

## Bewältigung von Lebenskrisen durch die Beschäftigung mit Philosophie

Im Jahr 44 v. Chr. verfasste Cicero drei Bücher „**Über die Pflichten – De officiis**“. Mit diesem Werk hinterlässt er seinem Sohn Marcus gleichsam sein philosophisches Vermächtnis. Die Schrift schließt sich eng an den Stoiker Panaitios von Rhodos (ca. 185/80–110/09 v. Chr.) an, der in dem Werk „**Über das pflichtgemäße Handeln** – περί τοῦ καθήκοντος / perì toῦ kathékontos“ zu einer sittlich guten Lebensführung aufgefordert hatte.

Im vorliegenden Text begründet Cicero seine Beschäftigung mit Philosophie, vor allem während seiner erzwungenen politischen Abstinenz.

- 2 Quamquam enim libri nostri complures <homines> non modo ad legendi, sed etiam ad scribendi studium excitaverunt<sup>1</sup>, tamen interdum vereor<sup>2</sup>, ne quibusdam
- 5 bonis viris philosophiae nomen sit inuisum<sup>3</sup> mirenturque<sup>4</sup> me in ea tantum operae<sup>5</sup> et temporis ponere. Ego autem, quamdiu<sup>6</sup> res publica per eos gerebatur, quibus se ipsa commiserat<sup>7</sup>, omnes meas curas cogitationesque<sup>8</sup> in eam conferebam<sup>9</sup>;
- 10 cum autem dominatu<sup>10</sup> unius omnia tenerentur neque esset usquam<sup>11</sup> consilio aut auctoritati locus, <cum> socios denique tuendae<sup>12</sup> rei publicae, summos viros, amisissem<sup>13</sup>, nec me angoribus<sup>14</sup> dedidi, quibus essem confectus, nisi iis restituissem<sup>15</sup>, nec rursus indignis<sup>16</sup> homine docto voluptatibus<sup>17</sup>.
- 3 Atque utinam res publica stetisset, quo
- 20 coeperat<sup>18</sup>, statu<sup>19</sup> nec in homines non tam commutandarum<sup>20</sup> quam evertendarum<sup>21</sup> rerum cupidos incidisset<sup>22</sup>! Primum enim, ut stante re publica facere solebamus, in agendo plus quam in scribendo
- 25 operae poneremus, deinde ipsis scriptis non ea, quae nunc, sed actiones nostras mandaremus, ut saepe fecimus. Cum autem res publica, in qua omnis mea cura, cogitatio, opera poni solebat, nulla esset
- 30 omnino, illae scilicet<sup>23</sup> litterae conticuerunt<sup>24</sup> forenses et senatoriae<sup>25</sup>.

2 **1 excito** 1: anregen, ermutigen 2 **vereor** 2: fürchten  
3 **invisus** 3: verhasst 4 **misor** 1: sich wundern 5 **tantum operae** (= gen. part.): so viel Mühe 6 **quamdiu**: solange 7 **se committere**: sich anvertrauen 8 **cogitatio**, -nis f.: Denken; Gedanke 9 **confero**, -ferre: h. verlegen  
10 **dominatus**, -us m.: Herrschaft 11 **neque ... usquam** = et ... nusquam 12 **tueor** 2: h. bewahren, schützen  
13 **amitto** 3, -misi: verlieren 14 **angor**, -is m.: Angst  
15 **resisto** 3, restiti: sich widersetzen, Widerstand leisten 16 **indignus** 3 (+ abl.): unwürdig 17 **voluptas**, -tis f.: Lust, Genuss, Vergnügen

3 **18 coepi**, coepisse: begonnen haben 19 **status**, -us m.: Zustand 20 **commuto** 1: verändern 21 **evertō** 3: zerstören 22 **incido** 3, -cidi ... in: fallen ... auf 23 **scilicet**: freilich 24 **conticesco** 2, -ui: verstummen 25 **litterae forenses et senatoriae**: Gerichts- und Senatsreden

- 4 Nihil agere autem cum animus non posset, in his studiis ab initio<sup>26</sup> versatus<sup>27</sup> aetatis existimavi honestissime molestias<sup>28</sup>
- 35 posse deponi, si me ad philosophiam retulissem<sup>29</sup>. Cui cum multum adulescens discendi causa temporis tribuissem, posteaquam honoribus inservire<sup>30</sup> coepi meque totum rei publicae tradidi, tantum
- 40 erat philosophiae loci, quantum superfuerat amicorum et rei publicae temporibus; id autem omne consumebatur<sup>31</sup> in legendo, scribendi otium non erat.
- 5 Maximis igitur in malis hoc tamen boni
- 45 assecuti<sup>32</sup> videmur, ut ea litteris mandaremus, quae nec erant satis nota nostris et erant cognitione<sup>33</sup> dignissima. Quid enim est, per deos, optabilius<sup>34</sup> sapientia, quid praestantius<sup>35</sup>, quid homini melius, quid
- 50 homine dignius? Hanc igitur qui expectunt, philosophi nominantur, nec quicquam aliud est philosophia, si interpretari velis, praeter studium sapientiae. Sapientia autem est, ut a veteribus philosophis definitum est, rerum divinarum aut
- 55 humanarum causarumque, quibus eae res continentur<sup>36</sup>, scientia; cuius studium qui vituperat<sup>37</sup>, haud sane<sup>38</sup> intellego, quidnam sit, quod laudandum putet.
- 6 Nam sive<sup>39</sup> oblectatio<sup>40</sup> animi quaeritur requiesque<sup>41</sup> curarum, quae conferri<sup>42</sup> cum eorum studiis potest, qui semper aliquid anquirunt<sup>43</sup>, quod spectet et valeat ad bene beateque vivendum?
- 65 Sive ratio<sup>44</sup> constantiae<sup>45</sup> virtutisque ducitur, aut haec ars est aut nulla omnino, per quam eas assequamur.

4 **26 ab initio aetatis**: von früher Jugend an **27 versor** 1, versatus sum: h. sich beschäftigen **28 molestia**, -ae: Ärger, Verdruss; Depression **29 se referre ad ...**: h. sich widmen **30 honoribus inservire**: nach Staatsämtern streben **31 consumo** 3: aufbrauchen

5 **32 assequor** 3, assecutus sum: erreichen **33 cognitio**, -nis f.: Kenntnis **34 optabilis**, -e: wünschenswert **35 praestans**, -tis: vortrefflich **36 contineri**: h. beruhen **37 vitupero** 1: tadeln **38 haud sane**: freilich nicht

6 **39 sive ... sive ...**: sei es, dass ..., sei es, dass ... **40 oblectatio animi**: geistiger Genuss **41 requies**, -tis f.: Erholung **42 conferre cum ...**: vergleichen mit ... **43 anquiro** 3: erforschen **44 ratio**, -nis f.: h. Lehre, Methode **45 constantia**, -ae: Charakterfestigkeit

## 28 Kommentar

Cicero,  
De officiis 2, 2–6

**2 per eos ...**: Gemeint sind der Senat und die nach bisherigem Verfassungsrecht gewählten Amtsträger des Staates in seiner demokratischen Form.

**dominatu unius**: Umschreibung der Diktatur Caesars

**3 cum res publica ... nulla esset:** Beschreibung der politischen Lage nach Caesars Ermordung, in der das Staatswesen im Machtkampf der gegeneinander antretenden Gruppen zugrunde zu gehen drohte.

## 28 Vertiefung

## Kompetenzorientierte Arbeitsaufgaben ► S. 109

- 1 Welche Einstellung der führenden politischen Kräfte Roms zur Philosophie lässt sich in der Einleitung des Textes feststellen?
- 2
  - a Was teilt Cicero über seine persönliche Beschäftigung mit der Philosophie mit?
  - b Was leistet die Philosophie konkret für die Bewältigung seiner Lebenskrise?
  - c Wie definiert er die Philosophie und ihre Leistungen?

## 29 text

Seneca,  
Epistulae morales 15, 1–6, gek.

# Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper

Seneca Lucilio suo salutem

- 1 Mos antiquis<sup>1</sup> fuit usque ad meam aetatem servatus, primis epistulae verbis adicere: „Si vales<sup>2</sup>, bene est, ego valeo.“ Recte nos dicimus: „Si philosopharis, bene est.“
- 5 Valere enim hoc demum<sup>3</sup> est; sine hoc aeger est animus. [...]
- 2 Ergo hanc valetudinem praecipue cura<sup>4</sup>, deinde et illam secundam<sup>5</sup>, quae non magno tibi constabit<sup>6</sup>, si volueris bene valere! Stulta est enim, mi Lucili, et minime conveniens<sup>7</sup> litterato<sup>8</sup> viro occupatio exercendi lacertos<sup>9</sup> et dilatandi cervicem<sup>10</sup> ac latera<sup>11</sup> firmandi. Cum tibi feliciter sagina<sup>12</sup> cesserit<sup>13</sup> et tori<sup>14</sup> creverint, nec vires
- 15 umquam opimi<sup>15</sup> bovis nec pondus aequabis<sup>16</sup>. Adice nunc, quod maiore corporis sarcina<sup>17</sup> animus eliditur<sup>18</sup> et minus agilis est. Itaque quantum potes, circumscribe<sup>19</sup> corpus tuum et animo locum laxa<sup>20</sup>!
- 3 20 Multa incommoda sequuntur huic curae deditos<sup>21</sup>: primum exercitationes, quarum labor spiritum exhaurit<sup>22</sup> et inhabilem intentioni<sup>23</sup> ac studiis acrioribus<sup>24</sup> reddit;

1 1 antiquis = maioribus 2 valeo 2: gut gehen, gesund sein 3 demum: erst

2 4 curo 1: sich kümmern um 5 illam secundam: jene zweite: gemeint ist die Gesundheit des Körpers 6 magno constare: teuer zu stehen kommen, viel kosten 7 minime conveniens: völlig unpassend 8 litteratus 3: gebildet 9 lacertus, -i: Oberarm 10 cervicem dilatare: den Nacken wuchtiger machen 11 latera, -um n. pl.: Brustmuskulatur 12 sagina, -ae: Mastkur 13 feliciter cedere: h. erfolgreich verlaufen 14 torus, -i: Muskel 15 opimus 3: feist 16 aequo 1: h. erreichen 17 corporis sarcina: Körpergewicht 18 elido 3: erdrücken 19 circumscribe 3: h. kurz halten 20 locum laxare: Raum schaffen

3 21 dedo 3 (med. pass.): sich hingeben, frönen 22 exhaurio 4: h. auslaugen 23 inhabilis intentioni: unfähig zur Konzentration 24 acer, acris, acre: h. scharfsinnig

4. Nimm ausgehend von den folgenden Leitfragen Stellung zum Text (ab Kap. 14, 2) und begründe deine Meinung! Antworte in ganzen Sätzen! (max. 150 W.)

- Welche Vorteile zum Umgang mit Zeitgenossen bringt der Kontakt mit den verstorbenen Größen der Philosophie?
- Was kann er helfen, wenn man altert?
- Welche Gegenargumente wären denkbar?

5. Wähle aus den gegebenen Möglichkeiten die richtige Übersetzung durch Ankreuzen aus! Nur eine Antwort ist korrekt!

<i>nemo horum non vacabit</i> (Z. 30) heißt übersetzt:	
1. Jeder von ihnen wird Zeit haben.	<input type="checkbox"/>
2. Jede von diesen Stunden wird frei sein.	<input type="checkbox"/>
3. Niemand wird eine Stunde Freizeit haben.	<input type="checkbox"/>
4. Niemand von ihnen wird frei haben.	<input type="checkbox"/>

6. Verfasse unter Berücksichtigung des Textes einen Werbetext für sinnerfülltes Nichtstun! Formuliere in ganzen Sätzen! (max. 100 W.)

### Text 28: Bewältigung von Lebenskrisen durch Beschäftigung mit Philosophie

➤ S. 56

1. Wähle aus den gegebenen Möglichkeiten die drei dem Text entsprechenden Aussagen durch Ankreuzen aus!

1. Cicero hat mit seinen Büchern viele zum Lesen und Schreiben motiviert.	<input type="checkbox"/>
2. Cicero fürchtet, dass man ihm sein politisches Engagement übelnimmt.	<input type="checkbox"/>
3. Cicero findet, Philosophie ist die würdigste Alternative zu aktiver Politik.	<input type="checkbox"/>
4. Cicero hat von Jugend an immer viel Zeit in die Philosophie investiert.	<input type="checkbox"/>
5. Cicero will viel Wissenswertes aus der griechischen Philosophie aufschreiben.	<input type="checkbox"/>
6. Cicero sagt, das Streben nach Politämtern sei das schönste Ziel des Menschen.	<input type="checkbox"/>

2. Gib Ciceros Definition von Inhalt und Ziel der Philosophie mit eigenen Worten und in ganzen Sätzen wieder (Kap. 5, 6)! (max. 150 W.)

3. Nimm ausgehend von den folgenden Leitfragen Stellung zum Textabschnitt Kap. 2 f. und begründe deine Meinung! Antworte in ganzen Sätzen! (max. 150 W.)

- Von welcher Richtung der Philosophie spricht Cicero?
- Gegen welche Phänomene seiner Gegenwart will er sich bei der Philosophie Trost holen?
- Wie ist es offenbar um das Ansehen der Philosophie in Rom bestellt?

4. Ordne den folgenden Abschnitten aus dem Text jeweils eine inhaltliche Parallele aus dem Vergleichstext zu und zitiere die entsprechende Stelle in der rechten Tabellenspalte. Eine Textstelle kann nur einmal zugeordnet werden.

Abschnitte aus dem Text	Parallele aus dem Vergleichstext (deutsches Textzitat)
Maximis in malis hoc tamen boni assecuti videmur, tu ea litteris mandaremus, quae nec erant satis nota nostris et erant cognitione dignissima. (Z. 44–47)	
quid est optabilius sapientia (Z. 47 f.)	
aetatis existimavi honestissime molestias posse deponi, si me ad philosophiam contulissem (Z. 33–36)	

### Vergleichstext

In jeder Krise steckt auch eine Chance für uns – auch wenn diese Aussage zunächst sarkastisch klingen mag. Lebenskrisen reißen uns aus der Gleichgültigkeit, helfen uns zu erkennen, dass unsere eigenen Grenzen noch nicht erreicht sind. Die Notlage zwingt uns, den inneren Schweinehund zu überwinden, aus Gewohnheiten auszubrechen und nach Lösungsmöglichkeiten zu suchen. In einer Lebenskrise lernen wir vielleicht das Leben, auch Alltägliches, wieder mehr zu schätzen, dass wir uns und unsere Bedürfnisse wichtiger nehmen müssen, dass wir uns weniger wichtig nehmen müssen, dass wir nicht nach unseren seelischen oder körperlichen Bedürfnissen gelebt haben, dass der Sinn des Lebens ein anderer ist, andere mehr zu akzeptieren, den Partner und die Freunde wichtiger zu nehmen, andere Prioritäten im Leben zu setzen, zum Glauben zu finden, mehr für unsere Gesundheit zu tun, unsere Zeit besser einzuteilen.

Max Frisch soll einmal gesagt haben: Eine Krise kann ein produktiver Zustand sein. Man muss ihm nur den Beigeschmack der Katastrophe nehmen.

<https://www.psychotipps.com/Lebenskrisen.html>

### Text 31: Nur Torheit führt zum Glück!

➤ S. 61

1. Wähle aus den gegebenen Möglichkeiten die fünf dem Text entsprechenden Aussagen durch Ankreuzen aus!

1. Der Weg zur Weisheit führt über die Dummheit.	<input type="checkbox"/>
2. Affekte sind Triebkräfte auf dem Weg zur Weisheit.	<input type="checkbox"/>
3. Lehrer müssen Affekte haben.	<input type="checkbox"/>
4. Die Stoiker sagen, alle Affekte sind Teil der Dummheit.	<input type="checkbox"/>
5. Die Stoiker sagen, ein Weiser ist affektlos.	<input type="checkbox"/>
6. Ein affektloser Mensch wäre wie eine Marmorstatue.	<input type="checkbox"/>