht«. Ob diese als Krankheit zu bezeichnen sei, entscheide »die individuelle Fähigkeit, mit den Risiken umzugehen« (S. 242). Mit Sandor Radó, dem ungarischen Psychoanalytiker und Suchtforscher in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts, hält er eine »initiale Verstimmung« (S. 245) in Gestalt narzisstischer Konflikte in den frühen Beziehungen zum Primärobjekt für einen maßgeblichen Suchtfaktor.

Der 5. Themenkreis widmet sich der »*Therapeutische(n) Lebenskunst*«. Gödde und Zirfas sehen in »Therapeutik« und »Lebenskunst« zwei sich mit ihren Erfahrungen und ihrem Wissen befruchtende Weisen, das Leben zu reflektieren und zu verändern. Das ist schon im vorangegangenen Band zur Lebenskunst deutlich geworden. Hier geht es ihnen in besonderer Weise darum, was die Psychotherapie der Lebenskunst zu bieten hat: »Möglichkeitsräume« (S. 257) zur Erprobung neuer Formen der Selbstsorge und Orte, an denen gelernt werden kann, das Unabänderliche anzunehmen.

Die »Katharsis«, nach Freud die »Abfuhr des bis dahin gleichsam »eingeklemmten« Affekts« (S. 261f.), hat nach Günter Gödde eine bis in die Heil- und Lebenskunst der Antike zurückreichende Tradition. Bei Josef Breuer stand sie im Zentrum seiner »kathartischen Psychotherapie« (S. 260). Sigmund Freud führte sie als »eigenständige Therapieform« (S. 262) weiter. Über Ferenczi und Balint gelangte sie in die verschiedenen Richtungen der Psychoanalyse und anderer psychodynamischer Therapien. Im Zusammenhang mit der Lebenskunst spielt sie eine wichtige Rolle bei der Bedürfnis- und Emotionsregulierung (vgl. den Beitrag von Brauner und Benecke, S. 66). – Tilman Watzel bezieht in »Übertragung und Gegenübertragung« den von Freud als eine vom falschen Objekt ausgelöste »Art des Erinnerns« (S. 269) verstandenen Übertragungsbegriff auf die Lebenskunst, weil die Inanspruchnahme von Therapie wie die

»Überlegungen zur Lebenskunst [...] Reaktionen auf [...] Leidenserfahrungen sind« (ebd.). Das Erkennen und Durchleben von Konstruktionen des eigenen Lebens findet in der »Gegenübertragung« den angemessenen »Resonanzraum« (S. 270f.). – Michael Klöpffer möchte in seinem Beitrag über »Empathie« aufzeigen, dass gerade sie es ist, »die im psychotherapeutischen Feld ganz wesentlich dazu beiträgt, [...] Defizite im Selbst des Patienten und in seinem Umgang mit anderen Menschen zu mildern« (S. 276). Dass in den Fähigkeiten, die der Therapeut dazu benötigt, die sich für Klöpffer aber nicht exakt benennen lassen, die Lebenskunst des Therapeuten wirksam wird, vermutet er aufgrund eigener therapeutischer Erfahrungen. – Für Svenja Taubner ist »Mentalisieren« ein »Prozess, der es ermöglicht, eigene mentale Prozesse durch die Brille vergangener Erfahrungen oder Repräsentationen einzuordnen und ihnen eine Bedeutung für das eigene Leben zu geben« (S. 284). Sie ist davon überzeugt, dass das im Mentalisieren zum Ausdruck kommende »genuine Interesse am Erleben des Anderen« (S. 292), das sich in der Therapie bewährt, auch außerhalb dazu beiträgt, »seine eigenen Erfahrungen verstehen zu können und in ein autobiographisches Selbsterleben zu integrieren« (S. 291). – »Der selbstverständliche Mensch« ist für Timo Storck der sich selbst verstehende Mensch. Wenn es in der psychoanalytischen Therapie darum geht, festgefahrene »Annahmen über das Selbst und die Anderen« (S. 293) in Bewegung zu bringen und zu einer neuen »Deutung des eigenen Lebens« zu kommen (ebd.): lässt sich dann ein analoger Weg zu diesem Ziel auch für die Lebenskunst reklamieren? Storck bindet sein Ja an komplexe Differenzierungen, sowohl was das »gute Leben« (S. 294) als auch was das Verständnis des »Selbst« (S. 294f.) und des »Verstehens« (S. 295ff.) angeht. – Thomas Munder, Kai Rugenstein und Antje Gumz verstehen unter »Ressourcenorientierung« in der Psychotherapie mit Bezug auf Klaus Grawe die Einbeziehung alles dessen, was dem Patienten »zur Befriedigung seiner Grundbedürfnisse zur Verfügung steht« (S. 303). Dazu gehöre etwa »die Empfänglichkeit für Heilungsangebote und Beziehungen sowie grundlegende Offenheit für neue Perspektiven« (ebd.). Die Konzentration auf »das Gelingende« (S. 304) gelte gleichermaßen für Therapie und Lebenskunst. Dabei sei aber die Gefahr eines »unrealistischen Optimismus« (S. 306) im Auge zu behalten. – Wenn »Kunst die Art und Weise [ist], wie das Leben als Behandlung von Wirklichkeit sich selbst gestaltet« (S. 308), dann ist die »Ästhetische Erfahrung im Therapieprozess«, der sich Werner Pohlmann widmet, nur eine ihrer Spielarten. Ihre Besonderheit liegt darin, dass sie sich in einer »Beziehung als Handlungseinheit« (S. 309) realisiert, die eine nicht planbare Entwicklung in Gang setzen soll. Pohlmann bezeichnet es als »Wagnis, sich damit zu konfrontieren, was an unbewussten Wirksamkeiten sich in unserer bewussten Gestaltung der Wirklichkeit dazwischen schiebt« (S. 313).

»Bausteine für ein ›gutes Leben‹« überschreiben die Herausgeber den 6. Themenkreis. In ihrer »Einführung« verweisen sie auf das angesichts einer verwirrenden, problembehafteten und als bedrohlich empfundenen Gegenwart wachsende »Bedürfnis nach reflektierten zeitgenössischen Formen der Selbst-, Anderen- und Weltsorge« (S. 319). Überlegungen dieser Art durchziehen die Geschichte seit Jahrtausenden. Die alten Antworten sind aber nicht einfach zu transferieren, sondern müssen kritisch und selbstkritisch geprüft und ergänzt werden.

In »Selbstsorge in der Antike« gehen Günter Götde und Jörg Zirfas zunächst der Reanimation des antiken Leitbegriffs der Lebenskunst durch Michel Foucault nach, bevor sie sich exemplarisch den vier zentralen Konzepten zuwenden: dem sokratisch-platonischen, dem epikuräischen, dem stoischen und dem christlichen. Die Autoren entdecken in ihnen Theorie-Praxis-Reflexionen im Hinblick auf »Selbstwahrnehmung« und »Selbstverstehen«, »Selbsterkenntnis« und »Selbstprüfung«, zum Leben als »Kunstwerk« und zur »Selbstverbesserung« (S. 331). – Mit ihrem Beitrag »Selbstsorge in der Moderne« lassen Götde und Zirfas die Diskussion der antiken Konzepte in ihr eigenes Verständnis von Selbstsorge einmünden: »Es geht [...] um Selbstbestimmungsmöglichkeiten und Selbstwirksamkeitserwartungen, es geht um bestimmte Übungen [...], es geht um spezifische Vorstellungen eines gelungenen oder schönen Lebens und es geht [...] um die Formung und Stilisierung des Lebens selbst« (S. 335) – dies alles aber nicht in affirmativer oder gar normativer Weise. Daher richtet sich ihre Kritik auf moralisierende Formen von »Selbstlosigkeit« und »Selbstverleugnung«, auf Strategien der »Selbstopтимierung« (S. 335) und auf egoistische Auffassungen von Selbstsorge. – Die durch den Roman *Die Pest* von Albert Camus ausgelöste Frage, wie sich das Gewöhnliche und das Außergewöhnliche (›seltsame Ereignisse‹) zueinander verhalten, führt Eike Brock zu seiner Reflexion über den »Kampf um das Gewöhnliche« (S. 347ff.). Mit Stanley Cavell geht er dem Unheimlichen im Gewöhnlichen nach, nämlich der meist verdrängten Präsenz von Leiden, Vergänglichkeit und Abschied. Im Bewusstsein der »›Endlichkeit‹« leben zu können, ist, so Brock, »eine Errungenschaft [...], auf die man durchaus stolz sein kann« (S. 354). – »Verteidigung der Liebe« ist eine Formulierung, die Silvia Schneider von Alain Badiou übernimmt, der die Liebe durch eine verbreitete Risikoscheu und einen »allgemeinen Hedonismus« (S. 355) bedroht sieht. Auf beiden Ebenen gehe es um die Vermeidung des Unberechenbaren, Überfallartigen, der Erfahrung von Unterschiedlichkeit und Verletzungen, nicht zuletzt um eine Angst vor der Dauer. Der Weg der Autorin durch eine Phänomenologie der Liebe endet mit einem Bekenntnis zu einer neuen Romantisierung. – Johannes Oberthür bestimmt in »Die Zeit der Vernunft« seinen Leitbegriff im Sinne eines zeitgebundenen »Vernehmens« des Außen und Innen, das weder seinen

Anfang noch sein Ende kennt. Die radikale Subjektivität, in der die Welt aufgenommen und gedacht wird, lasse weder hinsichtlich der Wirklichkeit an sich noch im Hinblick auf »Transzendenz« vernünftige Antworten zu. Wirklich sei allein der »jetzige Augenblick« (S. 368). Aus ihm in ständigen Abgrenzungen und Entscheidungen etwas zu machen, zeuge von der »Lebenskunst der Freiheit« (ebd.). – »Wahrheit und Wahrhaftigkeit« ist für Wolfgang Mertens ein Thema der Psychoanalyse, weil es ihr »um die psychische Wahrheit eines individuellen Menschen vor dem Hintergrund seines Gewordenseins« (S. 372) geht. Wahrhaftigkeit ist dabei ein Problem beider Seiten. Das gilt für die Selbsterkenntnis wie für die Zuverlässigkeit von Erinnerungen (»Umschriften«, »Nachträglichkeit«) wie für die Einschätzung der Relevanz »narrativer Wahrheit« (S. 377). – Christoph Wulf verzichtet in »Das Wissen der Weisheit« auf eine Definition des Begriffs: »Es ist ein ›schweigendes Wissen‹, das sich dem rationalen Zugriff nur partiell erschließt« (S. 380). In der griechischen Antike vereinigen sich Erfahrungswissen und Wissen über das Göttliche, im Christentum ist sie »Frömmigkeit, Dienst an Gott« (ebd.), im Buddhismus überwundenes Leid und »Empathie« (S. 381) allen Lebewesen gegenüber. In der Moderne stehen der Umgang mit »Alterität« (S. 383) und Gewaltlosigkeit im Vordergrund. »Weisheit als Orchestrierung von Geist, Moral und Intuition« (S. 383f.) erfordere »Gelassenheit« (S. 384), die dem herrschenden Zeitdruck nur schwer abzuringen sei.

Im 7. und letzten Themenkreis geht es um »Das ›gute Leben‹ als Ziel gesellschaftlicher Änderungen«. Gödde und Zirfas stellen in ihrer »Einführung« das in den 80er Jahren in den USA entwickelte Konzept des »Kommunitarismus« (S. 389) vor, dem eine Gesellschaft der Solidarität und einer »tiefgründenden kollektiven Identität« (ebd.) vorschwebte. Mit Hartmut Rosa sehen sie das gute Leben als das »›Ergebnis einer Weltbeziehung, die durch die Etablierung und Erhaltung stabiler *Resonanzachsen* gekennzeichnet ist, welche es den Subjekten erlauben und ermöglichen, sich in einer antwortenden, entgegenkommenden Welt *getragen* oder sogar *geborgen* zu fühlen« (S. 390).

»Diätetik der Verantwortung« (S. 393ff.) ist Ludger Heidbrinks Rat für jene, die unter dem gesellschaftlichen Beschleunigungsdruck und in der flexibilisierten Arbeitswelt Verantwortlichkeiten anhäufen und daher das gute Leben verfehlen. Der »Verantwortungsmensch« (S. 398) ist in Gefahr, Opfer zweier Missverständnisse zu werden: einer rigorosen Selbstbehauptung und einer rigorosen Selbstaussbeutung. Die anzustrebende ausgewogene Lösung besteht für Heidbrink darin, »die Reichweite der Verantwortung auf das zu begrenzen, was in unserer tatsächlichen Zuständigkeit liegt« (S. 399). – Wenn es bei der Lebenskunst »um das lebenslang zu kultivierende kunstvolle Können, sein Leben auch unter widrigen Umständen lebenswert zu gestalten [geht]« (S. 401), dann ist dafür

nach Siegfried Preiser »Gesellschaftliche Partizipation« (S. 401ff.) unerlässlich. Die glückversprechende Autonomie bedarf eines Widerlagers in der Akzeptanz durch andere. Allerdings reicht das bloße Angenommensein nicht aus: »Erst durch selbstverantwortete und selbstgestaltete Annahme der Partizipationsmöglichkeiten wird daraus ein Beitrag zur Lebenskunst« (S. 404). – Als Gegenstück zu einer Lebenskunst, die sich auf eine »autonomiestolze Individualität« (S. 408) beruft, entwickelt Manuel Knoll in »Wohlfahrtsstaat und soziale Gerechtigkeit« eine »gemeinschaftlich-demokratische Lebenskunst« (ebd.). Aus drei Konzepten für den Wohlfahrtsstaat – siehe John Rawls, Michael Walzer und Martha Nussbaum – entnimmt er Elemente für ein Gemeinwesen, das die rechtlichen, materiellen und strukturellen Hilfen bereitstellt, die trotz konstitutioneller und sozialer Ungleichheit ein gemeinsames Leben in Selbstachtung ermöglichen. – Was alles unter »Heimat« verstanden werden kann, möchte Karla Hoven-Buchholz in ihrem Beitrag »Heimat und gutes Leben« aufzeigen. Den jüdisch-christlichen Ideen (Paradies als Heimat) stellt sie die Dichtung der Aufklärung gegenüber, ihr wiederum die romantische, die den verweltlichten Heimatbegriff religiös auflädt. Im 20. Jahrhundert findet eine »Umbuchung ins Psychologische« (S. 421) statt: Heimat wird zum Synonym für Eltern- oder Mutterliebe. Die Suche danach birgt die Gefahr einer Rückwärtsgewandtheit in sich, die – wie die gesamte Rede von der Heimat – bei der Autorin auf Skepsis stößt. – Dass zur Verwirklichung von Lebenskunst »Toleranz und Humor« gehören, begründet Johannes Drerup in seinem Beitrag. Wenn das gute Leben nicht nur das Vorrecht weniger sein soll, dann bedarf es über formelle Regelungen hinaus bestimmter Einstellungen und Regulative sowohl im Hinblick auf die privaten wie die öffentlich-politischen Beziehungen. Insofern »[stellen] Toleranz und Humor als strukturelle Tugenden zentrale Aspekte eines guten Lebens dar« (S. 427). – In »Resonante Weltbeziehungen« stellt Jens Beljan Hartmut Rosas Publikation *Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehungen* (2016) als Beitrag zur Lebenskunst-Debatte vor. Er zeichnet die Kritik des Soziologen an einer »beschleunigungsorientierten Lebensführung« (S. 434) nach, dazu dessen Entwurf eines »Antwortverhältnisses« zwischen »Selbst und Welt« (S. 435), das dann gelingen kann, wenn die Individuen auf ihre eigenen Fähigkeiten vertrauen, bereit sind, sich von der Welt berühren zu lassen, geeignete Interaktionspartner finden und zusammen mit ihnen sich dem Fremden öffnen. – »Transkulturalität« kennzeichnet für Christoph Wulf die Aufgabe, die mit den Zuwanderungen in den vergangenen Jahrzehnten gestiegene Diversität der Gesellschaft zu bewältigen. Generell, aber besonders für Erziehung und Sozialisation gilt, dass dabei »die Grenzen der eigenen Kultur überschritten und neue Formen des Zusammenlebens gelernt werden« (S. 440), und zwar auf beiden Seiten. »Egozentrismus«, »Logozentrismus« und »Ethnozentrismus« (S. 442f.)

sind nur zu überwinden, wenn die kulturellen Grundlagen der jeweils anderen verstanden werden und die Differenz als lebenswert erfahren wird.

Im »Epilog« erinnern Gödde und Zirfas noch einmal an die im »Prolog« genannten Kriterien für Kritik. Sie verknüpfen sie mit den in den einzelnen Beiträgen vorgetragenen Positionen, zusammen mit deren jeweiligen Protagonisten, und sehen folgende Unterscheidungen: »1. eine *rationalistische* Kritik (Sokrates, Karl Popper, Robert Zimmer), 2. eine *genealogische* Kritik (Friedrich Nietzsche, Michel Foucault), 3. eine *ideologische* (!) Kritik (Axel Honneth, Rahel Jaeggi, Hartmut Rosa), 4. eine *Sozialkritik* (Pierre Bourdieu, Rainer Marten, Zygmunt Bauman) und 5. eine *Selbstkritik* (Wolfgang Kersting, Ludger Heidbrink)« (S. 449). Die genannten Vertreter entwerfen »unterschiedliche Modelle einer kritischen Lebenskunst« (S. 465), ihnen wiederum liegen »unterschiedliche Anthropologien« (ebd.) zugrunde. »Unterschiedlich« heißt: »Kritische Lebenskunstmodelle implizieren Anthropologien der Irrationalität, der Macht, der Entfremdung, der Abhängigkeit und Differenzierung sowie der Überforderung« (S. 466). Gesichertes Wissen über ihre Herkunft aus dem Nachdenken über das gewöhnliche Leben und über ihre praktische Relevanz zu erarbeiten ist Aufgabe einer »humanwissenschaftliche(n) Forschung« (S. 466).

Ich habe das Buch mit wachsendem Respekt vor der klugen Disposition, der gelungenen Auswahl der Autorinnen und Autoren, der theoretischen Seriosität ihrer Argumentationen und der Breite ihrer Zugänge gelesen. Wie die Herausgeber in die allgemeine Thematik einführen, die sieben Themenkreise begründen, die Beiträge vorstellen und ganz zum Schluss die Fäden noch einmal aufnehmen und verknüpfen, ist kunstfertig und überzeugend in einem. Dass mich die 49 Texte in unterschiedlicher Weise angesprochen haben, liegt einerseits an einem gelegentlich praktizierten Sprachduktus, der auf mich eher distanzierend gewirkt hat (etwa bei »Gender und Queer«, S. 97ff. oder »Die Zeit der Vernunft«, S. 364ff.), andererseits an Präferenzen, die mit meiner Lebenserfahrung und mit meiner erziehungswissenschaftlichen und psychoanalytischen Arbeit zusammenhängen (»Identität«, »Sterben und Tod«, »Begegnung«, »Liebe«, »Fremdheit«, »Bildung«, »Symbol«, »Religion«, »Therapeutik«, »Übertragung«, »Wahrheit«, »Toleranz«). Etliche Beiträge haben mir die Augen für Aspekte geöffnet, die ich bisher nicht beachtet hatte (»Orientierungskunst«, »Das metrische Selbst«, »Der Kampf um das Gewöhnliche«, »Resonante Weltbeziehungen«). Nach zwei Themen habe ich vergeblich gesucht. Zum ersten: Was lässt sich aus Autobiografien und Biografien, also aus Selbst- und Fremdkonstruktionen von Lebensläufen über ihr Gelingen und Scheitern herausfinden? (Per Mertesackers kurze Biografie [S. 162ff.] bietet Hinweise, reicht aber für eine befriedigende Antwort bei weitem nicht aus.) Zum zweiten: Was hat die heranwachsende Generation für

Vorstellungen vom gelingenden Leben, was setzt sie dafür ein, und wie beurteilt die ältere Generation die Chancen und Bemühungen der jüngeren? Aber einerseits ist das Lebenskunstprojekt nicht abschließbar, andererseits bietet das von den Herausgebern so ästhetisch und aspektreich angeordnete Themengeflecht Möglichkeiten zuhauf, sich zwischen den Polen Beziehung, Arbeit, Gesellschaft, Selbstreflexion, Vernunft und Kritik navigierend sein eigenes Profil kritischer Selbstsorge zu erarbeiten.

Helmwart Hierdeis