



SCHRIFTEN ZUR KRITISCHEN LEBENSKUNST

Eike Brock / Günter Götde /  
Jörg Zirfas (Hg.)

# Das Leuchten der Morgenröthe

Friedrich Nietzsche und die Kunst zu leben



**J.B. METZLER**

---

# Schriften zur Kritischen Lebenskunst

## Reihe herausgegeben von

Eike Brock, Troisdorf, Deutschland

Günter Götde, Berlin, Deutschland

Jörg Zirfas, Köln, Deutschland

## Beiratsmitglieder

Johannes Bilstein, Düsseldorf, Deutschland

Andreas Brenner, Basel, Schweiz

Peter Bubmann, Erlangen, Deutschland

Michael B. Buchholz, Göttingen, Deutschland

Daniel Burghardt, Innsbruck, Österreich

Karin Dannecker, Berlin, Deutschland

Markus Dederich, Köln, Deutschland

Heinrich Deserno, Frankfurt am Main, Deutschland

Gabriele Dorrer-Karlioiva, Berlin, Deutschland

Rüdiger Eschmann, Berlin, Deutschland

Thomas Fuchs, Heidelberg, Deutschland

Gunter Gebauer, Berlin, Deutschland

Helmut Heit, Hannover, Deutschland

Ana Honnacker, Hannover, Deutschland

Dagmar Kiesel, Erlangen, Deutschland

Thorsten Lerchner, Schalksmühle, Deutschland

Martin Liebscher, St. Leonards on Sea, UK

Wolfgang Mertens, München, Deutschland

Werner Pohlmann, Köln, Deutschland

Jann E. Schlimme, Berlin, Deutschland

Silvia Schneider, Berlin, Deutschland

Hans von Seggern, Berlin, Deutschland

Dennis Sölch, Düsseldorf, Deutschland

Werner Stegmaier, Greifswald, Deutschland  
Peter Theiss-Abendroth, Berlin, Deutschland  
Susanne Völker, Köln, Deutschland  
Ralf T. Vogel, Ingolstadt, Deutschland  
Gabriele Weiß, Siegen, Deutschland  
Christof Windgätter, Berlin, Deutschland  
Hans-Jürgen Wirth, Gießen, Deutschland  
Christoph Wulf, Berlin, Deutschland  
Robert Zimmer, Saarbrücken, Deutschland

Die Reihe Schriften zur Kritischen Lebenskunst unternimmt den Versuch, angesichts aktueller Fragen und Problemlagen des modernen Lebens, andere Denkhorizonte und praktische Herangehensweisen eines erstrebenswerten Lebens zu erschließen. Mit Hilfe interdisziplinärer Theorien und Modelle geht es dabei um nichts Geringeres als um einen gelingenden Alltag. Dabei braucht die Lebenskunst kritische Einsätze, die verdeutlichen, warum und worin Menschen versagen und scheitern und wie sie ihr Leben – je nach Umständen – anders und besser gestalten können. Ins Spiel kommen dabei biographische Erfahrungen, leibliche und soziale Beziehungen, soziale Ungleichheiten, politische Dominanzverhältnisse oder kapitalistische und technologische Steigerungslogiken ebenso wie pädagogische oder therapeutische Veränderungsstrategien. Die Reihe erlaubt, die Frage multiperspektivisch und interdisziplinär anzugehen und so die Möglichkeiten und Grenzen eines guten Lebens auf bisher unerreichte Art und Weise auszuloten. Gerade das Reihenformat ermöglicht, das Thema vor dem Hintergrund der spezifischen Herausforderungen unserer Zeit (Klimawandel, Nachhaltigkeit, Pandemien, Digitalisierung, K.I.) anzugehen und zwar so, dass Perspektiven sich ergänzen und neue Ideen entstehen. So kann die Reihe ein fortlaufendes Gespräch zu einem ewig jungen, immer wieder neu zu diskutierenden Thema initiieren.

Weitere Bände in der Reihe <https://link.springer.com/bookseries/16794>

---

Eike Brock · Günter Gödde · Jörg Zirfas  
(Hrsg.)

# Das Leuchten der *Morgenröthe*

Friedrich Nietzsche und die  
Kunst zu leben



**J.B. METZLER**

*Hrsg.*  
Eike Brock  
Institut für Philosophie  
Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf  
Düsseldorf, Deutschland

Günter Gödde  
Berliner Akademie für Psychotherapie  
(BAP)  
Berlin, Deutschland

Jörg Zirfas  
Department Erziehungs- und  
Sozialwissenschaften, Universität zu Köln  
Köln, Deutschland

ISSN 2731-3905                      ISSN 2731-3913 (electronic)  
Schriften zur Kritischen Lebenskunst  
ISBN 978-3-662-65193-3              ISBN 978-3-662-65194-0 (eBook)  
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-65194-0>

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

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2022  
Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.  
Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.  
Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Umschlagabbildung: ©Tobias Dörnenburg

Planung/Lektorat: Franziska Remeika  
J.B. Metzler ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.  
Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

---

## Vorwort der Herausgeber zur Kritischen Lebenskunst

### **Lebenskunst – ein elitäres Projekt?**

Diese kritischen Einsätze betreffen zunächst den Umfang und die Zugänglichkeit zur Lebenskunst selbst. Zwar ist die Frage nach der Lebenskunst aktueller denn je, doch die Popularität ihres Diskurses, den mittlerweile ein breites und nicht nur wissenschaftliches Publikum verfolgt, sollte nicht verkennen, dass die Lebenskunst häufig einen elitären Unterton hat. Diese Schräglage hat historische und disziplinäre Hintergründe, denn die Debatte um die Praxis eines gelungenen Lebens reicht bis in die Antike zurück und ist im Kern eine philosophische Debatte. Diese historische Kontinuität verkennt wiederum, dass nicht nur Philosophinnen und Philosophen Lebenskunst analysieren, reflektieren und praktizieren können, sondern dass Lebenskunst ein alltägliches Thema darstellt, das Männer und Frauen gleichermaßen umtreibt. Denn wenn alle Menschen nach Glück streben – wie schon Aristoteles vor 2500 Jahren vermerkt –, dann kann auch unterstellt werden, dass alle Menschen sich – bewusst oder unbewusst – Gedanken darüber gemacht haben, was ihnen im Leben wichtig ist, was sie antreibt und auf welche Lebensziele sie bezogen sind und auch, wie sie diese Ziele erreichen wollen. Damit soll nicht die These vertreten werden, dass alle Menschen Lebenskünstler wären, sondern nur, dass alle Menschen in ihrem Alltag Aspekte ihrer Lebenskunst in der einen oder anderen Form integriert haben. Lebenskunst ausschließlich im philosophischen Sinn mit (umfassender) Begabung, Bildung, Ressourcen, Reflexivität, Geschmack und Selbstdisziplin zu assoziieren, d. h. mit Eigenschaften, die nicht jedem Mitglied einer Gesellschaft ‚einfach so‘ zur Verfügung stehen, greift jedenfalls zu kurz. Zwar lässt sich konstatieren, dass ein theoretisches und praktisches philosophisches Wissen durchaus von Belang ist, es aber der Ergänzung etwa durch psychologisches, medizinisches, soziologisches, pädagogischen, alltäglichen etc. Wissen bedarf.

So ist also kritisch zu vermerken, dass in der Debatte um die Lebenskunst bis heute immer auch ein aristokratisch-elitärer und ideologisierender Unterton mitschwingt. Diese Perspektive bringt die Form des gelungenen Lebens in einen Zusammenhang mit Reflexivität und Pragmatik, mit Kultiviertheit und Ästhetik, mit Selbst- und Fremdbeherrschung und auch mit Kreativität und Originalität. Damit wird das Leben zu einem besonderen – häufig sich auch von anderen Lebensformen unterscheidenden Leben. Und es sind in dieser Perspektive dann

nur wenige Einzelne, wahrhaft originelle Denker und Praktiker, die ‚wirklich‘ in der Lage sind, Lebenskunst zu praktizieren. Diese Wenigen erkennt man vor allem an der (systematischen) Rationalität, der (konsequent gelebten) Praxis, der (leiblichen) Intensität und dem (ästhetischen) Stil, mit dem sie ihr Leben in Form bringen.

Dass in der modernen Lebenskunst die Kunst – und hiermit ist nicht die antike oder mittelalterliche Regelkunst, sondern die neuzeitliche kreative und experimentelle Kunst gemeint – für das Leben eine entscheidende Rolle spielt, ist ebenfalls kein Zufall: Nicht nur, dass die Künste in der Moderne ein *anderes* Sehen und Denken ermöglichen und damit andere Sensibilitäten und Erkenntnismöglichkeiten entwickeln, experimentieren sie auch mit anderen Formen des technischen Herstellens und des praktischen Handelns. Und schließlich sind sie auch nicht in eine Begründungslogik eingespannt, die neue Lebensperspektiven gegenüber älteren Perspektiven legitimieren muss. Dass sich, wie Nietzsche postuliert, das Leben letztlich nur ästhetisch rechtfertigen lässt, heißt auch, dass es sich gegenüber anderen Perspektiven nicht rechtfertigen muss und insofern einem individuellen Projekt verpflichtet bleiben kann. Das ist in der modernen Situation einer radikalen Kontingenz der Begründungsformen selbstredend hoch attraktiv, in der jeder Begründungsversuch letztlich ein Versuch, d. h. eine Option unter vielen anderen, bleiben muss. Das ist aber auch deshalb attraktiv, weil die Kritik der Lebenskunst somit einen radikal individuellen, idiosynkratischen Rest beibehält.

### **Lebenskunst als alltägliches und demokratisches Projekt**

Statt eines strikt elitären philosophischen oder auch künstlerischen Lebensmodells brauchen wir ein Lebenskunstkonzept des ‚gewöhnlichen‘, des ‚alltäglichen‘, des ‚problematischen‘ oder auch des ‚prekären‘ Lebens, das Menschen nicht nur dazu verhilft, mit ihrem Alltag und seinen Banalitäten, sondern auch mit ihren Körpern und ihrer Leiblichkeit, mit Zufall, Schicksal und Endlichkeit, mit Kontingenz, Unfall, Abhängigkeit und Unveränderlichkeit sowie mit Krankheit, Krise und Entfremdung auf gute und gelungene Weise fertig zu werden. Und wir brauchen eine Lebenskunst, die die anderen Menschen mit in den Blick nimmt. Denn seit der Antike wird in den einschlägigen Debatten richtigerweise darauf Wert gelegt, dass nicht nur Philosophinnen und Philosophen für ihre Lebenskunst der Belehrung, Beratung und Therapie bedürfen, um imstande zu sein, ihrem Leben eine besondere Form des Lebens zu geben. Lebenskunst verdankt sich immer auch dem anderen, an dem wir sie lernen; und wir brauchen diesen anderen auch, wenn wir uns von seiner Perspektive der Lebenskunst unterscheiden wollen. Doch häufig brauchen wir ihn – und hier müssen wir nicht an den Philosophen, die Beraterin oder den Therapeuten denken, sondern auch an die Eltern, die Freunde oder Vorbilder – wenn wir Informationen und Erfahrungen, Hinweise und Ratschläge oder auch Unterstützung und Hilfe benötigen. Und wir brauchen den anderen noch in einer zweiten Hinsicht, nämlich als denjenigen, mit dem wir – auch gemeinsam – Formen einer geteilten (etwa solidarischen oder gerechten) Form der Lebenskunst

entwickeln. Lebenskunst braucht also den anderen, um sie zu lernen und einzuüben und auch, um sie in unterschiedlichen Beziehungsformen auszugestalten und weiterzuentwickeln.

### **Das Anliegen einer Kritischen Lebenskunst**

Dabei werden immer wieder Schwierigkeiten und Probleme auftauchen, die einer alltäglichen Lebenskunst im Wege stehen – individuelle, soziale, kulturelle oder auch psychologische, religiöse oder gesundheitliche Schwierigkeiten, nur um diese zu benennen. Hier setzt eine Kritische Lebenskunst an: Sie hilft bei der Erklärung und Analyse dieser Schwierigkeiten und Probleme, sie erörtert Praktiken und Prozesse, um mit ihnen umzugehen und sie entwirft Modelle eines gelingenden Lebens zur Veranschaulichung und Orientierung. Daher lässt sich auch die These begründen, dass jede Lebenskunst nicht nur auf bestimmte Krisenfälle bezogen ist, sondern auch bestimmte Formen der Kritik entwickelt hat.

Die dabei eingenommenen kritischen Perspektiven sind so vielfältig wie die Fragen des Lebens selbst:

- Sie können sich auf Praktiken, Rituale, Formen und Gestaltungen beziehen, durch die Menschen einen „gelingenden“ Alltag bzw. eine bejahenswerte Existenz herstellen wollen – und in denen sie regelmäßig scheitern.
- Sie können sich auf sinnlich-leibliche Zusammenhänge oder auf vielfältige Erfahrungen konzentrieren, in denen sich Menschen als ohnmächtig oder als (extrem) abhängig erleben.
- Sie können sich auf politische, pädagogische oder therapeutische Verhaltensmuster beziehen, in denen unangemessene Formen der Lebenskunst ihren Ausdruck finden.
- Sie können sich sozial- und kulturkritisch äußern, indem sie soziale Ungleichheiten, politische Dominanzverhältnisse oder kapitalistische Steigerungslogiken in Frage stellen.
- Sie können sich auf philosophische oder sozialwissenschaftliche Theorien und Modelle und ihre Rationalitäten und Ideologien beziehen, die sich aus Sicht der Lebenskunst als elitär, unangemessen und/oder nicht sinnvoll darstellen.

Jedes Leben hat schon eine Gestalt oder eine Form, die die Einzelnen durch ihr Leben „trägt“; es hat eine Struktur, die sich einer Strukturierung verdankt, die von unterschiedlichen Akteuren geprägt ist – vom Subjekt selbst, aber auch von seinen sozialen Beziehungen, von der Wirtschaft, der Kultur oder auch von den Medien. Die Fragen sind nur: Trägt diese Struktur noch? Sind die psychischen, sozialen, politischen Kosten für diese Struktur zu hoch? Gibt es Benachteiligungen und Diskriminierungen in der Möglichkeit der Ausgestaltung von Lebenskunst? Können wir unser Leben besser gestalten? Und was meint diese „Verbesserung“ bzw. welche Folgekosten sind wiederum mit ihr verbunden?

Eine Kritische Lebenskunst nimmt in der jeweiligen historisch-kulturellen Situation in den Blick, was es schwierig, wenn nicht unmöglich macht, ein

gelungenes Leben zu führen, d. h. sie analysiert die jeweils individuellen, sozialen oder kulturellen Bedingungen eines Nichtgelingens bzw. Nichtgelingenkönnens des Lebens und sie entwickelt aus individuellen, sozialen und kulturellen Unmöglichkeiten und Schwierigkeiten, Krisen und Enttäuschungen Orientierungsmuster für ein Leben, das als ‚gelungen‘ bezeichnet werden kann. Man könnte sagen, die kritische Lebenskunst erinnert daran, was noch ‚aussteht‘, was noch ‚fehlt‘, was versprochen, aber nicht eingehalten wurde. Dabei gewinnt sie ihre Maßstäbe des Gelingens nicht an überzeitlichen (transzendentalen) Gegebenheiten, sondern an den impliziten, in den jeweiligen Situationen und mit den jeweiligen Individuen selbst mitgesetzten (konstitutiven) Perspektiven und Wünschen.

### **Ein interdisziplinärer Ansatz der Lebenskunst**

Für die Reihe *Kritische Lebenskunst* ist daher ein interdisziplinärer Ansatz zentral. Denn dieser eröffnet nicht nur unterschiedliche kritische Perspektiven auf die Lebenskunst. Er ist auch unumgänglich, wenn es darum geht, andere und neue Wege in der Lebenskunst zu beschreiten. Obwohl die Geschichte der Philosophie an der Theorie- und Modellbildung von Lebenskunst einen überragenden Anteil hat und obwohl auch den Künsten mit ihren Möglichkeiten in Wahrnehmung, Reflektion und Gestaltung für die Gegenwart wohl eine besondere Bedeutung zukommt, erscheint es grundlegend wichtig, Lebenskunstfragen, die das Leben in seiner Breite und seinen Höhen und Tiefen betreffen, auch an andere Disziplinen zu richten. Mit der Kritischen Lebenskunst suchen wir den bisherigen philosophisch-psychologischen Verständnishorizont der Lebenskunst theoretisch wie praktisch zu erweitern und ausdifferenzieren, und hierbei neben der Philosophie vor allem die Sozial- und Kultur- sowie die therapeutischen Wissenschaften, d. h. die Humanwissenschaften zu befragen. Gerade auch der Blick auf die Krisenhaftigkeit menschlichen Daseins, die mit prekären Lebensverhältnissen einhergeht und die Sicht der Therapeutik, die Licht auf die psychischen Schattenseiten wirft, zeitigen neue und andere Einsichten in eine aktuelle Lebenskunst.

Die geplante Reihe soll verschiedene Formate umfassen, die von Sammel- und Tagungsbänden über Monographien und Handbücher bis hin zu Qualifikationsarbeiten wie Dissertationen oder Habilitationen reichen. Dabei sollen sowohl einzelne Werke wie einzelne Autoren als auch Denkrichtungen und Themenfelder in den Mittelpunkt rücken. Die Beiträge für die Sammel- und Tagungsbände sollen unterschiedlich konzipiert werden, d. h. als lexikalische Überblicksartikel, als essayistische Einwürfe, als fokussierte Darstellungen von Einzelaspekten oder als längere Abhandlungen zu einem Autor oder Themenkomplex.

An dieser Stelle möchten wir uns zunächst bei den Autorinnen und Autoren dieses Buches zur *Morgenröthe* bedanken, die sich auf ein ungewöhnliches Projekt eingelassen haben: So konnten wir in zwei Online-Sitzungen und einer kleinen Tagung in Berlin bei Günter Gödde die Texte dieses Bandes auch während der

Coronazeit gemeinsam diskutieren – für eine Kritische Lebenskunst geradezu eine *conditio sine qua non*. Vom gelungenen Ergebnis dieses ungewöhnlichen akademischen Experiments zeugen die hier publizierten Aufsätze. Vor allem aber möchten wir Franziska Remeika für ihre Bereitschaft danken, eine Reihe Kritische Lebenskunst im Metzler Verlag heimisch zu machen. Sie hat diesem Projekt von Anfang an sehr viel Sympathie und großes Engagement entgegengebracht. Und für uns ist es wiederum eine große Freude und eine große Ehre, die Fragen und Perspektiven einer Kritischen Lebenskunst im Metzler-Verlag voranbringen zu können.

Eike Brock  
Günter Götde  
Jörg Zirfas

---

# Inhaltsverzeichnis

## Teil I Prologe

<b>1</b>	<b>Elemente einer philosophischen Lebenskunst bei Friedrich Nietzsche</b> .....	<b>3</b>
	Jörg Zirfas	
<b>2</b>	<b>Die <i>Morgenröthe</i> – ein Buch des Aufbruchs und der Bejahung</b> .....	<b>11</b>
	Eike Brock	
<b>3</b>	<b>Einführung zu den Beiträgen.</b> .....	<b>21</b>
	Eike Brock, Günter Gödde und Jörg Zirfas	

## Teil II Das Sehen lernen

<b>4</b>	<b>„Erkenntnißdurstige Freudigkeit“ als Mittel gegen „Lebensüberdruß“</b> .....	<b>33</b>
	Renate Müller-Buck	
<b>5</b>	<b>Das Dritte Auge. Nietzsches Plädoyer für die ästhetische Wahrnehmung</b> .....	<b>43</b>
	Annemarie Pieper	
<b>6</b>	<b>Vom Erkenntnishorror und Daseinsekel zur Lust am Menschlichen. Nietzsches perspektivische Philosophie der Lebenskunst</b> .....	<b>55</b>
	Eike Brock	
<b>7</b>	<b>Metapsychologie und Lebenskunst. Die Plastizität innerer Erfahrung in der <i>Morgenröthe</i></b> .....	<b>69</b>
	Thorsten Lerchner	
<b>8</b>	<b>Arbeit und Muße. Herausforderungen und Lebensmöglichkeiten im Anthropozän</b> .....	<b>81</b>
	Christoph Wulf	

**Teil III Die Moral kritisieren**

- 9 Die „Morgenröte“: ein moralistisches Projekt? . . . . . 95**  
Robert Zimmer
- 10 Nietzsches kritische Auseinandersetzung mit Schopenhauers  
Mitleidsethik . . . . . 107**  
Günter Gödde
- 11 „Die Asketen wissen allein, was Wollüste sind“. Nietzsches  
„Psychologie der Askese“ zwischen Selbsterhaltung  
und Selbsterhöhung . . . . . 121**  
Antonio Lucci
- 12 Die Paradoxien moralischer Vorurteile. Ein morphologischer  
Zugang . . . . . 133**  
Werner Pohlmann
- 13 Überlebenskunst und „Selbstaufhebung der Moral“.  
Zur Vorrede der *Morgenröthe* . . . . . 145**  
Enrico Müller

**Teil IV Das Andere denken und tun**

- 14 Gefangen im Ich oder gefangenes Ich? Mögliche  
Auswege (M 117) . . . . . 161**  
Martin Liebscher
- 15 Zur Metaphorologie der Lebenskunst in Nietzsches  
*Morgenröthe* . . . . . 171**  
Hans von Seggern
- 16 Politische Lebenskunst als Selbstbesinnung der Menschheit . . . . . 183**  
Helmut Heit
- 17 „Der Gedanke der sich opfernden Menschheit“. Nietzsches  
Provokation einer philosophischen Morgenröte . . . . . 197**  
Werner Stegmaier

**Teil V Das Leiden umwandeln**

- 18 Christentum als trauma-analoges Phänomen.  
Nietzsches Analyse in der *Morgenröthe* . . . . . 219**  
Dagmar Kiesel
- 19 Der ideale Mentor. Erziehungswissenschaftliche Notizen zu  
Friedrich Nietzsches Frage nach den „Bedürftigen des Geistes“ . . . . 233**  
Jörg Zirfas

---

<b>20</b>	<b>Philosophische Praxis im Geiste Nietzsches</b> . . . . .	<b>245</b>
	Anders Lindseth	
<b>21</b>	<b>Gesundes Wachstum: Nietzsches Diätetik als philosophisches Programm</b> . . . . .	<b>259</b>
	Johannes Heinrich	
<b>22</b>	<b>„In einem neuen Lichte“ leuchten und „einen neuen Himmel“ erbauen: der Schwerleidende und das Neue</b> . . . . .	<b>271</b>
	Vivetta Vivarelli	
<b>Teil VI Epilog</b>		
<b>23</b>	<b>Erträge einer Kritischen Lebenskunst bei Friedrich Nietzsche</b> . . . . .	<b>283</b>
	Günter Götde	

---

## Autorenverzeichnis

**Eike Brock**, Dr. phil., M.A., ist freier Autor. Außerdem unterrichtet er Philosophie am Institut für Philosophie der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf und am Department Erziehungs- und Sozialwissenschaften der Universität zu Köln. Arbeitsschwerpunkte: Nietzsche, Kierkegaard, Spannungsfelder Literatur/Philosophie und Philosophie/Popkultur (v.a. Philosophie und Horror), Welt- und Selbstverhältnisse, Philosophie der Lebenskunst. Zahlreiche Artikel in Sammelbänden und Fachzeitschriften, Buchveröffentlichungen: Nietzsche und der Nihilismus (2015); Das Böse erzählen. Perspektiven aus Philosophie, Film, Literatur (Hrsg. mit A. Honnacker, 2017), Philosophie des Hiphop. Performen, was an der Zeit ist (mit J. Manemann, 2018); Denken des Horrors, Horror des Denkens: Erschreckendes, Monströses und Unheimliches in Philosophie, Psychologie und Literatur (Hrsg. mit Th. Lerchner, 2019); „ein Leser, wie ich ihn verdiene.“ Nietzsche-Lektüren in Philosophie und Soziologie (Hrsg. mit J. Georg, 2019); Besser geht’s nur in der Komödie. Cavell über die moralischen Register von Literatur und Film (Hrsg. mit M.S. Lotter, 2019); Friedrich Nietzsche: Menschliches, Allzumenschliches. Klassiker Auslegen (Hrsg. mit J. Georg, 2020). Aktuelle Projekte: „Leidende Philosophen – und was wir von ihnen lernen können“; „Philosophie des Horrors. Eine Studie in Endlichkeits(in) kompetenz“.

**Günter Gödde**, Dr. phil., Dipl.-Psych., jur. Assessor, psychologischer Psychotherapeut in eigener Praxis, Dozent, Supervisor, Lehrtherapeut sowie Ausbildungsleiter in der Therapeutenausbildung an der Berliner Akademie für Psychotherapie. Arbeitsschwerpunkte: Theorie, Praxis und Ausbildung der psychodynamischen Psychotherapie, Geschichte und Kulturtheorie der Psychoanalyse, Ideengeschichte des Unbewussten, Verhältnis von Psychoanalyse und Philosophie sowie von Therapeutik und Lebenskunst. Ausgewählte Buchveröffentlichungen: Traditionslinien des „Unbewussten“. Schopenhauer – Nietzsche – Freud (1999/2009); Das Unbewusste I-III (Hrsg. mit M.B. Buchholz, 2005–2006); Takt und Taktlosigkeit (Hrsg. mit J. Zirfas, 2012); Therapeutik und Lebenskunst (mit J. Zirfas, 2016); Nietzsche und die Lebenskunst (Hrsg. mit N. Loukidelis & J. Zirfas, 2016); Kritische Lebenskunst (Hrsg. mit J. Zirfas, 2018); Mit dem Unbewussten arbeiten (2018); Kritische Lebenskunst. Themenheft der Zeitschrift „Psychosozial“ (Hrsg. mit J. Zirfas & H.-J. Wirth, 2020);

Therapieziel Selbstsorge (mit J. Zirfas, 2021); Entwicklungslinien der psychodynamischen Psychotherapie (2021); Psychodynamisch denken lernen (Hrsg. mit E. Püschel & S. Schneider, 2022).

**Johannes Heinrich**, Dr. phil., M. A., Studium der Philosophie, Geschichte und Religionswissenschaft. Promotion an der Technischen Universität Berlin (2018), Förderung durch das Elsa-Neumann-Stipendium des Landes Berlin. 2020 war er Fellow am Kolleg Friedrich Nietzsche der Klassik Stiftung Weimar. Forschungsschwerpunkte: Nietzsche, Foucault, politische Theorie, Lebensphilosophie, Philosophie des Poststrukturalismus. Aktuell arbeitet er zum Themenschwerpunkt „Nietzsche und die Phänomenologie“. Veröffentlichungen: Individualität, Subjektivität und Selbstsorge bei Nietzsche. Eine Analyse im Gespräch mit Foucault (2018); Nietzsche als Philosoph des Lebens (2019); Nietzsche und die Philosophie der Lebenskunst (2018).

**Helmut Heit**, Prof. Dr. phil., Leiter des Kollegs Friedrich Nietzsche und des Stabsreferats Forschung an der Klassik Stiftung Weimar sowie Honorarprofessor für Philosophie an der Technischen Universität Berlin und assoziierter Professor an der Tongji Universität in Shanghai. Mit-Herausgeber der Nietzsche-Studien. Arbeitsschwerpunkte: Nietzsche, Kritische Theorie und antike Philosophie, Kulturphilosophie, Sozialphilosophie und Wissenschaftsphilosophie. Ausgewählte Publikationen: Die Werte Europas (Hrsg. 2005); Der Ursprungsmythos der Vernunft (2007); Paul Feyerabend. Naturphilosophie (Hrsg. mit E. Oberheim, 2009); Frühgriechische Philosophie (2011); Nietzsches Wissenschaftsphilosophie (Hrsg. mit G. Abel & M. Brusotti, 2011); Handbuch Nietzsche und die Wissenschaften (Hrsg. mit L. Heller, 2014); Nietzsche's Value as a Scholar of Antiquity (Hrsg. mit A. Jensen, 2014); Nietzsche als Kritiker und Denker der Transformation (Hrsg. mit S. Thorgeirsdottir, 2016); Nietzsche und die Reformation (Hrsg. mit A.U. Sommer, 2020).

**Dagmar Kiesel**, PD Dr. phil. habil, Privatdozentin am Institut für Philosophie an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg und zertifizierte DBT-Peer-Coachin. Forschungsschwerpunkte: Philosophie als Lebenskunst, Philosophie und Psychologie, Philosophie und Literatur, Philosophie und Theologie, Antike Philosophie, Friedrich Nietzsche. Mitherausgeberin der Reihe Erlanger Philosophie-Kolloquium Orient und Okzident bei Klostermann und Mitorganisatorin der GANPH-AG Philosophische Literatur – Literarische Philosophie. Diverse Beiträge zur Philosophie Nietzsches in Fachperiodika und Sammelbänden; Buchpublikation: Selbstaufhebung der Person in Also sprach Zarathustra IV. Warum die höheren Menschen in Zarathustras Höhle sitzen (2015).

**Thorsten Lerchner**, Dr. phil. habil., StR, Priv.-Doz. für Philosophie an der Julius-Maximilians-Universität Würzburg, Forschungsschwerpunkt im philosophisch-psychologischen Grenzbereich. Aktuelle Veröffentlichungen: Arthur Schopenhauer und Philipp Mainländer: Eine Untersuchung zum Abhängigkeitsverhältnis am Begriff des „Charakters“ (2011); Denken des Horrors, Horror des Denkens: Unheimliches,

Erschreckendes und Monströses in Philosophie, Psychologie und Literatur (Hrsg. mit E. Brock, 2019); Willensmetaphysik. Ideengeschichtliche Untersuchung zu den Wurzeln des modernen Menschenbildes (2021); Die Begeisterung des Augustin. Subjektkonstitution und Christentum. In: Perspektiven der Philosophie 47 (2021), 83–104.

**Martin Liebscher**, Dr. phil., Dozent am German Department und Health Humanities Centre des University College London, Herausgeber der unveröffentlichten Schriften C.G. Jungs im Rahmen der Philemon Foundation. Wichtigste Veröffentlichungen: Thinking the Unconscious: Nineteenth Century German Thought (with A. Nicholls) 2010; Libido und Wille zur Macht: C.G. Jungs Auseinandersetzung mit Nietzsche (2011); Analytical Psychology in Exile: The Correspondence between C.G. Jung & Erich Neumann (2015) sowie die Herausgabe der ETH Vorlesungen Jungs von 1933 bis 1941 in acht Bänden (ab 2019). Zahlreiche Publikationen zur Philosophie Nietzsches und im Bereich der Psychologiegeschichte.

**Anders Lindseth**, Prof. Dr. phil., em. Professor für Praktische Philosophie am Zentrum für praktisches Wissen der Nord University (Bodø) und an der medizinischen Fakultät der Universität Tromsø, außerdem war er Dozent für Philosophie an den Universitäten Oslo und Göteborg sowie Gastwissenschaftler an den Universitäten Tübingen und Wien. Seit 1989 Führung einer Philosophischen Praxis, von 1993 bis 2003 stellvertretender Vorsitzender der Internationalen Gesellschaft für Philosophische Praxis (IGPP), zurzeit Vorsitzender des wissenschaftlichen Beirats der IGPP, Lehrbeauftragter für Philosophische Praxis an der Universität Wien. Er lebt in München, wo er Lehrbeauftragter für Persönlichkeitsbildung im interkulturellen Kontext an der Hochschule für Philosophie München war. Forschungsschwerpunkte: Philosophische Praxis, Ethik, Wissenschaftsphilosophie, praktische Philosophie/praktisches Wissen und Methodologie. Ausgewählte Veröffentlichung: Zur Sache der Philosophischen Praxis. Philosophieren im Gespräch mit rat-suchenden Menschen (2005, 2. Aufl. 2014).

**Antonio Lucci**, PD Dr. phil., hat Philosophie und Geschichte an der Universität Rom „La Sapienza“ studiert und an der Universität in Triest in theoretischer Philosophie 2012 promoviert. Er wurde 2020 in Italien habilitiert. In den letzten Jahren hat er die Professuren für „Kulturtheorie und kulturwissenschaftliche Ästhetik“, „Wissens- und Kulturgeschichte“ (Humboldt-Universität zu Berlin) und „Religionswissenschaft“ (Freie Universität Berlin) vertreten sowie internationale Fellowships und Gastprofessuren (u.a. IFK Wien; FIPH Hannover; IISF Neapel; Universität „Gabriele D’Annunzio“ Chieti und Universität Turin) innegehabt. Davor war er wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Kulturwissenschaft der Humboldt-Universität zu Berlin und Post-Doc am Exzellenzcluster TOPOI. Ausgewählte Buchveröffentlichungen: Askese als Beruf. Die sonderbare Kulturgeschichte der Schmuckeremiten (Hrsg. mit J. Knobloch, 2019); Gegen das Leben, gegen die Welt, gegen mich selbst. Figuren der Negativität (Hrsg. mit J. Söffner & E. Schomacher, 2021); Italian Theory (2020); True Detective. Eine Philosophie des Negativen (2021).

**Enrico Müller**, Dr. phil., ist Visiting scholar an der Universität Venedig (Università Ca' Foscari di Venezia). Koordinator eines internationalen Forschungsprojekts zur Philosophie Nietzsches an der Universität Freiburg. Zuvor war er als Forschungsgruppenleiter am Internationalen Zentrum für Philosophie NRW Bonn (IZPH), als Gastprofessor an der Universität von Campinas (UNICAMP) und als Dozent und wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Greifswald tätig. Er ist Herausgeber der Nietzscheforschung, des Jahrbuchs der Nietzsche-Gesellschaft. Arbeitsschwerpunkte: Das Denken Nietzsches, die Philosophie der Antike, Fragen der Kulturphilosophie und Hermeneutik sowie Formen philosophischer Schriftstellerei. Ausgewählte Veröffentlichungen: *Die Griechen im Denken Nietzsches* (2005); *Zur Genealogie des Zivilisationsprozesses. Friedrich Nietzsche und Norbert Elias* (Hrsg. mit F. Günther & A. Holzer, 2010); *Ohnmacht des Subjekts – Macht der Persönlichkeit* (Hrsg. mit Ch. Benne, 2014); *Nietzsche-Lexikon* (2020).

**Renate Müller-Buck**, Dr. phil., Studium der Germanistik, Geschichte und Amerikanistik an den Universitäten Tübingen, Berlin (TU) und Berkeley/California. 1980-85 Lektorin für deutsche Sprache und Literatur (DAAD) am germanistischen Seminar der Universität Florenz bei Mazzino Montinari. Gleichzeitig Mitarbeit an der Nietzsche-Edition. Im Anschluss daran wissenschaftliche Mitarbeiterin zur Erstellung der Nachberichtbände der historisch-kritischen Ausgabe des Nietzsche-Briefwechsels. Daneben Lehraufträge an den Universitäten Tübingen und Stuttgart. Zahlreiche Publikationen zu Nietzsche. Regelmäßige Arbeit für den Rundfunk sowie als Übersetzerin aus dem Englischen, Italienischen und Französischen.

**Annemarie Pieper**, Prof. Dr. phil., em. Professorin an der Universität Basel. Mitglied der Karl Jaspers-Stiftung in Basel und der Stiftung Nietzsche-Haus in Sils Maria. Forschungsschwerpunkte: Existenzphilosophie, Philosophische Ethik. Ausgewählte Publikationen: *Albert Camus* (1984); *Ein Seil geknüpft zwischen Tier und Übermensch. Erläuterungen zu Nietzsches erstem „Zarathustra“* (1990, Nachdruck 2010); *Einführung in die Ethik* (1991, 7. Aufl. 2017); *Gut und Böse* (1997, 5. Aufl. 2022); *Selber denken. Anstiftung zum Philosophieren* (1997); *Søren Kierkegaard* (2000); *Glückssache. Die Kunst, gut zu leben* (2001, 3. Aufl. 2007); *Nachgedacht. Philosophische Streifzüge durch unseren Alltag* (2014); *Kierkegaard-Lesebuch* (2018); *Denkanstöße zu unseren Sinnfragen* (2021).

**Werner Pohlmann**, Dipl. Psych., Psychologischer Psychotherapeut und Psychoanalytiker in eigener Praxis in Köln, Dozent, Supervisor und Lehranalytiker (DPG, DGPT) am Institut für Psychoanalyse und Psychotherapie Düsseldorf. Arbeitsschwerpunkte: Geschichte der Psychoanalyse, Psychästhetik der Behandlung, Theorie und Praxis der Lebenskunst, Wissenschaftstheorie und Wissenschaftsgeschichte der Psychoanalyse. Ausgewählte Buchveröffentlichungen: *Ästhetik der Behandlung. Beziehungs-, Gestaltungs- und Lebenskunst im psychotherapeutischen Prozess* (Hrsg. mit G. Gödde & J. Zirfas, 2015); *Erregter Stillstand: Narzissmus zwischen Wahn und Wirklichkeit* (Hrsg. mit I. Focke & E. Horn, 2016); *Aktuelle Buchprojekte: Unfassbare Totalität – Präsenz und Repräsentation in der Psychoanalyse; Unbewusste Konflikte* (mit G. Gödde).

**Hans von Seggern**, Dr. phil., M.A., von 2002 bis 2007 Bildungsreferent des Jüdischen Museums Berlin, jetzt Senior Sales Executive der tonwelt GmbH, Berlin. Arbeitsschwerpunkte: Nietzsche, Spinoza, Weimarer Klassik. Buchveröffentlichungen: Nietzsches Philosophie des Scheins (1999); Nietzsche und die Weimarer Klassik (2005). Diverse Aufsätze zur Nietzsche-Forschung sowie Lemmata im Metzler Lexikon Ästhetik (Hrsg. A. Trebeß, 2006), im Nietzsche-Lexikon (Hrsg. Ch. Niemeyer, 2011) und in Nietzsche und die Lebenskunst (Hrsg. G. Gödde, N. Loukidelis & J. Zirfas, 2016).

**Werner Stegmaier**, Prof. Dr. phil., em. Professor für Philosophie mit dem Schwerpunkt Praktische Philosophie an der Universität Greifswald. Aufbau und Leitung des Nord- und osteuropäischen Forums für Philosophie (1995-2002). Mitherausgeber und Schriftleiter der Nietzsche-Studien und der Monographien und Texte zur Nietzsche-Forschung (1999–2017). Gründungsmitglied der Foundation for Philosophical Orientation in Nashville/Tennessee, USA. Arbeitsschwerpunkte: Philosophie der Orientierung, die Philosophien Nietzsches und Diltheys, Levinas' und Luhmanns, Whiteheads und Wittgensteins. Ausgewählte Buchveröffentlichungen: Philosophie der Fluktanz: Dilthey und Nietzsche (1992); Emmanuel Levinas zur Einführung (2002); Philosophie der Orientierung (2008); Nietzsches Befreiung der Philosophie. Kontextuelle Interpretation des V. Buchs der Fröhlichen Wissenschaft (2011); Friedrich Nietzsche zur Einführung (2011); Orientierung im Nihilismus – Luhmann meets Nietzsche (2016); Europa im Geisterkrieg. Studien zu Nietzsche (2018); Formen philosophischer Schriften zur Einführung (2021); Orientierung und Ander(s)heit. Spielräume und Grenzen des Unterscheidens (mit B. Liebsch, 2022).

**Vivetta Vivarelli**, Prof. Dr. phil., bis 2020 Inhaberin des Lehrstuhls für neuere deutsche Literatur an der Universität Florenz. Forschungsgebiete: deutsche und europäische Literatur; Bildsprache und intertextuelle Beziehungen zwischen Literatur und Philosophie, Nietzsche als Leser von Montaigne, Pascal, Galiani, Lichtenberg, Goethe, Hölderlin und Emerson. Mitglied des wissenschaftlichen Beirats des Nietzsche-Forschungszentrums, der Reihe „Nietzsche-Lektüre“ (de Gruyter) und des Kuratoriums der Rudolf-Borchardt-Gesellschaft. Ausgewählte Veröffentlichungen: Nietzsche und die Masken des freien Geistes: Montaigne, Pascal und Sterne (1998, 2. Aufl. 2009); Nietzsche, la nascita della tragedia (neu übersetzt, eingeleitet und erläutert, mit einer Auswahl von Texten und Briefen (2011); Nietzsche e gli ebrei. Eine Anthologie (2014); Greek audience. performance and effect of the different literary genres in Nietzsche's Philologia (2018); Der Bildner des Übermenschen und der dithyrambische Künstler: Michelangelo und Wagner in Also sprach Zarathustra. In: Nietzsche-Studien, Bd. 47.

**Christoph Wulf**, Prof. Dr. phil., Professor für Allgemeine und Vergleichende Erziehungswissenschaft, Mitglied des Interdisziplinären Zentrums für Historische Anthropologie, des Sonderforschungsbereichs „Kulturen des Performativen“, des Clusters „Languages of Emotion“ und des Graduiertenkollegs „InterArts Studies“ an der Freien Universität Berlin. Arbeitsschwerpunkte: Historische und Pädagogische

Anthropologie, Mimesis- und Imaginations-, Emotions-, Performativitäts- und Ritualforschung, ästhetische und kulturelle Erziehung. Ausgewählte Buchveröffentlichungen: Logik und Leidenschaft. Erträge Historischer Anthropologie (Hrsg. mit D. Kamper, 2002); Anthropologie. Geschichte, Kultur, Philosophie (2004); Die Kultur des Rituals. Inszenierungen. Praktiken. Symbole (Hrsg. mit J. Zirfas, 2004); Der Mensch und seine Kultur: Hundert Beiträge zur Geschichte, Gegenwart und Zukunft des menschlichen Lebens (2011); Bilder des Menschen. Imaginäre und performative Grundlagen der Kultur (2014); Handbuch Pädagogische Anthropologie (Hrsg. mit J. Zirfas, 2014); Bildung als Wissen vom Menschen im Anthropozän (2019); Handbuch Schweigendes Wissen: Erziehung, Bildung, Sozialisation und Lernen (Hrsg. mit A. Kraus, J. Budde & M. Hietzge, 2021); Kulturelle Bildung (Hrsg. mit A. Scheunpflug & I. Zürcher, 2022).

**Robert Zimmer**, Dr. phil., M.A., philosophischer Sachbuchautor, lebt in Saarbrücken. Arbeitsschwerpunkte: Schopenhauer, Kritischer Rationalismus, Moralistik, Philosophie der Lebenskunst, Einführungen in die Philosophie, Philosophiegeschichte. Ausgewählte Buchveröffentlichungen: Europäische Moralistik zur Einführung (1999); Das Philosophenportal (2004); Glück und Lebenskunst. Sonderheft von Aufklärung und Kritik (2008); Das große Philosophenportal (2009); Arthur Schopenhauer. Ein philosophischer Weltbürger (2010); Basis Bibliothek Philosophie (2009/2019); Leben als Versuch und Irrtum. Essays zu einer kritisch-rationalen Philosophie der Lebenskunst (2016); Schopenhauer und die Folgen (2018); Weltklugheit. Die Tradition der europäischen Moralistik (2020).

**Jörg Zirfas**, Prof. Dr. phil., M.A., Professor für Allgemeine Erziehungswissenschaft mit dem Schwerpunkt Pädagogische Anthropologie an der Universität zu Köln, Vorsitzender der Kommission Pädagogische Anthropologie und der Gesellschaft für Historische Anthropologie (FU Berlin); Mitglied des Interdisziplinären Zentrums Ästhetische Bildung (FAU) und des Arbeitskreises Pädagogik und Vulnerabilität (UzK). Arbeitsschwerpunkte: Pädagogische und Historische Anthropologie, Bildungs- und Erziehungsphilosophie, Qualitative Bildungsforschung und Pädagogische Ethnographie, Ästhetische Bildung. Ausgewählte Buchveröffentlichungen: Lexikon der Lebenskunst (mit A. Brenner, 2002); Geschichte der Ästhetischen Bildung. Bde. 1–4 (Mitautor, 2009–2021); Handbuch Pädagogische Anthropologie (Hrsg. mit Ch. Wulf, 2014); Lebenskunst im 20. Jahrhundert (Hrsg. mit G. Gödde, 2014); Therapeutik und Lebenskunst (mit G. Gödde, 2016); Nietzsche und die Lebenskunst (Hrsg. mit G. Gödde & N. Loukidelis, 2016); Vulnerabilität. Pädagogische Herausforderungen (mit D. Burkhardt & M. Dederich et al., 2017); Kritische Lebenskunst (Hrsg. mit G. Gödde, 2018); Handbuch Bildungs- und Erziehungsphilosophie (Hrsg. mit G. Weiß, 2019); Paragrana. Internationale Zeitschrift für Historische Anthropologie. Band 28. Heft 1: Den Menschen neu denken (Hrsg. mit Ch. Wulf, 2020); Therapieziel Selbstsorge (Hrsg. mit G. Gödde, 2021); Optimierung. Ein interdisziplinäres Handbuch (mit M. Dederich, 2022).

---

# Verzeichnis der Siglen

Zitierungen erfolgen nach der Kritischen Studienausgabe (KSA) mit Ausnahme der Texte, die nur in der Kritischen Gesamtausgabe der Werke (KGW) enthalten sind.

- AC Der Antichrist(1888)
- BA Über die Zukunft unserer Bildungsanstalten (1872)
- BAW Frühe Schriften. Bd. 1–5. (Hrsg. H.-J. Mette, 1994, Reprint)
- DD Dionysos-Dithyramben (1888/1889)
- DS David Strauss der Bekenner und der Schriftsteller (UB I, 1873)
- EH Ecce homo (1888/1889)
- FW Die fröhliche Wissenschaft (1882)
- FV Fünf Vorreden zu fünf ungeschriebenen Büchern (1872)
- GD Götzen-Dämmerung (1889)
- GM Zur Genealogie der Moral (1887)
- GT Die Geburt der Tragödie (1872)
- HL Vom Nutzen und Nachtheil der Historie für das Leben (UB II, 1874)
- JGB Jenseits von Gut und Böse (1886)
- KGB Kritische Gesamtausgabe, Briefe (Hrsg. Colli & Montinari, 1975 ff.)
- KGW Kritische Gesamtausgabe, Werke (Hrsg. Colli & Montinari, 1967 ff.)
- KSA Kritische Studienausgabe in 15 Bänden, Werke (Hrsg. Colli & Montinari 1980, 21988)
- KSB Kritische Studienausgabe, Briefe (Hrsg. Colli & Montinari, 1986)
- M Morgenröthe (1881)
- MA Menschliches, Allzumenschliches  
MA I: Erster Band (1878)  
MA II: Zweiter Band (1879)
- NB Nietzsches persönliche Bibliothek (Hrsg. Campioni et al., 2003)
- N Nachgelassene Fragmente
- NW Nietzsche contra Wagner (1889)
- PHG Philosophie im tragischen Zeitalter der Griechen (1873)

SE	Schopenhauer als Erzieher (UB III, 1874)
UB	Unzeitgemässe Betrachtungen
WA	Der Fall Wagner (1888)
WB	Richard Wagner in Bayreuth (UB IV, 1878)
WL	Ueber Wahrheit und Lüge im aussermoralischen Sinne (1873)
WM	Die Nachlass-Kompilation „Der Wille zur Macht“
WS	Der Wanderer und sein Schatten (1880)
Za	Also sprach Zarathustra
	Za I: Erster Teil (1883)
	Za II: Zweiter Teil (1883)
	Za III: Dritter Teil (1884)
	Za IV: Vierter Teil (1885)

---

**Teil I**  
**Prologe**



# Elemente einer philosophischen Lebenskunst bei Friedrich Nietzsche

1

Jörg Zirfas

Die Lebenskunst gehört zu Nietzsches zentralen Themen, auch wenn er sie nicht explizit unter diesem Titel behandelt hat. Er ist davon überzeugt, dass die tradierten Lebenskünste in der Gegenwart nicht nur ihre Bedeutung eingebüßt haben, sondern dass sie – vor allem in ihren moralischen und religiösen Varianten – den Menschen ein vitales Leben unmöglich machen. Eine zeitgemäße Lebenskunst steht nach Nietzsche noch aus; allerdings finden sich in seinem Werk wichtige Hinweise auf eine solche Lebenskunst. Nietzsche gibt ihr im Vergleich zu den Überlegungen und Modellen der Antike, des Mittelalters oder der Neuzeit ein völlig neues Gewicht, was einerseits mit der neuen historischen und geisteswissenschaftlichen Situation im 19. Jahrhundert und andererseits mit seiner Fundierung der Lebenskunst in einer veränderten Metaphysik zu tun hat. Wenn das ‚Wesen‘ der Welt nicht mehr aus einem ewigen Ideenhimmel (Sokrates bzw. Platon), nicht mehr aus kosmologischen Naturgesetzen (Epikur) und nicht mehr aus einem skeptischen Individualismus (Montaigne), aus der Natur (Rousseau), vernünftigen Grundstrukturen (Kant, Hegel), sondern aus dem „Willen zur Macht“ (Nietzsche) betrachtet wird, dann bekommt die Lebenskunst eine existenzielle Tiefe, Dynamik und Energie, die selbst die Banalitäten des Alltags betrifft. Dass Nietzsches Lebenskunst sowohl Leiden und Nihilismus, Gesundheit und Krankheit, Leiden und Tod, aber auch Lust und Lebendigkeit, Rausch und Ekstase impliziert, hängt zentral mit einer Metaphysik zusammen, die mit ‚Macht‘, d. h. mit Kräften und Kämpfen, Gewinnen und Verlieren, mit Bestimmen und Durchsetzen zu tun hat. Es liegt daher nahe, dass Dispositionen wie Männlichkeit, Selbstbeherrschung, Mut und Tapferkeit angesichts einer Lebensperspektive, für die Gefahr, Härte, Opfer, Vergehen und Zerstörung zentral sind, eine enorme Wertschätzung in der

---

J. Zirfas (✉)

Department Erziehungs- und Sozialwissenschaften, Universität zu Köln, Köln, Deutschland  
E-Mail: [joerg.zirfas@uni-koeln.de](mailto:joerg.zirfas@uni-koeln.de)

© Der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2022

E. Brock et al. (Hrsg.), *Das Leuchten der Morgenröthe*, Schriften zur Kritischen Lebenskunst, [https://doi.org/10.1007/978-3-662-65194-0\\_1](https://doi.org/10.1007/978-3-662-65194-0_1)

3

Lebenskunst erfahren. Doch Nietzsche erweist sich nicht nur als Philosoph der mutigen Tatkraft und des ästhetischen Heroismus, sondern auch als Philosoph der Gelassenheit und Weisheit.

---

## Bejahung und Steigerung des Lebens als Zielrichtung

In Nietzsches Lebenskunst haben wir es mit einem tiefen Ernst zu tun, der sich zunächst an den körperlichen und seelischen Sachverhalten abarbeitet. Und dieser Ernst zielt auf nicht weniger als auf die Bejahung und Steigerung des Lebens in allen Lebensbereichen. Das Jasagen wird nötig in einer Situation, in der sich die Werte, vor allem die letzten christlichen Werte, überlebt haben – in einer Situation der Säkularisierung, an der Nietzsche selbst mitarbeitet. Denn er entlarvt den Skandal einer monotheistischen Heilslehre, die den unvergänglichen Gott mit einer endlichen und vergänglichen Welt in Beziehung setzt. Das Leben ist in Lebensgefahr, da vom Fatalismus, Nihilismus und Materialismus bedroht; es ist in Gefahr, wenn es sich nicht mehr in lebendiger Freiheit zu entfalten vermag. Die Reaktion auf diesen Skandal ist das Verlachen, das Nietzsche zu einer zentralen Forderung seiner Philosophie erhoben hat. Die andere Reaktion ist die lachende Bejahung einer Haltung, die sich zur Wertschätzung, zur Hingabe an die unwider-rufliche Gegebenheit dieser Welt erzogen hat.

Im Zentrum der Theorie und Praxis der Lebenskunst bei Nietzsche steht die Frage nach dem Vitalen, d. h. die Frage nach der Erweiterung und Intensivierung von Lebensmöglichkeiten. Damit steht Nietzsche jenen Philosophen nahe, die von ‚Kräften‘ als Grundprinzipien des Lebens ausgehen, sowie im engeren Sinne den Wegbereitern der ‚Lebensphilosophie‘, die sich kritisch gegen einen intellektuellen Idealismus, einen szientistischen Rationalismus und einen objektivistischen Materialismus wenden, um die dynamischen, energiegeladenen Aspekte der Kreativität, der Phantasie, des Instinkts oder des Willens zu betonen. Als These formuliert: Nietzsches Lebenskunst ist eine Kunst der Option, der Beweglichkeit, der Entwicklung, der Rhythmik, der Dynamik, der Intensität, des Werdens und der Transformation des Lebens. Auf diese Aspekte einer Vitalisierung der Lebenskunst stößt man, wenn man sich mit den Fragen des Leibes, der Gesundheit, der Kraft, des Tanzens oder mit Fragen des Willens zur Macht, der Zeit, der Kunst und der Lust bei Nietzsche beschäftigt. Philosophische Lebenskunst bietet für Nietzsche Antworten auf die Frage, wie wir unser Leben reicher und bunter, aber auch riskanter und gefährlicher gestalten können (vgl. Götde & Zirfas, 2016).

Es gibt nach Nietzsche buchstäblich nichts, was sich dem Willen zur Macht und der sich ihr verdankenden Lebenskunst entziehen könnte – vor allem kein Leiden und auch kein Tod. Nietzsches Lebenskunst erscheint buchstäblich maßlos, bzw. geht es ihm dabei um das Finden eines Maßes, das über jedes bisherige Maß hinausgeht: **„Maß und Mitte zu finden im Streben über die Menschheit hinaus: es muß die höchste und kraftvollste Art des Menschen gefunden werden! Die höchste Tendenz fortwährend im Kleinen darstellen ...“** (N 1883, KSA 10,

524). Es ist das Individuum, das in einem Akt der Bejahung selbst dasjenige noch will, was sich seinem Wollen eigentlich entzieht: das Leiden, die Zufälle und der Tod. Die berühmte Nietzsche-Formel von der ‚Umwertung aller Werte‘ kann insofern nicht nur kulturkritisch als eine Hinwendung zu neuen, vor allem nicht-christlichen Werten, sondern vor allem als eine radikale Selbstschöpfung verstanden werden, die selbst noch „im Kleinen“ stetig an den Grenzen des Lebens arbeitet.

---

## Auseinandersetzung mit Krankheit und Gesundheit

Nietzsche ist buchstäblich überzeugt davon, dass eine Lebenskunst notwendig ist, um die Not des Lebens – körperliche und seelische Krankheiten, Vergänglichkeit und Tod – zu wenden. Seine Überlegungen gehen daher von der Krankheit – der körperlichen und der seelischen Not aus. So muss sich der Lebenskünstler im Sinne Nietzsches zunächst mit Fragen der Krankheit und Gesundheit und speziell auch mit physiologischen und physikalischen – oder weiter gefasst: den natürlich-empirischen – Gegebenheiten auseinandersetzen, um ein möglichst sorgenfreies Leben verwirklichen zu können. Nietzsche nennt hierbei etwa Klima, Essen, Diät, Kleidung, Spaziergänge und Atmosphären, die lebensfeindlich oder -förderlich sein können.

Insbesondere sind es aber die je individuellen physischen und psychischen Schmerzen im und am Leben, die die Fragen nach einem gelungenen Leben aufwerfen. Diese Schmerzen lassen sich nur in einer radikalen Selbstanalyse herausarbeiten, die im leiblichen Leben wurzelt. Philosophische Gedanken und Praktiken müssen dementsprechend ihre positiven Effekte im Leben haben. Nun lassen sich die Schmerzen aber nicht nur als Gründe für die Lebenskunst, sondern auch als ein ihr wesentliches Medium begreifen: Man kann und soll sein Leben mit Hilfe der Schmerzen gestalten. Insofern gilt es nicht, im Selbstmitleid zu verharren, sondern das eigene Leid als Bedingung der Möglichkeit der Weiterentwicklung zu begreifen. Die Lebenskunst besteht hierbei darin, dem gegenwärtigen Leiden durch die erinnernde Verklärung überstandener Krisen zu begegnen, um dadurch das in Zukunft zu lebende Leben zu beflügeln. Besonders hilfreich erscheint dabei ein Habitus, der Strategien des Humors, der Ironie und des Leichtnehmens mit Strategien der Umkehrung (von Wertungen) und der Selbstüberwindung – nicht im Sinne einer stoischen Erstarrung, sondern im Sinne einer seelischen Erregbarkeit – kombinieren kann.

Als „Arzt der Kultur“ sucht Nietzsche zu erkennen, was für den einzelnen Menschen und die Kultur im Gesamten förderlich oder schädlich ist (N 1873,30[8]). Dabei schwebt ihm das Ziel einer *höheren Gesundheit* vor. Dieses Ideal bezieht sich jeweils auf einen *individuellen* Sachverhalt. Alle Versuche, sie mit objektiven Kriterien zu erfassen, seien gescheitert: „Es kommt auf dein Ziel, deinen Horizont, deine Irrtümer und namentlich auch deine Ideale und Phantasmen deiner Seele an, um zu bestimmen, was selbst für deinen *Leib* Gesundheit zu bedeuten habe“ (FW 120, KSA 3, 477). Folglich muss sich jeder Einzelne seine eigene Gesundheit selbst erobern. Was wiederum bedeutet, dass

auch die Lebenskunst einen radikalen individualistischen Kern bekommt – der sie wiederum gegenüber Formen allgemeiner und demokratischer Lebenskunst kritisch sensibilisiert.

Mit seiner Gesundheitslehre knüpft Nietzsche an jene Jahrtausende alte Tradition der Diätetik an, welche sechs Punkte eines kultivierten Umgangs mit dem eigenen Leib behandelt hat: den Umgang mit Licht und Luft, die Frage der Ernährung, den Rhythmus von Bewegung und Ruhe, den Wechsel von Wachen und Schlaf, die Frage der Verdauung und die Regelung des Affekthaushalts. Auf all diesen Gebieten sind Einsichten einer klugen Lebensführung gewonnen worden, die er aufgegriffen und weiterentwickelt hat. Wenn er empfiehlt, sich viel Sonne zu gönnen, große Sorgfalt auf Ernährung und Aufnehmen sowie auf Verdauung und Ausscheiden (auch im geistigen Sinne) zu verwenden, vor großen und kreativen Aktivitäten die „Windstille“ der Seele“ einkehren und wirken zu lassen (FW 42, KSA 3, 409), den Schlaf zur rechten Zeit einzuschieben usw. – so finden sich hier wertvolle Hinweise, was Muße in der Lebenspraxis bedeuten kann. Dabei wird betont, dass man nur in kleinen Schritten, jeweils vom Nächsten ausgehend, gesünder werden kann. Man gebe das Mittel in kleinen Dosen, aber unablässig auf weite Strecken hin, bis sich allmählich gute Gewohnheiten herausgebildet haben. Und diese können durchaus sehr weitgehend sein (vgl. Gödde & Zirfas, 2019).

---

## Philosophie als Therapeutikum

Philosophie kann insofern wie eine Selbstmedikation wirken. Der „innere Weise“ oder der „innere Therapeut“, den jeder Mensch in sich trägt, tritt oft als guter Gedanke, als wohltuende Vorstellung oder tröstende Kognition auf und im Falle von Philosophen, die an psychischen, körperlichen und/oder existenziellen Problemen leiden, oft in Form von Philosophie. Die Philosophie eines Denkers kann somit *auch* als autotherapeutische Medikation fungieren. Im Falle Nietzsches übernimmt die Figur des Zarathustra diese autotherapeutische Funktion. Zarathustra, Nietzsches therapeutisches Alter Ego, der erwachte Archetypus des inneren Heilers, verkündet die „grosse Gesundheit“, die immer dann da ist – selbst angesichts von Kummer, Krankheit und Leid –, wenn man „Ja“ zum Leben sagt und in letzter Konsequenz dann auch sagen kann, dass das Leben, das man lebt, wiederkehren soll. Diese Überlegungen haben Nietzsche trotz vieler Beschwerden, Störungen und Krankheiten nach seinen eigenen Maßstäben gesund gehalten. Gesundheit ist damit in Nietzsches subjektiver Krankheits- und Gesundheitstheorie zu einer Kategorie des Geistes, zu einer noetischen Bestimmung aufgestiegen. Philosophische Überlegungen, Lebensphilosophien und Weltanschauungen können diese Gesundheit fördern oder hemmen. Philosophie wird damit zum Therapeutikum.

Deshalb gilt auch: „Seines Todes ist man gewiß, /warum wollte man nicht heiter sein?“ (N 1888, KSA 13, 551). Auch hier schlägt die Bejahung des Lebens durch, die auch eine Bejahung des Todes, der Schmerzen und Krankheiten einschließt. Und diese Bejahung kann so weit gehen, dass sie selbst noch

die eigene Vernichtung umfasst: „Wie in ein Auge, schaue ich in dich, Leben! Gold blitzt aus seinem Auge: ein goldener Kahn schwimmt darin auf dunklen Gewässern. Seht mir doch: es hebt und senkt sich der Tanz dieses Goldes! [...] Das Leben als Versuch: das Glück im *Errathen* oder *Versuchen* (Scepsis). Der Tod und die Lust, sich selber als Hemniß des Lebens weichen zu sehn“ (N 1883, KSA 10, 434, 528).

Während Nietzsche gegenüber dem körperlichen Leiden eine kritisch-konstruktive Perspektive einnimmt, favorisiert er gegenüber dem seelischen Leiden eine kritisch-destruktive Haltung. Insofern kommt die Haltung eines bitteren Humoristen bzw. eines spöttisch Leichtsinnigen den Zielen einer Lebenskunst entgegen, die einerseits auf Zertrümmerung von Gewissheiten und Aufklärung von vor allem moralischen Idealen und andererseits auf Befreiung und Erleichterung von zwanghaften christlichen Denk- und Lebensformen setzt. Lebenskunst erscheint so als kritische Therapie am Leiden des Lebens, die neben der bürgerlichen und christlichen Moral mit Schuld, schlechtem Gewissen und Mitleid auch noch den Nihilismus einhegen und die utilitaristische Idee des Glücks überwinden möchte, um eine Lebenskunst zu verwirklichen, die sich dem Individuum und dessen Instinkt, Geschmack und Stil verdankt. Kurz: Es geht Nietzsche um das „gute Gewissen“ des Egoismus (N 1883, KSA 10, 503). Auch die Instinkte – und das ist vielleicht das Bemerkenswerteste – müssen mithin in einer Selbstbesinnung und Selbstkonfrontation noch erlernt werden (vgl. N 1888, KSA 13, 326). Es geht Nietzsche vor allem um eine *Vitalisierung* des Lebens, die er mit Aneignung, Überwindung, Beherrschung, Unterdrückung, Kampf, Wachstum, Ungerechtheit, Produktivität, Perspektivismus und Kraft in Verbindung bringt. „Ziel: Höherbildung des ganzen *Leibes* und nicht nur des Gehirns!“ (N 1883, KSA 10, 506). Vor allem die kritische Umkehrung des bislang moralisch und religiös Wertvollen und die Aufwertung des (körperlich) Wertlosen erscheinen sinnvoll, um einen Transformationsprozess der „Genesung“ am Leben in die Wege zu leiten.

---

## Realisierung einer individuellen Lebensform

Nietzsches Lebenskunst kann in diesem Sinne auch als ein Versuch gelesen werden, in seinem fragmentarischen und prekären Leben einer individuellen Form näher zu kommen, die sich, wie eine ständig sich verändernde Komposition, aus einem richtigen Spannungsverhältnis von Selbsterkenntnis und Selbstveränderung, von Leichtsinnigkeit und Gleichmäßigkeit ergibt. Ein gelungenes Leben ist das Resultat eines nur tendenziell intendierbaren und realisierbaren Gleichgewichts von Freiheiten der Absichten und Zufälle. Wem es also gelingt, die Harmonien und Disharmonien des Lebens in einem Prozess zwischen Leben und Tod unbedingt anerkennen zu können, der lebt ein gutes Leben, da er eine Vielzahl seiner Instinkte harmonisch entfalten kann. Das Gelingen des eigenen Lebens als Kultivierung und Zivilisierung seiner selbst steht allerdings unter Vorbehalt: Man kann zwar wollen, seine Instinkte zu entwickeln und seine eigenen Werte

zu leben, doch ob diese Möglichkeiten zu Wahrscheinlichkeiten oder Realitäten werden, bleibt der eigenen Intention sowie ihrer Praxis in einem gewissen Umfang prinzipiell entzogen.

Vielleicht bringt die folgende anthropologische Zusammenfassung die Intention der Lebenskunst von Nietzsche *in nuce* zusammen: „Künstler (Schaffender), Heiliger (Liebender) und Philosoph (Erkennender) in *Einer Person* zu werden: — *mein praktisches Ziel!*“ (N 1883, KSA 10, 501). Als anthropologische Zusammenfassung kann dieses Zitat deshalb gelten, weil hier – von Platon bis hin zu Freud – eine Dreieinigkeit des Menschen zum Ausdruck gebracht wird, die den ganzen Menschen ausmachen soll: Diese betrifft die Hand (das Mutartige bei Platon, das Ich bei Freud), die Gefühle (die Leidenschaft oder das Es) und den Kopf (die Vernunft oder das Über-Ich). Man kann nun Nietzsches Lebenskunst vor diesem Hintergrund als den Versuch verstehen, Hand, Herz und Kopf in das durchaus dynamische und steigernde Gleichgewicht einer individuellen Lebenskunst zu bringen. Und man kann die Werke Nietzsches vor dieser Zusammenfassung als einen Prozess lesen, in dem erst der Künstler, dann der Erkennende und schließlich der Heilige (Zarathustra) zur Sprache kommen.

---

## Wandlungen in Nietzsches Lebenskunstkonzepten

Die Thematisierung der Lebenskunst in den frühen Schriften Nietzsches, insbesondere in der *Geburt der Tragödie* und in den vier *Unzeitgemäßen Betrachtungen*, konzentriert sich einerseits auf den Konnex von Leben, Lehre, Kunst und Ästhetik, zum anderen auf die Dialektik der künstlerischen Mächte des Apollinischen und Dionysischen und sie enthält drittens Hinweise auf eine Philosophie der Ästhetik, die mit einer Zuschauerkunst und mit der Mythologie in Verbindung steht. Der Lebenskünstler ist hier ein Grenzgänger, der moralische, soziale, ästhetische etc. Grenzen überschreitet und daran seine Zustimmung zum Leben findet. Daher lässt sich auch das Tragische als bejahendes, erhebendes Erleben deuten, bietet es doch dem Menschen Möglichkeiten der Selbstüberschreitung. Festhalten sollte man hierbei, dass Nietzsche nicht auf eine Position reduziert werden kann, die die tragisch-existenzielle Unausweichlichkeit des Leidens verherrlicht und das *amor fati* als Apologie des Bestehenden feiert. Wer aber in kritische Distanz zu den gegebenen Lebensformen gehen will, der braucht nicht nur die Weisheit, Problematisches und Bejahendes sowie Mögliches und Unmögliches zu unterscheiden, sondern auch eine utopisch-transzendierende Weisheit, die die Wunsch- und Veränderbarkeiten zu benennen in der Lage ist. In Nietzsches Perspektive der Lebenskunst wird unverkennbar eine positive Einstellung zur Welt und zu den natürlichen Antrieben des Lebens deutlich. Diese positive Einstellung wird von den künstlerischen Perspektiven aufgegriffen und auf eine Selbstbestimmung fokussiert, die den Traum als Modell für das eigene Leben nimmt. Nietzsche vertraut damit auf die im Unbewussten verschütteten, schöpferischen Potenziale in jedem Menschen, die als Orientierungslinien einer Arbeit am Selbst mit den Zielen Selbsterkenntnis, Selbstwerdung und

Selbstüberwindung gelten können. Eine träumerische Lebenskunst bewahrt die Vieldeutigkeit der menschlichen Existenz ebenso wie die Fiktionalität (und damit auch Veränderlichkeit) eines jeden Lebensentwurfs.

Die mittlere Schaffensperiode Nietzsches, angefangen mit *Menschliches Allzumenschliches* über *Morgenröthe* bis zur *Fröhlichen Wissenschaft*, birgt für die Lebenskunstphilosophie die genealogischen Motive der Demaskierung und Entlarvung, die einhergehen mit einer Distanzierung zu sich selbst und zu den Mitmenschen, sowie die performativen Motive der individuellen Selbstwerdung und der innovativen Selbstgestaltung, die die Existenz des freien Geistes oder auch die „gute“ Nachbarschaft zu den „nächsten Dingen“ (WS 16, KSA 2, 551) realisieren sollen. Der Lebenskünstler als freier Geist ist ein Außenseiter, der seine Außerordentlichkeit in einer Art Erhabenheit genießt, mit Perspektiven und Stilisierungen experimentiert und neue Wahrnehmungs-, Denk- und Lebensformen entwickelt. Dazu gehören auch neue Bekanntschaften mit den nächsten Dingen, wozu Nietzsche etwa Körper, Ernährung, Wohnen und Klima rechnet. Hierbei erscheint der Lebenskünstler viel weniger als Freigeist, sondern eher als Experte für die Banalitäten des Alltags. Nietzsche freilich erweist sich auch hier als Umwerter der Werte, indem er im Banalen das Basale ausmacht, dessen Missachtung ein Kardinalfehler auf dem Weg zum guten Leben ist.

Die Philosophie der Lebenskunst im Spätwerk Nietzsches, von denen den beiden Werken *Also sprach Zarathustra* und *Ecce homo* besondere Aufmerksamkeit gewidmet wird, radikalisiert seine Positionen im Hinblick auf die Positivität und die Negativität des Lebens noch einmal. So propagiert etwa die Figur des Zarathustra ein totales Jasagen, eine Einladung zum Tanz und zur Leichtigkeit – auch wenn er sich damit immer wieder, missverstanden und einsam, dem Spott der Zeitgenossen ausgesetzt sieht. Gleichzeitig betont er, dass sein Programm der Lebenskunst leer in dem Sinne ist, dass kein Lehrer nachgeahmt werden darf, wenn man sein eigenes Leben schaffen will. Die Lebenskunst Zarathustras will nicht nur den Augenblick oder den Tod, sondern das gesamte Leben bejahen, möchte es noch einmal, Augenblick für Augenblick genau so leben. Dabei ist die Suche nach einer richtigen Lebensführung für Nietzsche der Idee einer Philosophie als Kultur- bzw. Moralkritik untergeordnet, deren Hauptfrage eine philosophische Frage ist: Die Frage nach dem Sinn des Lebens, wobei unter dem Titel „Leben“ physiologische, psychologische bzw. geistige Prozesse der individuellen sowie der kulturellen und gesellschaftlichen Lebensgestaltungen der Menschen angesprochen werden. Um sich diesen Sinn des Lebens geben und sein Leben zu einem stimmigen Ganzen stilisieren zu können, braucht es angemessene Formen der Selbstbeherrschung, eine genealogische Selbsterforschung und perspektivistische Selbstinfragestellung sowie eine experimentelle Selbstgestaltung. Diese radikalen Askesetechniken sind nur für wenige Menschen praktikierbar; diese realisieren in einem „Pathos der Distanz“, d. h. in Differenz zur großen Masse, ihre Ästhetik der Verklärung des Lebens.

In Nietzsches Notaten findet sich ein Fragekatalog, der übertitelt ist mit: „*Die typischen Selbstgestaltungen. Oder: Die acht Hauptfragen*“ (N 1888, KSA 13, 474). Diese Fragen lassen sich auch für eine aktuelle Lebenskunst fruchtbar