

»BRAUCHEN WIR WIRKLICH NOCH EINE  
ÜBERSETZUNG VON MARK AUREL? JA! ALLEIN  
DIE EINLEITUNG LOHNT DIE ANSCHAFFUNG.«  
MASSIMO PIGLIUCCI

MARK AUREL

SELBST-  
BETRACHTUNGEN

DIE  
KOMMENTIERTE  
EDITION

VON

ROBIN WATERFIELD



MARK AUREL

SELBST-  
BETRACHTUNGEN

DIE  
KOMMENTIERTE  
EDITION

VON

ROBIN WATERFIELD

### Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

### Für Fragen und Anregungen:

[info@finanzbuchverlag.de](mailto:info@finanzbuchverlag.de)

1. Auflage 2022

© 2022 by FinanzBuch Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Copyright der engl. Originalausgabe © 2021 by Robin Waterfield. Die englische Originalausgabe erschien 2021 unter dem Titel *Meditations: The Annotated Edition by Marcus Aurelius, Translated, Introduced, and Edited by Robin Waterfield* bei Basic Books, Hachette Book Group, New York.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Übersetzung: Elisabeth Liebl

Redaktion: Karla Seedorf

Korrektur: Anja Hilgarth

Umschlagabbildung: Shutterstock.com/Omeris

Umschlaggestaltung: Marc-Torben Fischer

Satz: Daniel Förster

Druck: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN Print 978-3-95972-548-4

ISBN E-Book (PDF) 978-3-98609-040-1

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-98609-041-8



Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

**[www.finanzbuchverlag.de](http://www.finanzbuchverlag.de)**

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter [www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

# INHALT

Vorwort .....	7
Einführung .....	9
<b>Selbstbetrachtungen</b> .....	<b>53</b>
Erstes Buch .....	55
Zweites Buch .....	73
Drittes Buch .....	89
Viertes Buch .....	103
Fünftes Buch .....	127
Sechstes Buch .....	147
Siebtens Buch .....	169
Achtes Buch .....	191
Neuntes Buch .....	213
Zehntes Buch .....	233
Elftes Buch .....	253
Zwölftes Buch .....	275
Menschen und Götter in den <i>Selbstbetrachtungen</i> .....	289
Anmerkungen zur Textgestalt .....	307
Weiterführende Literatur .....	309
Über den Autor .....	315



# VORWORT

Die *Selbstbetrachtungen* des Marcus Aurelius oder nach gängiger deutscher Schreibung Mark Aurel<sup>1</sup> gehören zu den meistgelesenen und bekanntesten philosophischen Werken weltweit. Sie wurden häufig übersetzt, aber da Marcus' Griechisch an vielen Stellen so schwer zu interpretieren ist, ist immer Raum für eine neue Version. Das Buch, das Sie in Händen halten, versteht sich nicht nur als verbesserte Übersetzung, sondern legt vor allem Wert auf ausführliche Erklärungen. Die Absicht hinter der Einführung und den Anmerkungen ist es, dem Leser ein tieferes Verständnis von Marcus' Werk zu ermöglichen, ohne ihn jedoch mit philosophischen Fachkommentaren zu überfrachten. In der Einführung geht es um allgemeine Themen, die das Buch als Ganzes in einen verständlichen Kontext rücken. Wann immer ich das Gefühl hatte, dass die Bedeutung hinter Marcus' Worten dem Leser unklar sein könnte, habe ich eine Anmerkung gemacht. Die Annotationen dienen also dem unmittelbaren Verständnis der Textpassagen während des Lesens, wohingegen die Einführung eher über den allgemeinen Hintergrund informiert.

Der Stoizismus ist ein uraltes philosophisches System, das in jüngster Zeit neu entdeckt wurde. Viele Menschen betrachten sich selbst als Stoiker und versuchen, diese Gedanken in die Praxis umzusetzen. Meine Bekanntschaft mit dem modernen Stoizismus ist recht

---

1 Im Folgenden wird wie im engl. Original die Schreibung Marcus Aurelius verwendet.

oberflächlich. Das ist auch so gewollt, denn ich möchte Marcus Aurelius aus seiner Sicht und seiner Zeit heraus verstehen. Doch die *Selbstbetrachtungen* sind ein zentraler Text auch des modernen Stoizismus. Und tatsächlich sind die Stoiker von heute in gewisser Weise genau das Publikum, für das dieses Buch gedacht ist.

Ich möchte James Romm danken, der mich auf dieses Projekt angesetzt hat. Und Dan Gerstle bei Basic Books, der mich damit beauftragt hat. Claire Potter hat seine Fertigstellung begleitet und Alex Colsten und Christina Palaia haben es umsichtig und zweckdienlich lektoriert. David Fideler ([stoicinsights.com](http://stoicinsights.com)) hat sich in vielerlei Hinsicht als hilfreich erwiesen, u. a. indem er sein Wissen über Seneca mit mir geteilt hat. John Sellars hat mir dankenswerterweise noch vor der Veröffentlichung ein Exemplar seines Buches über Marcus Aurelius zur Verfügung gestellt. Vor allem aber bin ich all meinen alten und neuen Freunden dankbar: meiner Frau Kathryn, die wie immer meine Erstleserin war; Brad Inwood und John Sellars, zwei ausgewiesene Stoa-Experten, haben die Fahnen gelesen und wichtige Hinweise gegeben. Ich habe allen Rechnung getragen, um das Buch besser zu machen.

# EINFÜHRUNG

Die berühmte Marcussäule erhebt sich heute noch 30 Meter hoch mitten in Rom. Sie wurde kurz nach dem Tod von Marcus Aurelius errichtet, als Erinnerung an seine um das Jahr 170 herum erzielten militärischen Triumphe an der Donau. Ein Relieffries windet sich spiralg an der Außenseite nach oben und zeigt 116 verschiedene Szenen der sogenannten Markomannen-Kriege, die die Römer gegen eine Reihe germanischer Völker führten, zu denen eben auch die Markomannen gehörten. Marcus selbst ist etwa in der Hälfte dieser Szenen zu sehen. Zwei Episoden stellen berühmte »Wunder« dar. Bei einer Gelegenheit lenkt ein heftiger Regenschauer den Feind ab, sodass eine eingeschlossene römische Einheit fliehen kann. Die andere Wunderszene zeigt, wie ein Gewitter einem eingeschlossenen Römerlager zu Hilfe kommt und eine Belagerungsmaschine des Gegners zerstört.

Viele Reliefs zeigen brutale Szenen, nicht nur mörderische Schlachten, sondern auch Handlungen, die heute als Kriegsverbrechen gelten würden: enthauptete Gefangene; Marcus, der abgetrennte Hände in Empfang nimmt; Massaker an der Zivilbevölkerung und unbewaffneten Gegnern; Entführung von Frauen und Zerstörung von Dörfern; eine unbewaffnete Frau, durchbohrt vom Schwert eines römischen Soldaten. Die Szenen spiegeln die Grausamkeit des Krieges ungeschminkt wider. Der Historiker Cassius Dio, der zu Beginn des 3. Jahrhunderts schrieb, berichtet, dass Marcus wenigstens eines der feindlichen Völker ausmerzen wollte. Er habe jedem, der ihm einen

der feindlichen Führer oder seinen Kopf brachte, eine großzügige Belohnung versprochen.<sup>1</sup>

Und doch gilt der Marcus der *Selbstbetrachtungen* als Mann des Friedens, als nachdenklicher Philosoph, der kluge Ratschläge zur Selbstverbesserung und zur täglichen Lebensführung gibt. Die Moral, die wir aus diesem Widerspruch ziehen können, ist eine, auf die Marcus selbst in seinen Schriften häufig verweist: Jeder, auch und vor allem ein Kaiser, muss mit den Karten spielen, die er in der Hand hat. Oder wie sein Freund und Lehrer Marcus Cornelius Fronto ihn zu Beginn seiner Herrschaftszeit warnte: »Selbst wenn du die Weisheit eines Cleanthes oder Zenon erwerben kannst, so wirst du doch gegen deinen Willen den Purpurmantel tragen müssen, nicht die grobwolene Tunika des Philosophen.«<sup>2</sup> Und der Purpurmantel des Herrschers musste eben häufig gegen die Rüstung ausgetauscht werden. Marcus mochte es vorgezogen haben, mehr Zeit für Lektüre und für seine Weiterentwicklung auf dem Pfad des Stoikers zu haben, aber eben als solcher musste er das ihm zugedachte Los akzeptieren und das Beste daraus machen.

Marcus ist berühmt für die Verbindung von kaiserlicher Macht und Philosophie. Man nannte ihn sogar den Philosophen-Kaiser und betrachtete ihn als jene Art aufgeklärten Herrscher, den uns Platon als Ideal hinstellt.<sup>3</sup> Doch das ist aus zwei Gründen falsch. Erstens wird aus den *Selbstbetrachtungen* klar, dass Marcus sich nicht für einen Philosophen hielt (siehe Abschnitt 30 und 37 in Buch 4 [4,30 und 37] sowie Abschnitt 1 in Buch 8 [8,1]). Und zweitens wäre es sinnlos, sein Handeln als Kaiser daraufhin zu untersuchen, ob es von sei-

---

1 Cassius Dio, *Römische Geschichte*, 72, 13–14.

2 Fronto, *De eloquentia*, 1, 12 (Haines II, 65).

3 Siehe zum Beispiel: W. Desmond, *Philosopher-Kings of Antiquity*, Continuum 2011.

ner Philosophie beeinflusst war. Zweifellos versuchte Marcus, sein Handeln an seiner Philosophie auszurichten (wie er in 9,29 sagt), doch im Großen und Ganzen sind seine Entscheidungen eher als Fortsetzung der Politik seiner Vorgänger zu betrachten denn als Versuch, das kaiserliche Amt mit einer neuen, philosophischen Dimension zu versehen.<sup>4</sup> Politische Führer unserer Zeit wie Bill Clinton bewundern Marcus weniger als Philosophen-Herrscher, sondern als Mann, der akzeptierte, dass er als Kaiser seine Pflicht zu tun hatte, ohne größenwahnsinnig zu werden und sich zum Tyrannen zu entwickeln (6,30).<sup>5</sup> Marcus war bei Weitem der reichste und mächtigste Mann seiner Zeit, aber Selbstdisziplin und Philosophie hielten ihn davon ab, seine Stellung auszunutzen.

Die *Selbstbetrachtungen* zeigen einen Mann, der sich danach sehnte, das Gute zu tun und die Menschen zu lieben. Die Marcussäule hingegen weist uns darauf hin, wie sein Stand als Kaiser ihn daran hindert, diese Ziele zu erreichen. So scheint Marcus zu Beginn von 10,9 zu erkennen, dass der Krieg ihn daran hinderte, seine weniger weltlichen Hoffnungen zu erfüllen. Aus dem gleichen Grund ist der Tonfall der *Selbstbetrachtungen* der eines Lernenden, der sich verbessern und als Philosoph leben will, aber ständig von den Ereignissen und persönlichen Schwächen daran gehindert wird. Aber ebendies ist auch der Grund, warum die *Selbstbetrachtungen* noch heute ein so breit gefächertes Publikum finden: weil kein Mensch vollkommen ist und wir uns in Marcus' Fehlern und Bestrebungen wiedererkennen.

---

4 Er »stellte die alten Gesetze wieder her, statt neue einzuführen«, heißt es in den *Historia Augusta: Marcus* 12,1. Siehe auch: G. Stanton, »Marcus Aurelius, Emperor and Philosopher«, in: *Historia* 18 (1969), S. 570–587.

5 Siehe: G. Wills, »Bill and the Emperor«, in: *New York Review of Books*, 8. Oktober 1998.

## Marcus' Weg zum Kaiserthron

Marcus Aurelius Antoninus war vom 7. März 161 bis zu seinem Tod am 17. März 180 Kaiser von Rom. Er kam als Marcus Annius Verus am 26. April 121 zur Welt, unter der Herrschaft von Kaiser Hadrian.<sup>6</sup> Seine Eltern waren ungeheuer reich und standen dem Kaiserhof nahe. Sein Vater starb, als Marcus noch ein Kind war. Daher wurde er von seinem Großvater erzogen, einem Vertrauten des Kaisers. Er erhielt die übliche Erziehung eines jungen Römers von Stand. Seine weitere Ausbildung, für die sage und schreibe 18 Hauslehrer engagiert wurden, bestand hauptsächlich aus Rhetorik und Philosophie. Einige der Briefe, die er mit Fronto, einem seiner Rhetoriklehrer, austauschte, sind in Teilen überliefert und zeigen Marcus als leidenschaftlichen, offenen und gelehrten jungen Mann. Für jemanden, der eine Rolle im öffentlichen Leben Roms übernehmen sollte, gehörte die Rhetorik zum unverzichtbaren Rüstzeug. Die Philosophie aber hatte er sich selbst zum Lieblingsfach erkoren, und zwar schon als junger Mann (1,6).

Schon als Kind war Marcus einer der Favoriten von Kaiser Hadrian. Dass auf Marcus eine brillante Zukunft wartete, wurde klar, als der Kaiser den Fünfzehnjährigen mit der Tochter seines Adoptivsohns Lucius Aelius Caesar, des intendierten Thronerben, verlobte. Einige Jahre später, als Aelius Caesar an Tuberkulose verstarb, befahl Hadrian Titus Aurelius Fulvus Boionius Arrius Antoninus, seinem zweiten Erben, dem späteren Kaiser Antoninus Pius (dessen Frau

---

6 Es gibt kaum historische Quellen für Marcus' Herrschaft, letztlich nur zwei: die überlieferten Texte von Cassius Dios *Römischer Geschichte* (71–72, plus einige Verweise in den anderen Büchern des Werkes), die zu Beginn des 3. Jahrhunderts entstand. Und das Leben von Marcus, Lucius Verus und Avidius Cassius in den *Historia Augusta*, einer Sammlung mitelmäßiger Kaiserviten, die vermutlich gegen Ende des 4. Jahrhunderts entstand. Anderen Historikern wie dem Griechen Herodian (der um 230 schrieb) lassen sich weitere Hinweise entnehmen.

Marcus' Tante war), sowohl Marcus als auch Lucius, den Sohn des Aelius, zu adoptieren. Hadrian sah vermutlich Lucius als künftigen Kaiser, aber nach Hadrians Tod zog Antoninus Marcus dem Lucius vor. Lucius schien das nicht weiter gestört zu haben, er zeigte ohnehin mehr Interesse an Partys als an der kaiserlichen Herrschaft.

Die frühen Antoninus-Kaiser blieben alle kinderlos. Vermutlich war das politisch gewollt, um familiäre Konflikte zu umgehen. Sie wählten ihre Nachfolger durch Adoption. Antoninus Pius herrschte von 138 bis 161, aber er war schon über fünfzig, als er den Thron bestieg. Vielleicht hatte Hadrian nicht erwartet, dass er so lange leben würde, und hatte ihn daher eher als »Zwischenschritt« gesehen, bis Lucius (oder Marcus) seinen Platz übernehmen konnte. Dann aber stellte sich heraus, dass die Adoptivbrüder 23 Jahre lang die designierten Erben bleiben sollten. Als Antoninus ihn adoptierte, hatte Marcus angeblich einen Traum: Darin hatte er Schultern aus Elfenbein und war stark genug, um diese neue Verantwortung tragen zu können.<sup>7</sup>

Hadrian hatte das Zeitliche gesegnet, bevor Marcus Aelius Caesars Tochter ehelichen konnte. Und so heiratete Marcus im Jahr 145 stattdessen die Tochter des Antoninus Pius, Annia Galeria Faustina (die seine Cousine war). Von nun an war er Teil des kaiserlichen Haushalts. Es gibt gehässige Geschichten über die zahllosen Affären der Faustina, andererseits aber sind solche Gerüchte rund um die Mitglieder des kaiserlichen Haushalts gang und gäbe, sodass sie ebenso gut falsch oder übertrieben sein können. Auf jeden Fall widersprechen sie Marcus eigenen Worten über seine Gattin (1,17). Sie gebar ihm 13 oder 14 Kinder (darunter zwei Zwillingspaare), doch von diesen verstarben viele sehr jung, was zu jener Zeit normal war, selbst im kaiserlichen Haushalt. Bei Marcus' Tod lebten noch fünf Töchter,

---

7 *Historia Augusta: Marcus* 5,2.

aber nur ein Sohn, der künftige Kaiser Commodus (von 177 bis 180 Marcus' Mitkaiser und von 180–192 alleiniger Herrscher).

Unter Hadrian und später unter Antoninus durchlief Marcus schnell die Ränge der politischen Hierarchie. Er lernte alles, was er wissen musste, um die Stadt Rom und das Kaiserreich zu führen. Und als Antoninus an Altersschwäche starb, übernahm er am 7. März 161 dessen Amt. Er legte den Namen Verus ab – bzw. übergab ihn Lucius, der von nun an Lucius Aurelius Verus hieß – und nahm den seines Adoptivvaters an, sodass er nun Marcus Aurelius Antoninus war. Sein offizieller Name lautete ab da: Imperator Caesar Marcus Aurelius Antoninus Augustus, 16. Kaiser von Rom. Seine erste Amtshandlung war es, seinen Adoptivbruder zum Mitkaiser zu ernennen, was dieser bis zu seinem Tode blieb. Danach war Marcus Aurelius für die letzten elf Jahre seiner Herrschaft alleiniger Kaiser. Es war dies das erste Mal, dass zwei Kaiser herrschten, wobei Marcus immer deutlich machte, dass er in der Rangordnung über seinem Adoptivbruder stand – u. a. dadurch, dass er Lucius mit seiner Tochter Lucilla verheiratete und ihn so zu seinem Schwiegersohn machte.

Marcus hatte den Kaiserthron für 19 Jahre inne. Wir wissen wenig über die vielen Aspekte seiner Herrschaft. Er baute die Hilfen für die Kinder armer Familien auf der italienischen Halbinsel aus und ließ eine alte juristische Regel wieder aufleben, der zufolge nicht alle Rechtsfälle, die in Italien zur Verhandlung standen, in Rom entschieden werden mussten. Er richtete eine neue Behörde ein, die speziell für die Korrespondenz mit dem griechischsprachigen Osten des Reiches zuständig war, da es eine solche für die lateinischsprachigen Regionen schon gab. Er verstärkte die Rechtsprechungskompetenzen des Senats und wusste die Senatoren auf seine Seite zu ziehen, da er ihren Rat berücksichtigte und sogar einen Teil seiner Macht an sie abgab. Marcus war als Herrscher bekannt, der ein großes

Arbeitspensum absolvierte. In Rom saß er mitunter zwölf bis dreizehn Tage einer Gerichtsverhandlung vor, bevor er eine Entscheidung traf. Während seiner Herrschaft breitete sich die »Soldatenreligion«, d. h. die Verehrung des Gottes Mithras, weiter aus. Die Christenverfolgung ging indessen unvermindert weiter. Die Anhänger des »gekreuzigten Sophisten«<sup>8</sup> hielten ihre Riten geheim, was stets Gerüchte über unheilvolle Praktiken wie Kannibalismus und Inzest zur Folge hatte. Marcus führte ein Gesetz wieder ein, welches das Schüren von Aberglauben unter Strafe stellte. Dies zwang die Christen noch weiter in den Untergrund und führte 177 in Lyon zum bis dahin schlimmsten Massaker an den Anhängern der neuen Religion.

Die Christen hatten also allen Grund, Marcus zu hassen, allen anderen aber galt er als guter Kaiser. Seine philosophischen Neigungen waren bekannt, und seine Höflinge gaben sich in Kleidung und Haartracht deutlich bescheidener als die des Lucius. Allerdings war Marcus' Hofhaltung nicht auf Rom beschränkt. Während seiner Amtszeit hielt der Kaiserhof sich die meiste Zeit in Zentraleuropa auf. Dass das Reich so lange Zeit nicht von der kaiserlichen Hauptstadt aus regiert wurde, lag daran, dass die Regierungszeit von Marcus in erster Linie von Pest und Krieg gezeichnet war.

## Krieg, Pest und Tod

Als Kaiser hatte Marcus zahlreiche Herausforderungen zu meistern. Städte in den östlichen Provinzen wurden von Erdbeben zerstört und mussten wiederaufgebaut werden. Bald nach seiner Thronbesteigung trat der Tiber über die Ufer und bescherte Rom massive Verluste an

---

<sup>8</sup> Lukian, *Peregrinus* 13.

Vieh, Ernten und Eigentum. Krankheiten breiteten sich über die gesamte Stadt aus. Doch Marcus' größte Sorge und die größte Belastung für das Staatssäckel war zweifellos der Krieg.

Nach Antoninus' Tod gab es Probleme an den Reichsgrenzen. Der Krieg in Britannien und der Kampf gegen einige germanische Stämme in Mitteleuropa bzw. gegen die Parther im Osten dauerten auch während eines Großteils von Marcus' Herrschaft fort. Die Rebellion in Britannien wurde schnell niedergeschlagen, mit den Parthern war dies schon schwieriger. Man schickte Lucius Verus in den Osten, um der Krise Herr zu werden, doch dieser war in militärischen Dingen genauso unerfahren wie Marcus Aurelius.<sup>9</sup> Er hatte gute Ratgeber und konnte auf erfahrene Generäle setzen, doch dauerte es von 161 bis 166, bis die Parther aus den östlichen Provinzen Roms vertrieben waren.

Trotzdem blieb der Osten für Marcus ein Problem. Die dortigen Truppen waren durch eine Epidemie geschwächt (vermutlich die Pocken) und konnten ihren Triumph nicht in einen endgültigen Sieg über die Parther, die Erzfeinde Roms, verwandeln. Die Soldaten aber, die aus den Partherkämpfen zurückkehrten, brachten die Seuche mit, die sich bald zu einer echten Pandemie entwickelte. Sie wütete in Rom, auf der italienischen Halbinsel und unter den Armeen der Römer in den Provinzen. Marcus musste seinen Plan aufgeben, mit Lucius an die Donau zu ziehen, die nördliche Reichsgrenze, die nach vielen Jahren des Friedens von den Markomannen und ihren Verbündeten in großer Zahl überschritten wurde. Diese handelten auf Druck der nördlicher lebenden germanischen Stämme, doch die römischen Truppen vor Ort waren kaum in der Lage, sie aufzuhalten.

---

9 Keiner der beiden war in Kriegsführung ausgebildet worden, was für künftige Kaiser eigentlich nötig war und erwartet wurde. Das mochte daran liegen, dass die Amtszeit von Antoninus Pius weitgehend ruhig verlief, möglicherweise auch daran, dass keiner der beiden eine starke Konstitution besaß.

Als Marcus und Lucius endlich aufbrachen, kamen sie nicht weiter als bis in die nordöstlichen Gebiete der italienischen Halbinsel. Doch ihre Ankunft genügte, um die Germanenstämme zum Rückzug zu veranlassen. Dann aber mussten sie nach Rom zurück, da die Seuche – mittlerweile bekannt als Antoninische Pest<sup>10</sup> – unter ihren Truppen wütete. Als sie im Januar 169 auf dem Rückweg waren, starb Lucius unerwartet, vermutlich an einem Schlaganfall, obwohl er noch keine 40 Jahre alt war. Nach seinem Tod war Marcus nun alleiniger Kaiser. Die Staatsschatulle war leer, größtenteils aufgrund der Seuche. Also verkaufte Marcus kaiserliche Schätze, statt die Steuern zu erhöhen. Ende des Jahres gelangte er mit seinen Truppen endlich an die Donau. Er würde Rom lange Zeit nicht wiedersehen.

Wir können nur raten, welche Schritte unternommen wurden, um die Seuche einzudämmen. Man wusste damals kaum etwas über die Übertragung von Krankheiten. Die Behandlung bestand weitgehend aus Gebeten und Kräutern, jedenfalls gab es keine Gegenmittel, wie wir sie heute verwenden würden. In manchen Vierteln hieß es, die Plage sei göttliche Vergeltung für die Zerstörung eines Apollotempels während der Partherkriege. Letztlich aber war u. a. das beengte Zusammenleben in den römischen Städten und Armeelagern für die Ausbreitung der Krankheit verantwortlich. Abstand zu halten war damals einfach unmöglich.

*In Rom brachte man Leichen auf Karren und Wagen weg ... Die Kaiser erließen strikte Gesetze, betreffend die Bestattung der Toten und die Art der Gräber: Grabmäler auf den Landgütern wurden für ungesetzlich erklärt ... Die Seuche riss viele Tausende mit sich fort,*

---

10 Heute weiß man, dass die Krankheitssymptome nicht zum Pesterreger *Yersinia pestis* passen, Anm. d. Ü.

*darunter nicht wenige hochgestellte Persönlichkeiten. Marcus ließ für die bekanntesten Statuen errichten. Seine Güte war so groß, dass er selbst für die einfachen Leute Bestattungszereemonien durchführen ließ, für die der Staat aufkam ... Marcus ließ Priester aus dem ganzen Land zusammenrufen und auch religiöse Riten aus der Fremde durchführen und die Stadt auf jede nur erdenkliche Weise reinigen.<sup>11</sup>*

Man gab den Christen die Schuld, die angeblich den Zorn der Götter auf die Stadt herabbeschworen hätten. Einige ihrer Anführer ließ Junius Rusticus – Stadtpräfekt von Rom und enger Freund von Marcus – hinrichte (1,7). Keine der Maßnahmen erwies sich als hilfreich. Die Seuche wütete weiter und verursachte viele Jahre lang unendliches Leid. Ich schreibe dies im Jahr 2020, und es sieht so aus, als könnten wir die langfristigen sozialen und wirtschaftlichen Folgen der Antoninischen Pest in Rom bald am eigenen Leib nachfühlen.

Die Markomannenkriege an der Donau (oder die verschiedenen Phasen eines Krieges) dauerten 13 Jahre an, von 167 bis 180. Für Marcus und das Kaiserreich war dies eine ernste Krise. Einmal drangen die Markomannen bis nach Norditalien vor, und andere Stämme nutzten die Gunst der Stunde, um in die Provinzen auf dem Balkan einzufallen. Die Mauren kamen aus Nordafrika und überfielen spanische Städte und Dörfer. Doch mit diesen Problemen wurden die römischen Kräfte vor Ort fertig, sodass Marcus sich auf die drei wichtigsten Gegner konzentrieren konnte: die Markomannen, die Quaden und die jazygischen Sarmaten, ein Skythenvolk, das sich mit den Germanen verbündet hatte, um Rom anzugreifen. Zuerst schlug Marcus sein Heerlager in Carnuntum, im heutigen Österreich, auf (zwischen 169 und 172), später in Sirmium und Viminacium, im heutigen Ser-

---

<sup>11</sup> *Historia Augusta: Marcus*, 13, 1–5.

bien.<sup>12</sup> Es war ein harter Kampf, und die erste Phase wurde 175 nicht durch den Sieg der Römer beendet, sondern durch einen Friedensvertrag, wenngleich dieser für Rom günstig ausfiel.

Marcus musste sich auf diesen Vertrag einlassen, weil er mittlerweile eine Rebellion im Inneren zu bekämpfen hatte. Die römischen Truppen in Syria und Ägypten hatten nämlich Gaius Avidius Cassius, einen der Helden des Partherkrieges und Marcus' Gouverneur in der Provinz Syria, zum Kaiser ausgerufen. Jede der beiden Provinzen – vor allem die grenznahe – war ein eigenes Machtzentrum, weil dort Truppen in enormer Stärke lagen. Ansprüche wie der des Cassius wurden von Provinzgouverneuren gar nicht so selten erhoben.<sup>13</sup> Marcus war bereits auf dem Marsch nach Osten, doch Cassius wurde von einigen seiner höchsten Offiziere ermordet, noch bevor Marcus die Provinz erreicht hatte. Nichtsdestotrotz setzte Marcus seine Expedition fort, auf die er seinen Sohn Commodus mitgenommen hatte. Dem Kaiser war klar, dass seine Anwesenheit in der Provinz, verbunden mit einiger Freigebigkeit, die Neigung zur Rebellion eindämmen würde.

Im Jahr 176 machte er sich wieder auf nach Rom und besuchte dabei Athen, wo er u. a. Lehrstühle für die vier größten Philosophie-Schulen gründete: die Stoiker, die Epikureer und die Schüler des Aristoteles bzw. des Platon. Ende 176 war er wieder in Rom, zum ersten Mal seit sieben Jahren. Und er feierte dort seinen Sieg über die Germanen.<sup>14</sup> Doch die Lage an der Donau verschlechterte sich zuse-

---

12 Alle drei Orte lagen entweder im Oberen oder Unteren Pannonien, wie die Römer ihre Provinzen in diesem Teil Europas nannten.

13 Cassius hatte die Unterstützung der Menschen in Syria, weil er aus dieser Provinz stammte. Später erließ Marcus ein Gesetz, demzufolge ein Provinzgouverneur nicht in dieser Provinz geboren sein durfte.

14 Vermutlich wurde die Marcussäule damals in Auftrag gegeben.

hends. Tatsächlich hatte es nie wirklichen Frieden gegeben. Marcus wusste, dass er in den Norden zurückkehren musste. Also machte er im Jahr 177 seinen Sohn Commodus zum Mitkaiser und zog mit ihm erneut an die Donaugrenze.

Marcus starb im Jahre 180, vermutlich in Sirmium, einige Wochen vor seinem 59. Geburtstag. Seine Gesundheit war ja nie besonders gut gewesen.<sup>15</sup> Möglicherweise litt er an der Schwindsucht (Ende von 1,17), außerdem hatte ihm die Seuche, die das ganze Land erfasste, zu schaffen gemacht. Als Marcus starb, hatten die Römer die Oberhand über die rebellischen Stämme erlangt. Eine der ersten Amtshandlungen von Kaiser Commodus war es, den Feldzug zu einem friedlichen Ende zu bringen. Die Vereinbarung legte die Donau als verbindliche Grenze fest, was vermutlich nicht im Einklang mit Marcus' Wünschen war. Dieser hatte eine Reihe von zeitweiligen Heerlagern auf dem anderen Donauufer errichten lassen, vermutlich in der Absicht, die Reichsgrenzen entsprechend zu verschieben. So wie er es im Osten beabsichtigt hatte, bevor die Seuche ihn vertrieb.<sup>16</sup> Ohnehin wäre Marcus mit Commodus' Taten als Herrscher kaum einverstanden gewesen.<sup>17</sup> Er scheint tatsächlich der unangenehme Charakter gewesen

---

15 Cassius Dio (*Römische Geschichte* 71, 1, 2; 71, 6, 3–4; 71, 24, 4; 71, 36, 3; 72, 24, 4, 72, 36, 2) erwähnt Marcus' körperliche Schwächen, u. a. Schmerzen in der Brust. Auch in Marcus' überlieferten Briefen an Fronto geht es häufig um seine Gesundheit.

16 Diese Art imperialistischer Expansionsbestrebungen mag beim Verfasser der *Selbstbetrachtungen* merkwürdig erscheinen, doch sollten wir nicht vergessen, dass Marcus ja davon ausging, der Niedere hätte dem Höhergestellten zu dienen (z. B. 5,30 oder 7,55). Und als Römer sah er jedes Volk, das von Rom nicht zivilisiert worden war, auf dem Niveau der Barbarei oder darunter.

17 Edward Gibbon beginnt sein weltberühmtes sechsbändiges Werk *Verfall und Untergang des Römischen Imperiums* (1776–1788) mit der Herrschaft des Commodus. Und Cassius Dio beendet seine Darstellung von Marcus' Herrschaft mit den Worten: »Unsere Geschichte steigt nun ab von einem goldenen Reich hin zu einem von Eisen und Rost.« (*Römische Geschichte*, 72, 36, 4). Mit Commodus endete die Folge der fünf »guten Kaiser« (wie Machiavelli sie erstmals bezeichnete): Nerva, Trajan, Hadrian, Antoninus Pius, Marcus Aurelius.

zu sein, als den der Film *Gladiator* aus dem Jahr 2000 ihn zeichnet.<sup>18</sup> Seine Herrschaft endete im Jahr 192 mit seiner Ermordung.

## Was für ein Buch sind die *Selbstbetrachtungen*?

Das Buch, das Sie hier in Händen halten, ist einzigartig: Es gibt kein vergleichbares in Altgriechisch oder in irgendeiner anderen Sprache. Das soll nun nicht heißen, dass es nicht von anderen literarischen Strömungen inspiriert gewesen wäre. Es gibt gerade in der griechischen Literatur Vorläufer dieser Art Monolog zur moralischen Erbauung, in den auch Aphorismen und moralische Ermahnungen Eingang fanden. Keiner dieser Texte liegt jedoch in Buchform vor. Und Marcus dachte beim Schreiben sicher nicht an diese Vorläufer. Der bedeutendste Einfluss war sicher die stoische Praxis der Selbsterforschung und Ermahnung zum Besseren. Sollte irgendein anderer Stoiker ein solches Tagebuch geführt haben, so ist uns dies zumindest nicht überliefert. Das mag daran liegen, dass Marcus Kaiser war, weswegen man seine Worte für wertvoller und ungewöhnlicher hielt. Oder es wurde schlicht noch nie zuvor so akribisch Tagebuch geschrieben.

Das Buch ist auch deshalb einzigartig, weil es zutiefst persönlich ist. Bestünde es nur aus philosophischen Überlegungen, könnte man es mit Nietzsches *Also sprach Zarathustra* vergleichen, mit Wittgensteins *Tagebücher*, den *Pensées* von Pascal oder Khalil Gibrans *Der Prophet*. Kierkegaards Tagebücher kommen ihm vielleicht am nächsten: Hier sind viele Einträge genauso persönlich, nachdenklich und sich selbst ermahmend wie bei Marcus Aurelius. Für Marcus war die Philosophie ein Weg der Selbstverbesserung. Was ihn dabei in der Haupt-

---

18 Allerdings gibt es keine Beweise dafür, dass er seinen Vater getötet hat.

sache interessiert, ist der Effekt, den sie auf ihn hat. Das Buch dreht sich um die göttliche Ordnung der Welt und die Rolle, die der Mensch darin zu spielen hat, im Besonderen Marcus selbst. Er spricht von sich manchmal in der ersten Person, meist aber in der zweiten. Das »Du«, das er ermahnt und berät, ist immer er selbst. 300 von 488 Einträgen beziehen sich direkt oder indirekt in dieser Weise auf ihn, und im Rest geht es um allgemeine Prinzipien oder Lebensregeln, immer noch ausschließlich für seine Person. Er schreibt nicht anderen Menschen vor, was sie tun oder wie sie leben sollen. Er schreibt auch kein Philosophiebuch. Tatsächlich finden wir immer wieder Indizien, dass diese Texte nicht zur Veröffentlichung gedacht waren, vor allem dort, wo er sich auf Menschen und Ereignisse bezieht, die nur er allein kennen konnte. Sein Ziel war nicht die Kommunikation. Und da er selbst sein einziges Publikum war, musste er seine Sätze nicht verschleiern. Dieses Buch ist zutiefst aufrichtig.

Sehen wir einmal vom ersten Notizbuch ab, das von ganz eigener Art ist,<sup>19</sup> so enthalten die *Selbstbetrachtungen* keine Hinweise auf daterbare Ereignisse, keine Anspielungen auf seine Erfahrungen (ausgenommen vielleicht in 10,10), keine Erwähnung von Szenen oder Orten oder privaten Erlebnissen, die ihm wichtig waren. Die Dinge dieser Welt finden nur nebenbei Erwähnung, und dies meist voller Verachtung. Das Buch konzentriert sich fast ausschließlich auf sein Innenleben, und das verleiht ihm eine unglaubliche Intensität.

Deutet die Tatsache, dass Marcus die *Selbstbetrachtungen* auf Griechisch verfasst hat, wo seine Muttersprache doch das Lateinische war, etwa darauf hin, dass es doch zur Veröffentlichung gedacht war? Als gebildeter Römer war er ohnehin mehr oder weniger zweisprachig. Aber man möchte doch annehmen, dass Marcus seine Muttersprache

---

<sup>19</sup> Siehe die Fußnote zu Anfang von Buch 1.

verwendet hätte, wenn er zu sich selbst sprach. Warum also entschied er sich für das Griechische, um seinen Gedanken schriftlich Ausdruck zu verleihen? Nun, diese Wahl ist weniger rätselhaft, als sie uns heute scheinen mag: Das Griechische war nun mal die Sprache der Philosophie, und der Stoizismus verwendete eine Reihe von Begriffen, die nur schlecht ins Lateinische zu übertragen waren. Nur wenige Philosophen schrieben damals auf Latein. Einer von Marcus' großen Vorgängern, der Stoiker Seneca der Jüngere (der ungefähr 100 Jahre früher schrieb), war hier die große Ausnahme. Aber die Philosophen, die Marcus am stärksten beeinflussten, waren alle griechischsprachig, von den frühen Stoikern bis zu Epiktet, dem ehemaligen Sklaven, der sich in der Generation vor Marcus zum großen Lehrer des Stoizismus aufschwang – ein einstiger Sklave, der den Kaiser von Rom beeinflusste!

Aber selbst wenn die *Selbstbetrachtungen*, wie wir sie kennen, nicht zur Veröffentlichung gedacht waren: Könnte Marcus nicht vorgehabt haben, sie eines Tages aufzupolieren, die unklaren Stellen zu streichen oder zu erklären und sie der Öffentlichkeit zugänglich zu machen? Viele der Einträge in den einzelnen Büchern wurden als Notizen verfasst. Nicht wenige sind literarisch geschliffener. In manchen Fällen haben wir es mit flüssiger Prosa zu tun. Sind dies nicht Zeichen, dass Marcus sein Schreiben am Herzen lag? Welchen Sinn hätten diese Niederschriften, wenn er sie nicht irgendwann anderen hätte zeigen wollen?

Meiner Ansicht nach ist die Antwort auf diese Frage ein klares Nein. Marcus war ein intelligenter Mensch und ausgesprochen gebildet. Jeder, der selbst schon mal den Stift zur Hand genommen hat, weiß, dass manche Sätze einfach von selbst eine ansprechende Form finden. Und das ist meiner Ansicht nach als Erklärung ausreichend für die eleganteren Passagen dieses Buches. Außerdem ist vieles von dem, was Marcus schreibt, einfach zu freizügig: sein Kampf mit Är-

ger und Verbitterung, seine Attacken auf andere Menschen, vor allem auf Hofangehörige. Einmal bezeichnet er die Höflinge als »Lügner und Geizhalse« (6,47). Niemand – und schon gar nicht ein Kaiser, dessen Stellung größtenteils von der Wahrnehmung abhängt, die andere Menschen von ihm haben – hätte diese Seite seiner selbst offenbar werden lassen. Das Buch ist genau das, was es zu sein scheint: ein unglaublich privates Tagebuch, geschrieben zu dem Zweck, sich selbst zu erforschen und zu verbessern.

## Wie die *Selbstbetrachtungen* zu uns und zu ihrem Namen gekommen sind

Eine ganze Reihe von Faktoren signalisiert, dass die Notizbücher in Marcus' letztem Lebensjahrzehnt entstanden sind – u. a. die Überschriften des zweiten und dritten Buches sowie Marcus' häufige Anspielungen auf seinen Tod. Genauer lässt sich leider nicht sagen. Die Experten sind sich einig, dass die Bücher zwischen 172 und 180 entstanden sind, Letzteres ist Marcus' Todesjahr. Man geht davon aus, dass das erste Buch zwischen 176 und 180 entstand, das zweite und dritte Buch zwischen 170 und 175. Wie auch immer: Als Marcus im Jahr 180 starb, während er auf Feldzug in Mitteleuropa war, begleiteten ihn seine Notizbücher.

Angesichts der persönlichen und privaten Natur des Werkes ist es kein kleines Rätsel, wie und wann er für andere zugänglich wurde. Denn es hätte genauso gut verloren gehen können.<sup>20</sup> Ich denke, die

---

20 Ironischerweise hat das Überleben des Buches eine von Marcus' häufigsten Erwartungen durchkreuzt. In 7,21 schreibt er beispielsweise: »Bald wirst du alles vergessen haben. Bald werden alle dich vergessen haben.« Glücklicherweise lag er mit der zweiten Annahme falsch.

Sammlung der Notizbücher ist uns als Ganzes zugekommen (obwohl Notizbücher anderer Art verloren gingen, siehe 3,14), weil der letzte Eintrag des letzten Buches einfach ein perfektes Ende ist, niedergeschrieben von jemandem, der unmittelbar vor dem Tod stand. Die Zeilen wurden vermutlich auf Pergament niedergeschrieben und in Buchform aneinandergeheftet. Jemand, der Marcus nahestand – und ihn auf seinem Feldzug begleitete –, muss die Notizbücher bei seinem Tod an sich gebracht haben, zufällig oder absichtlich, wir wissen es nicht. Und wir wissen auch nicht, was in den folgenden Jahrhunderten damit geschah. Andere Autoren erwähnen dieses Buch in den folgenden Jahrhunderten nur selten oder in unklarer Form. Es wurde gelesen und kopiert – so fügte jemand in 11,3 den Verweis auf die Christen hinzu –, doch wir können seinen Weg nicht nachzeichnen. Die erste absolut sichere Erwähnung findet sich bei Arethas von Caesarea, einem christlichen Bischof des späten 9. oder frühen 10. Jahrhunderts. Er schreibt über das Buch in einem seiner Briefe, wo er sagt, er hätte dafür gesorgt, dass die alte Version in seinem Besitz neu kopiert würde. Und dieser Auftrag hat dem Buch vermutlich neues Leben eingehaucht.

Keine der frühen Erwähnungen nennt einen richtigen Titel. Schließlich war es ja nur eine Sammlung von Notizbüchern, die Marcus für sich selbst geschrieben hatte. Er hatte keinen Grund, ihm einen Titel zu geben. Arethas schreibt von »einem ethischen Werk, das an und für sich selbst verfasst wurde«. Manche Experten empfinden dies als den richtigen Titel: *An sich selbst*. Denn genau das hat Marcus gemacht: Er schrieb an und für sich selbst. In der heutigen Zeit aber hat sich im deutschsprachigen Raum der Titel *Selbstbetrachtungen* durchgesetzt (er wurde 1879 in der Übersetzung von Albert Wittstock erstmals gebraucht). Im Englischen sind es *Meditations* – ein Titel, der von Meric Casaubon erfunden wurde, als er die erste englische Übersetzung im Jahr 1634 erstellte.

## Der Stil der *Selbstbetrachtungen*

Manche der Gedankengänge in diesem Werk sind quasi Mini-Essays, aber meist drückt der Autor sich eher kurz und prägnant aus. Mitunter handelt es sich nur um knappe Notizen oder sogar nur Stichwörter, ungrammatisch formuliert, achtlos hingeworfen oder bis zur Unverständlichkeit verknappt. Marcus selbst wusste ja, was er meinte, für uns Nachgeborene aber ist es nicht immer leicht, die Bedeutung zu entschlüsseln.<sup>21</sup> Manche Einträge bestehen nur aus Zitaten oder Aphorismen, die Marcus offensichtlich zu schätzen wusste. Nichtsdestotrotz ist der Schreibstil in der Regel höchst lebendig. Marcus setzte auf sprachliche Bilder: Das Leben zum Beispiel wird verglichen mit einem Spiel, einem Schlachtfeld, einer Reise, einem Strom. Die Vernunft ist für ihn Zuflucht und Festung, eine von Wellen überspülte Landzunge, ein Licht, das erleuchtet, worauf es fällt, ja, sogar eine vollkommene Kugel. Lob hingegen ist nicht mehr als »das Schnalzen von Zungen« (6,16). Was dem Text dagegen weitgehend fehlt, ist Humor. Das Leben war für Marcus eine ernste Angelegenheit. Den allgemeinen Ton kann man wohl als melancholisch bezeichnen, angesiedelt zwischen Tiefgang und Trauer. Und mitunter äußert Marcus sich gar verbittert und unverhohlen sarkastisch,

---

21 Eine ganz wesentliche Konsequenz der Schwierigkeiten, Marcus' Gedanken nachzuvollziehen, ist die Tatsache, dass die Aufteilung der einzelnen Einträge nicht immer eindeutig ist. Wenn zwei oder mehr aufeinanderfolgende Abschnitte eine ähnliche Thematik behandeln, sollen wir sie dann als einen Eintrag lesen? Andere Einträge setzen sich aus unzusammenhängenden Gedanken zusammen. Sollen wir diese dann als jeweils eigene Einträge behandeln? Das gilt beispielsweise für 7,51 oder 9,28. Die frühen Herausgeber, die diese Einteilungen vornahmen, taten dies sicher nicht immer im Einklang mit Marcus' Absichten. Was die hier vorliegende Übersetzung angeht, war ich konservativ. Ich habe nicht versucht, die Einträge neu zu organisieren oder zu nummerieren. Ich folge hier der Standardeinteilung von Marcus' griechischem Text, die zurückgeht auf die Edition, die Thomas Gataker 1652 herausgegeben hat.

was die Welt und ihre Bewohner angeht, wobei sein Ton häufig herablassend und ironisch ist (z. B. in 11,14).<sup>22</sup>

In einem Werk wie diesem, dessen Ideen ohne erkennbare Ordnung aufgeschrieben wurden, sind Wiederholungen und Widersprüche unvermeidlich. Man liest dieses Buch nicht von der ersten bis zur letzten Seite in einem Zug. Die meisten schlagen es einfach irgendwo auf, lesen ein wenig darin und denken über das Gelesene nach.<sup>23</sup> Der Leser stößt auf Themen, die bei allen Menschen eine Saite anschlagen – die Unvermeidbarkeit des Todes oder die Frage nach Sinn und Bedeutung des eigenen Lebens auf dieser Erde. Das Buch macht deutlich, was es heißt, ein Leben nach den Prinzipien der Stoa zu führen. In seinem Nachwort zu *Die Kreuzersonate* schreibt Tolstoi, Ideale seien ein Licht am Ende einer langen Stange, die jeder Mensch selbst trägt: Es wird nie erreicht, geleitet uns aber durch die Finsternis. Marcus' *Selbstbetrachtungen* zeigen uns einen Mann, der auf ebendiese Weise lebt.

In dem Text, der uns überliefert ist, finden wir immer wieder schnelle Themenwechsel zwischen den einzelnen Einträgen, ja mitunter sogar innerhalb eines Abschnitts. Mitunter bündeln sich gewisse Ideen, wenn Marcus sich über etwas Sorgen macht, aber im Allgemeinen wirkt die Anordnung eher zufällig. Ideen werden nur selten weiter ausgeführt, denn Marcus schrieb – wie bereits gesagt – für sich selbst und musste sich daher nicht von Dingen überzeugen,

---

22 Ein Stilmittel dieses Textes geht in der Übersetzung häufig verloren: seine Verwendung von Diminutiven. So spricht er häufig von seinem Körper oder seiner Seele als dem »kleinen Körper« oder dieser »kleinen Seele«. Auf diese Weise will er ihre Bedeutung herabmindern, die angesichts des großen Ganzen in seinen Augen verschwindend gering ist.

23 Daher finden sich auch in den erklärenden Fußnoten stets Wiederholungen. Ein Leser, der z. B. mit Buch 5 anfängt, kennt ja die vorherigen Anmerkungen nicht, braucht sie aber dennoch zum korrekten Verständnis.

die für ihn feststanden. Aber all diese Eigenheiten, so verwirrend sie für den Leser auch sein mögen, sind ein eindeutiger Beleg dafür, dass uns die Notizbücher auf die Weise überliefert sind, wie Marcus sie hinterlassen hat. Ein Herausgeber hätte sie sicherlich besser geordnet.<sup>24</sup>

Der Wiederholungscharakter des Textes – die Art, wie Marcus immer wieder auf die gleichen grundlegenden Themen zurückkommt – hat nicht nur damit zu tun, dass Marcus' Notizen über viele Jahre hinweg entstanden sind. Dies ist vielmehr ein wesentliches Merkmal dieser Art von Texten. Etwas aufzuschreiben ist immer eine gute Möglichkeit, um es im Bewusstsein zu behalten, und eben das tat Marcus. Ideen wieder und wieder niederzuschreiben war eine gängige Praxis im Stoizismus, weil die Inhalte sich so noch stärker verfestigten.<sup>25</sup> Eine Übung, die Marcus von Epiktet übernommen hat: Er ermahnt sich selbst immer wieder, seine wichtigsten Grundprinzipien stets im Kopf zu haben, und zwar in möglichst knapper und einprägsamer Form, damit sie den Geist mit ihrer ganzen Kraft treffen können. Die Anmerkungen in den *Selbstbetrachtungen* 6,54; 7,29; 9,7 und 9,20 sind dafür ein gutes Beispiel.

---

24 Wobei mehrmals Versuche unternommen wurden, den Text nach Themen neu zu ordnen.

25 In den *Gesprächen* (2,1, 32–33; in: Epiktet, *Gespräche, Fragmente, Handbuch*, Hamburg 2021) führt Epiktet diese Praxis auf Sokrates zurück. Marcus' Selbstermahnungen sind gelebter Stoizismus, denn eines der berühmtesten stoischen Paradoxa ist, dass jeder Mensch entweder ein Weiser ist, dessen Taten durchweg tugendhaft sind, oder so unvollkommen wie der schlimmste Verbrecher. Jemand, der nach Weisheit strebt, kann zwar Fortschritte machen, aber bis er diese tatsächlich erreicht hat, mangelt es ihm an Tugend. Die römischen Stoiker der Kaiserzeit waren weniger streng mit sich und gingen davon aus, dass es beim Menschen verschiedene Grade des Gutseins oder der Schlechtigkeit gibt. Aber letztlich waren sie doch überzeugt – wie Seneca es so schön ausdrückt: »[...] bin ich doch weit davon entfernt, ein erträglicher, geschweige denn ein vollkommener Mensch zu sein.« (Briefe 57,3). Also strebt Marcus nach Vervollkommnung seiner Weisheit, um nicht zu den *phauloi* zu gehören, wie die Stoiker sie nannten, den »niederen« oder »schändlichen« Menschen.

Das ist es auch, was die stilistischen Eigenheiten der *Selbstbetrachtungen* am besten erklärt: Der Großteil der Einträge, vor allem die kurzen, sind Marcus' Art, »seinen Geist zu färben« (5,26) mit den Ideen und Lehren, die ihm dazu verhalfen, ein besserer Mensch und besserer Herrscher zu werden. Die Einträge sind gewissermaßen Fragmente eines Dialoges zwischen Lehrer und Schüler, in dem Marcus beide Rollen übernimmt. Für ihn hatten die Notizbücher eine therapeutische Funktion: Sie sollten, wenn nötig, jene moralischen Regeln, die er als wahr akzeptiert hatte, bekräftigen und zu neuem Leben erwecken, damit er sie umso besser in die Praxis umsetzen konnte. Jeder einzelne Eintrag ist sozusagen eine Dosis dieser Medizin.

## Marcus und der Stoizismus

Namensgeber für Stoizismus war die bemalte Stoa in Athen – eine lange Säulenhalle auf der Agora, dem Marktplatz. Unter dieser traf sich gegen Ende des 4. und zu Beginn des 3. Jahrhunderts v. Chr. der Begründer der Schule – Zenon von Kition (das heutige Larnaka in Zypern) – mit seinen Schülern, um philosophische Gespräche zu führen.

Einige Jahrhunderte später, gegen Ende der römischen Republik und zu Beginn des Kaiserreiches, übernahmen Angehörige der gebildeten Herrscherklasse in Rom deren Gedankengut. Viele zogen zwar die rivalisierende Schule der Epikureer vor, aber die Strenge der stoischen Moral sprach das stark militaristische Ethos der Römer an. Darüber hinaus ermutigte die Stoa einen Mann zu einer öffentlichen Laufbahn, was man von den Römern der Oberschicht auch erwartete. Ein Stoiker hatte vor allem eine Pflicht sich selbst gegenüber, sich zu einem tugendhaften Menschen fortzubilden. Ein Aspekt der

Tugend war, anderen Gutes zu tun – was sich gut mit einem öffentlichen Amt vertrug.<sup>26</sup>

Das war sicher ein Grund, weshalb Marcus sich von der Stoa angezogen fühlte. So konnte er seine beiden Hauptziele vereinen: ein guter Mensch zu werden und ein guter Kaiser. Allerdings fühlte er sich nicht von diesem Gedankengut angezogen, weil er Kaiser war. Ebenso wenig wie Epiktet sich der Stoa zuwandte, weil er Sklave war. In beiden Fällen kommen wir der Wahrheit näher, wenn wir davon ausgehen, dass die beiden *trotz* ihres jeweiligen Status zum Stoizismus fanden. Der Stoizismus hatte einfach das Potenzial, ihre wichtigsten persönlichen Fragen zu beantworten. Für diese beiden Männer war die Stoa, was für andere das Christentum, der tibetische Buddhismus, der Humanismus oder was auch immer war bzw. ist. Sklaven und Kaiser sind gleich, wenn sie die Rollen annehmen können, die das Schicksal ihnen zudedacht hat, und in ihrer jeweiligen Rolle ihr Bestes tun, vor allem für ihre Mitmenschen.

Doch zu Marcus' Zeit existierten eigentlich keine stoischen Schulen mehr – es gab keinen Lehrer, der einer solchen Schule vorgestanden wäre, und keine Stadt, in der man den Stoizismus hätte studieren können. Seine stoische Ausbildung war also mehr oder weniger dem Zufall überlassen. Seine Hingabe an stoische Prinzipien ist unübersehbar, aber letztlich war Marcus als Philosoph ein Amateur.<sup>27</sup> In seiner Jugend wurde er durch Rusticus und andere (1,6 bis 1,9) in diese

---

26 Auch andere philosophische Schulen akzeptierten das öffentliche Engagement, die Epikureer allerdings rieten zum Rückzug vom Getriebe der Welt: »Lebe im Verborgenen« war ihr Motto. Für die Stoiker hingegen dehnte sich die Verantwortung des Menschen sozusagen konzentrisch aus: zunächst die Sorge für sich selbst, dann für die Familie, für den Klan, für die Mitbürger, für die Landsleute und schließlich für die gesamte Menschheit.

27 Siehe J.-B. Gourinat, »Was Marcus Aurelius a Philosopher?«, in: *Meditations and Representations: the Philosopher and Emperor Marcus Aurelius in an Interdisciplinary Light*, hrsg. von M. van Ackeren und J. Opsomer, Wiesbaden 2012, S. 65–85.