

MASS UND MITTE

Besonnenheit

Philosophische Matinee im Internet
Sonntag, den 18.04.2021, 10:00 – 12:00 Uhr

Zoom-Meeting beitreten:

<https://us02web.zoom.us/j/87324519130?pwd=c20rQ291RFF1MUxkVjREaFFGSzBGdz09>

Meeting-ID: 873 2451 9130

Kenncode: 461353

E-Mail: massundmitte@gmx.de
www.massundmitte.de

*„...in den sogenannten Goldenen Sprüchen des **Pythagoras** steht (...): ‚Sorge für deine Gesundheit und halte Maß im Trinken, Essen und Sport‘, und bei Theognis (...): ‚Man soll die Mitte zwischen Durst und Trunkenheit halten‘, - oder Euryximachos in Platons Symposion (...) doziert: ‚Man soll alle Lust nur mäßig wecken, damit man nicht in Krankheit gerät‘... ‚Gesundheit ist das Beste‘, singt ein altes attisches Trinklied (...). Gesundheit ist das ‚dauernde‘ Glück, ein bescheidenes vielleicht, aber, eben weil es die größte Dauer für das Leben gewährleistet, das höchste. Die Vorstellungen vom Maß und von der goldenen Mitte entstammen solchen Gesundheitsregeln, und das Bild der Gesundheit weist schon in früher Zeit auch dem geistigen Streben des Menschen seine Schranken: Das Besonnensein bezeichnen die Griechen mit ‚Gesund-Denken‘, ... (sophronein)...“. Die Besonnenheit (sophronsyne) „ist das Wissen, das die Gesundheit, das Wohlergehen und damit das Glück reguliert, ein Verständnis also für die organische Natur, das sich ins Praktische wendet...“*

Bruno Snell, bedeutender Altphilologe (1896-1986)

„Erst wenn man weiß, wo haltzumachen ist, gewinnt man Zielbestimmtheit; erst wenn man Zielbestimmtheit besitzt, vermag man Besonnenheit zu finden, erst wenn man Besonnenheit besitzt, vermag man Ruhe zu finden; erst wer Ruhe gefunden hat, vermag klar zu denken; erst wer klar zu denken vermag, kann sein Ziel erreichen...“

Buch der Riten, Sitten und Gebräuche, chinesisches Weisheitsbuch

Bleibe nüchtern und vergiss nie zu misstrauen (lass dich durch nichts blenden und betören), das sind die Sehnen des Seele.

Epicharm, früher griech. Dichter (6./5. Jh. v. Chr.)

„Stolz und Hochmuth ist das Verderben ihrer Besitzer. Wer sein Herz selbst erkennt, den kennt das Glück. Wer sanft mit gutem Charakter ist, schafft sich selbst sein Glück. Wer ob etwas Unbedeutendem sehr zornig wird, dessen Tod wird hart sein. ... es gibt den, dem es von Glücks wegen gut geht, aber auch den, dem es wegen seiner Besonnenheit gut geht.“

Papyrus Insinger, Ägypten

MASS UND MITTE

„Besonnenheit ist die Fähigkeit, Ausgang und Folgen des eigenen Verhaltens zu berücksichtigen. Denn es genügt nicht, nur das, was vor Augen liegt, anzuschauen; die Klugheit ermisst den Ausgang der Dinge, und die gleiche Unbeständigkeit in beidem (Glück und Unglück) macht, dass die Drohungen des Geschickes nicht zu fürchten, seine Liebkosungen nicht wünschenswert sind. Schließlich musst du mit Gleichmut tragen, was im Bereich des Geschickes geschieht, wenn du einmal den Nacken unter sein Joch gelegt hast.“

Boethius, spätantiker Philosoph (6./5. Jh. n. Chr.)

*„ein wahrer feldherr ist nicht kriegswütig
ein wahrer kämpfer ist nicht zornmütig
ein wahrer bezwinger des feinds nicht streitsüchtig
ein wahrer lenker der menschen aber ist demütig
das nenne ich De (Tugend) des nichtstreitens“*

Laotse, bedeutender chin. Philosoph

„Das Wesen der besonnenen Lebensweise wird nun der Kenner darein setzen, dass sie durchweg ruhigen und sanften Charakters ist und in der Hingabe an Schmerz- und Lustgefühl Maß hält und nichts wissen will von wilden Begierden und von rasender Liebesglut ...“

Platon

„ ... den Besonnenen nennen die Griechen sophron und die entsprechende Tugend sophrosyne, ich pflege sie bald Ausgeglichenheit (lat. temperantia), bald Mäßigung (lat. moderatio), manchmal auch Bescheidenheit (lat. modestia) zu nennen; aber vielleicht kann man diese Tugend treffend auch Rechtschaffenheit (lat. frugalitas) nennen ...“

Cicero

„Nun besteht da doch aber... ein großer Unterschied (zwischen dem irrationalen Begehrensvermögen und rationalen Urteilsvermögen): auf der einen Seite die zu einer philosophischen Lebenshaltung gewordenen verinnerlichten Besonnenheit, die in ihrer Besonnenheit das Gemütsleben wie ein leicht zu zügelndes, sanftes Geschöpf mit dem Zügel lenkt und in der Hand hält, so dass es in seinen Begierden ihrer Lenkung nachgibt und ihren maßvollen Anstand willig annimmt - auf der anderen der Mensch, der sich zwar beherrscht, aber doch so, dass er die Begierde nur führt kraft überlegenen Kalküls, wobei sie sich nur unter Schmerzen führen lässt und nicht etwa aus Überzeugung, sondern zur Seite ausschlagend und widerspenstig, so dass er ihr gleichsam mit Austeilen von Schlägen und mit Zerren am Gebiss Gewalt antut und sie zurückzwingt: ein Zustand, in dem er mit sich selbst im Streit liegt und es in ihm tumultartig zugeht.“

Plutarch, griechischer Schriftsteller und Philosoph (1./2. Jh. n. Chr.)

„In Sicherheit und Freude sei stets vorsichtig. ...

Erhaben sei dir die Sorgfalt,

der Mund kann Schmach erzeugen,

der Mund kann den Mund verletzen. ...

Du siehst, was vor dir ist;

bedenke, was hinter dir liegt.

... Dies habe ich vernommen, um damit Söhne und Enkel späterer Geschlechter zu warnen.“

Buch der Riten, Sitten und Gebräuche, nach König Wu (11. Jh. v. Chr.)
