

Günter Gösde, Jörg Zirfas

Das Wiederaufleben der antiken Selbstsorgekonzeptionen bei Friedrich Nietzsche und Michel Foucault¹

Den Begriff der ‚Selbstsorge‘ hat Michel Foucault im Jahre 1984 in seinen beiden letzten Büchern *Der Gebrauch der Lüste* und *Die Sorge um sich* historisch rekonstruiert. Dabei handelt es sich gleichsam um Kurzfassungen seiner brillanten Vorlesungen am Collège de France in den Jahren 1982 bis 1984, die Jahrzehnte nach seinem Tod unter den Titeln *Hermeneutik des Subjekts* (2009), *Die Regierung des Selbst und der anderen* (2012) und *Der Mut zur Wahrheit* (2012) in drei gewichtigen Suhrkampfbänden mit je 400 bis 600 Seiten veröffentlicht wurden. Beeindruckend für Foucault war, dass sich die Thematik der Selbstsorge in der antiken Kultur sehr lang – etwa ein Jahrtausend! – gehalten hat, angefangen bei Sokrates und Platon im 5. vorchristlichen Jahrhundert über „die gesamte griechische, hellenistische und römische Philosophie und auch die christliche Geistigkeit bis zum 4., ja 5. nachchristlichen Jahrhundert“.²

Die Konzeption der Selbstsorge hat einen hohen Stellenwert in der Philosophie der Lebenskunst und ist im Grenzbereich von Ethik und praktischer Philosophie, aber auch von Psychologie und Therapie zu verorten. Sie rückt die individuellen Praktiken des Umgangs mit sich selbst in den Mittelpunkt, widmet sich aber auch den übergreifenden ‚Strukturen‘, d. h. den Diskursen und Machtkonstellationen, die den Einzelnen prägen und seine Freiheitsspielräume eröffnen und begrenzen.³ Dabei ist zu unterscheiden zwischen einer ängstlichen Form der Selbstsorge, die es zu überwinden gilt, und einer klugen Form, die erwünscht und erstrebenswert ist. Während der ängstlichen Selbstsorge etwas Unruhiges, Umtriebigen und Unfreies bis hin zu einer depressiven Form der Erlebnisverarbeitung anhaftet, ermöglicht es die kluge Selbstsorge, die andrängenden Lebensprobleme eher aus einem geistigen Abstand zu betrachten, mit Affekten besonnen umzugehen und mutig zu handeln.

1 Der vorliegende Aufsatz ist eine von uns überarbeitete Fassung eines Vortrags, den Günter Gösde im Rahmen der Nietzsche-Werkstatt 2018 gehalten hat. Er knüpft an zwei Texte an, die wir unter dem Titel *Selbstsorge in der Antike und Selbstsorge in der Moderne* in dem von uns herausgegebenen Sammelband *Kritische Lebenskunst. Analysen – Orientierungen – Strategien*, Stuttgart 2019 veröffentlicht haben.

2 Michel Foucault, *Hermeneutik des Subjekts*, Frankfurt am Main 2009, 27.

3 Vgl. Jörg Zirfas, *Optionen. Wissens-, Macht- und Selbstverhältnisse bei Michel Foucault und Wilhelm Schmid*, in: Günter Gösde, Nikolaos Loukidelis, Jörg Zirfas (Hg.), *Nietzsche und die Lebenskunst. Ein philosophisch-psychologisches Kompendium*, Stuttgart 2016.