

# Was ist für wen gut? Eine Analyse des Guten ausgehend von Platons Gorgias.

Daniel Schellhorn

6. Dezember 2023

## 1 Darstellung des Problems

### 1.1 Einleitung

Sokrates' Behauptung im Dialog „Gorgias“, dass es schlimmer sei, Unrecht zu tun als Unrecht zu erleiden<sup>1</sup>, wirkt in der Tat kontraintuitiv, insbesondere in einer Gesellschaft, die oft denjenigen, der leidet, ins Zentrum stellt. Diese Sichtweise scheint das Opfer zu idealisieren und den Täter zu vernachlässigen, indem sie die physischen und psychischen Konsequenzen des Leidens hervorhebt. Doch Sokrates dreht den Spieß um und legt den Fokus auf die moralische Integrität des Täters.

Sokrates argumentiert, dass die Schändlichkeit des Unrecht-Tuns nicht in seinen äußeren Manifestationen wie Schande oder Schmerz liegt, sondern in der Verfärbung der Seele selbst. Die Seele, verstanden als der Sitz des moralischen und rationalen Lebens, wird durch Ungerechtigkeit verdorben und verliert ihre Harmonie und Gesundheit. Für Sokrates ist das höchste Gut, was Platon als das „Gute an sich“ bezeichnet, nicht materieller Gewinn oder sinnliches Vergnügen, sondern die Gerechtigkeit, Weisheit, Tapferkeit und Mäßigung – die vier Kardinaltugenden Platons.

Diese Tugenden sind Selbstzwecke; sie sind wertvoll an sich und nicht wegen irgendeines Nutzens oder Vergnügens, die sie möglicherweise bringen könnten. Daher ist das moralisch Gute intrinsisch und nicht extrinsisch wertvoll. Sokrates würde behaupten, dass eine Person, die Unrecht tut, die Tugend und damit das Gute an sich beschädigt. Dies führt zu einer Störung der Ordnung der Seele, was schlimmer ist als jede physische oder emotionale Wunde, die man erleiden könnte.

---

<sup>1</sup>Plato. *Gorgias*. Übers. von W.R.M. Lamb. Bd. 3. Cambridge, MA; London: Harvard University Press; William Heinemann Ltd, 1967, 475 e.

Darüber hinaus hebt die von Sokrates aufgestellte Analogie zwischen Lust und dem Guten die Wichtigkeit der Absicht hinter unseren Handlungen hervor. Lust, die aus ungerechten Handlungen entsteht, ist, wie Sokrates argumentiert, ein falsches Gut; sie ist flüchtig und oft begleitet von einem späteren Leid. Im Gegensatz dazu ist die Freude, die aus gerechten Handlungen entsteht, nachhaltig und trägt zur Harmonie der Seele bei. Hierbei ist das Gute, das mit der Tugend verbunden ist, nicht nur nützlich, sondern schön, weil es die Seele zur Wahrheit, zur Ordnung und zur Ausgeglichenheit führt.

Die Idee, dass die Gerechtigkeit an sich genossen werden sollte, reflektiert die tiefere platonische Philosophie, dass das Gute in der Welt der Ideen existiert, unabhängig von unserer physischen Realität. Tugendhaftes Handeln führt uns näher an diese Ideale heran und ermöglicht es der Seele, in ihrer wahren Natur zu leben. Dies ist das wahre Glück oder Eudaimonia in der griechischen Philosophie – nicht ein durch Vergnügen bedingter Zustand, sondern das Ergebnis einer wohlgeordneten und tugendhaften Seele. Diese Art von Seele soll also im Endeffekt die bessere Seele sein.

## 1.2 Begründung

Aber warum soll denn nun diese tugendhafte Seele, die bessere sein? D.h. sie ist vielleicht für die Gesamtheit des Kosmos die bessere, aber wenn sie leidet, wäre es dann für sie selbst nicht einfach persönlich besser mehr Lust und weniger Leid zu empfinden? Warum soll denn das kollektive und universelle Gute dasselbe sein, was für diese individuelle Seele Gut ist?

Die Frage, warum eine tugendhafte Seele besser sein soll, berührt den Kern der platonischen Ethik und Metaphysik. Platons Antwort, durch Sokrates im Dialog „Gorgias“ und anderen Werken artikuliert, stützt sich auf die Annahme, dass es eine objektive Ordnung des Guten gibt, die über die subjektiven Wünsche des Einzelnen hinausgeht.

Die platonische Sicht sieht die Seele als das wahre Selbst, das durch die Praxis der Tugend zu ihrer höchsten Form gelangt. Tugend in diesem Sinne ist nicht nur ein moralischer Zustand, sondern eine Art und Weise des Seins, die mit der Idee des Guten im Einklang steht. Platons Idee des Guten geht über das Materielle hinaus und umfasst das Wahre und das Schöne. Es ist die höchste Idee, die Quelle der Erkenntnis und der Realität selbst.

Die tugendhafte Seele ist also besser, weil sie in Harmonie mit dieser universellen Ordnung lebt. Dies führt zu mehreren Schlüsselpunkten:

1. **Objektive Wahrheit über subjektives Empfinden:** Platon argumentiert, dass was wir als individuelles Vergnügen oder Leid empfinden, oft trügerisch ist. Wahre Zufriedenheit und dauerhaftes Glück sind nur

zu erreichen, wenn wir in Übereinstimmung mit der objektiven Wahrheit leben. Dies bedeutet, dass die kurzfristigen Freuden, die aus ungeordneten Handlungen resultieren, uns von der Wahrheit entfernen und daher letztendlich zu einem weniger erfüllten Leben führen.

2. **Die Gesundheit der Seele:** Wie ein Arzt, der das körperliche Wohl über das momentane Vergnügen des Patienten stellt, betont Sokrates die Bedeutung der Gesundheit der Seele über die flüchtigen Vergnügungen des Körpers. Eine tugendhafte Seele ist eine gesunde Seele, und eine gesunde Seele ist für das individuelle Wohlbefinden unerlässlich.
3. **Eudaimonia – Das wahre Glück:** Im Gegensatz zu einer flüchtigen Lust (Hedone), stellt Eudaimonia ein tiefes und beständiges Wohlbefinden dar, das aus einem tugendhaften Leben entsteht. Dieses Konzept von Glück ist umfassender als das, was Lust allein bieten kann. Es ist das Glück, das aus einem Leben der Tugend und der Erfüllung kommt, was wiederum die harmonische Ordnung des Kosmos widerspiegelt.
4. **Das Gute als kollektives Ziel:** Sokrates und Platon würden argumentieren, dass das, was für das Individuum gut ist, letztlich auch für die Gemeinschaft gut ist. Ein gerechtes Individuum trägt zum Wohl der Gemeinschaft bei, da Gerechtigkeit zu harmonischen Beziehungen und zum Wohl der Stadt oder Polis führt. Dies spiegelt sich in Platons späterem Werk "Die Republik" wider, wo die Gerechtigkeit innerhalb der Stadt mit der Gerechtigkeit in der individuellen Seele parallelisiert wird.

Für Platon ist also das individuelle Gute nicht von der universellen Ordnung getrennt, sondern ein Teil davon. Die individuelle Seele, die sich nach Tugend strebt, erfüllt ihre Rolle im Kosmos und erreicht dadurch ihr höchstes Gut. Es ist ein anspruchsvolles Ideal, das nicht nur verlangt, das Richtige zu tun, sondern auch aus den richtigen Gründen – nicht aus Angst vor Strafe oder dem Wunsch nach Belohnung, sondern weil es in Übereinstimmung mit der Wahrheit und dem Guten ist.

### 1.3 Kritik

Doch noch immer ist im Endeffekt kein schlagendes Argument dafür gegeben, dass das Gute an sich, das Gute für die individuelle Seele ist. Es ist nur argumentiert worden, dass das Gute an sich, das Gute für die Gesamtheit des Kosmos ist. Aber warum soll das Gute an sich, das Gute für die Gesamtheit des Kosmos, das Gute für die individuelle Seele sein? Ist es wirklich

ein tieferes Glück für die individuelle Seele, wenn sie sich nach dem Guten an sich richtet, als wenn sie sich nach dem Guten für sich selbst richtet? Ist es nicht einfach ein tieferes Glück für die Gesamtheit des Kosmos, wenn die individuelle Seele sich nach dem Guten an sich richtet, als wenn sie sich nach dem Guten für sich selbst richtet? Wieso ist denn die Eudaimonia der individuellen Seele, wirklich das tiefere Glück? Die Seele ist doch glücklich, wenn all ihre Bedürfnisse befriedigt sind im Sinne der Maslowschen Pyramide. Und ist die tugendhafte Seele wirklich gesünder? Diese Seele erscheint gesund, wenn all ihre Schmerzen getilgt sind, ganz in der Tradition des pathologisierenden Ansatz der westlichen Medizin und ihrer Definition der Gesundheit als genau dies, als der Abwesenheit von Schmerz und Dysfunktion.

Die Frage, ob das Gute an sich auch das Gute für das Individuum ist, kann als eines der fundamentalen Probleme der ethischen Philosophie betrachtet werden.<sup>2</sup>

Platon würde argumentieren, dass das Gute an sich, also das, was für die Gesamtheit des Kosmos gut ist, gleichzeitig das Beste für die individuelle Seele ist, weil die individuelle Seele Teil des Kosmos ist. Die Harmonie, die die Seele durch die Ausrichtung am Guten erlangt, ist nicht nur für das größere Ganze von Vorteil, sondern auch für das Individuum selbst. Dies ist, weil Platon und Sokrates die Seele nicht als isolierte Entität betrachten, sondern als ein Wesen, das untrennbar mit der Welt um sie herum verbunden ist.

Aber warum ist die Seele nicht eine isolierte Entität? Und selbst wenn sie keine isolierte Identität ist, kann nicht trotzdem etwas besser für einen Teil des Kosmos (nämlich eine einzelne Seele) sein? Denn der Magen ist ja auch untrennbar mit dem gesamten Körper verbunden und trotzdem könnte es zumindest dem ersten Anschein nach Stoffe geben, die gut für den Magen, aber nicht für das Herz sind.

Die Frage nach der Natur der Seele und ihrer Verbindung zum Kosmos ist tief in Platons Ideenlehre verankert. Platon geht davon aus, dass die Seele präexistent und unsterblich ist und dass sie, bevor sie in einen menschlichen Körper eintritt, die Formen oder Ideen schaut – die ewigen und unveränderlichen Realitäten, die allem Sein zugrunde liegen. Diese Schau prägt die Seele und verbindet sie mit dem Kosmos, da die Formen universelle Prinzipien sind, die alles durchdringen.

In der platonischen Philosophie ist die Seele deshalb nicht isoliert, weil sie an der Welt der Ideen teilhat und durch ihre Vernunftfähigkeit in der Lage ist, das Gute zu erkennen und nach ihm zu streben. Die Seele strebt von Natur aus nach der Wahrheit und Ordnung, die in den Formen verkörpert sind, und durch ihre Ausrichtung an diesen erlangt sie Harmonie und wahres

---

<sup>2</sup>Abraham H. Maslow. *Motivation and Personality*. 3. Aufl. Harper & Row, 1987.

Glück.

Was die Analogie zwischen Seele und Körper betrifft, so stimmt es, dass es Stoffe geben kann, die gut für einen Teil des Körpers, aber schädlich für einen anderen sind. Jedoch würde Platon argumentieren, dass das, was wirklich gut für die Seele ist, in keinem Konflikt mit dem steht, was für andere Seelen oder für den Kosmos als Ganzes gut ist. Das liegt daran, dass das Gute, wie Platon es sieht, universell und unteilbar ist – es kann nicht gut für einen Teil sein und gleichzeitig schlecht für einen anderen.

In der Welt des Körpers, wo alles veränderlich und vergänglich ist, gibt es solche Konflikte, aber in der Welt der Formen, wo die Seele ihre wahre Heimat hat, existiert echtes Gutsein in vollkommener Harmonie. So wie die Gesundheit des Körpers ein Gleichgewicht aller seiner Teile erfordert, so erfordert die Gesundheit der Seele ein Gleichgewicht in ihrer Ausrichtung an den ewigen und unveränderlichen Formen.

Für Platon ist daher das Gute für die Seele nicht eine Frage der subjektiven Präferenz oder des relativen Nutzens, sondern eine objektive Realität, die durch Vernunft und philosophische Untersuchung erkannt werden kann. In diesem Sinne ist es möglich, dass das, was gut für die individuelle Seele ist, auch notwendigerweise gut für den Kosmos ist, weil die Seele, wenn sie nach den ewigen Formen lebt, an der Ordnung und Harmonie des gesamten Universums teilhat.

Das Glück der Seele, die Eudaimonia, ist somit nicht nur ein Zustand der Befriedigung individueller Bedürfnisse, sondern ein Zustand der Ausrichtung mit dem Guten.

Die Eudaimonia ist in der platonischen Philosophie nicht mit einem einfachen Gefühl der Zufriedenheit gleichzusetzen, sondern mit einer umfassenden Erfüllung, die durch das Leben gemäß der Tugend entsteht. Tugend in diesem Sinne ist das Streben nach Wissen, Gerechtigkeit, Tapferkeit und Mäßigung, welche als die höchsten Ziele des Lebens betrachtet werden. Diese Ziele zu erreichen, bedeutet, dass die Seele ihre höchste Bestimmung erfüllt.

Platon würde auch darauf hinweisen, dass die Befriedigung der Bedürfnisse nach der Maslowschen Pyramide – physiologische Bedürfnisse, Sicherheit, soziale Zugehörigkeit, Anerkennung und Selbstverwirklichung – zwar notwendig ist, aber nicht ausreichend für das wahre Glück. Für Platon ist wahres Glück mehr als die Summe von Befriedigungen; es ist ein Zustand der Seele, der erreicht wird, wenn sie in Übereinstimmung mit den ewigen und unveränderlichen Formen der Tugend lebt.

Zum Thema Gesundheit: Die platonische Sichtweise würde den westlichen pathologisierenden Ansatz nicht unbedingt ablehnen, würde aber betonen, dass Gesundheit mehr ist als die Abwesenheit von Schmerz und Dysfunktion. Für Platon ist die Gesundheit der Seele ein Zustand der inneren Harmonie

und Ordnung, der durch die Tugend erreicht wird. Eine Seele, die von Begierden und Lastern beherrscht wird, ist in Unordnung und leidet, selbst wenn sie keine physischen Schmerzen empfindet. Eine tugendhafte Seele hingegen ist frei von inneren Konflikten und Disharmonie, was zu einem tiefen und beständigen Gefühl des Friedens und der Zufriedenheit führt.

In der modernen Welt könnten viele diese platonische Sichtweise als idealistisch oder sogar unrealistisch betrachten. Doch sie fordert uns heraus, über unsere unmittelbaren Bedürfnisse und Wünsche hinauszublicken und das größere Bild unseres Lebens und unseres Platzes im Kosmos zu betrachten. Sie lädt uns ein, die Möglichkeit in Betracht zu ziehen, dass das wahre Glück und die wahre Erfüllung in der Ausrichtung unseres Lebens an höheren Prinzipien liegen könnten, die das Selbst transzendieren. Nun fällt hierbei auf, da schon von Maslow die Rede war, dass Maslow in seinen späteren Werken auch den Begriff der Selbst-Transzendenz benutzte, um seine Pyramide um eine Stufe zu erweitern.

## 2 Maslow in der humanistischen Psychologie

### 2.1 Parallelen

Abraham Maslows Konzept der Selbst-Transzendenz als Erweiterung seiner ursprünglichen Hierarchie der Bedürfnisse bietet tatsächlich eine interessante Parallele zu Platons Idee der Ausrichtung des Lebens an höheren Prinzipien. Beide Konzepte beschäftigen sich mit der Idee, dass das letzte Ziel des menschlichen Strebens über die individuelle Selbstverwirklichung hinausgeht.

In seiner späteren Arbeit fügte Maslow an der Spitze seiner Bedürfnispyramide die Selbst-Transzendenz hinzu. Dieses Bedürfnis steht für das Streben, die eigenen Grenzen zu überschreiten und einen Beitrag zum Wohl der Allgemeinheit zu leisten. Es beinhaltet ein Bedürfnis nach Einheit und Verbundenheit mit dem größeren Ganzen, das über das eigene Selbst hinausgeht.

Platons Konzept der Ausrichtung an den Formen, besonders an der Idee des Guten, betont auch die Notwendigkeit, über das individuelle Selbst hinauszugehen. Er sieht das höchste Gut in der Teilhabe an einer universellen Ordnung, die durch Tugend und Weisheit erreicht wird. In diesem Zustand erlangt die Seele ihre wahre Natur und lebt in Harmonie mit dem Kosmos.

Hier sind die wesentlichen Parallelen:

1. **Über das Individuelle hinaus:** Sowohl Maslow als auch Platon erkennen, dass wahre Erfüllung etwas beinhaltet, das über die individuelle Erfahrung hinausgeht – sei es durch Beitrag zur Gesellschaft oder durch Teilhabe an einer transzendenten Ordnung. Für Maslow bedeutet das,

über das Selbst hinauszugehen und für das Wohl anderer zu handeln. Für Platon bedeutet es, das materielle Selbst zu transzendieren und nach einem Leben der Tugend und Weisheit zu streben.

2. **Einheit und Verbundenheit:** Beide Philosophien betonen das Bedürfnis nach Einheit und Verbundenheit. Für Maslow ist es die Verbundenheit mit anderen Menschen und die Sorge um das größere Wohl; für Platon ist es die Verbundenheit mit den ewigen Wahrheiten des Kosmos.
3. **Erkenntnis und Weisheit:** Sowohl Platon als auch Maslow sehen Erkenntnis und Weisheit als Schlüssel zur Erreichung des höchsten Ziels. Maslow spricht von "Peak Experiences", die zu einem tieferen Verständnis des Lebens führen. Platon sieht die Erkenntnis der Formen und insbesondere der Idee des Guten als Weg zur wahren Erfüllung der Seele.

Diese Parallelen zeigen, dass trotz der zeitlichen und kulturellen Unterschiede das menschliche Streben nach einem Leben, das über die bloße Befriedigung persönlicher Bedürfnisse hinausgeht, ein beständiges Thema in der philosophischen Betrachtung des guten Lebens ist. Sowohl Platon als auch Maslow bieten Wege an, wie das Leben im Dienste höherer Prinzipien und im Streben nach einem größeren Ganzen zu tieferer Zufriedenheit und Erfüllung führen kann.

## 2.2 Unterschiede

Bei Maslow ist die Pyramide jedoch per definitionem eine Hierarchie, und das bedeutet, dass vorerst alle anderen Bedürfnisse die Priorität der Befriedigung behalten sollten bis sie befriedigt sind, bevor die Seele sich um ihre Selbst-Transzendenz kümmert.

Maslows Hierarchie der Bedürfnisse ist so aufgebaut, dass die grundlegenden Bedürfnisse – wie physiologische Bedürfnisse und Sicherheit – erfüllt sein müssen, bevor höhere Bedürfnisse – wie soziale Zugehörigkeit, Anerkennung und letztlich Selbstverwirklichung und Selbst-Transzendenz – in den Vordergrund treten. Nach Maslows Auffassung sind diese Bedürfnisse in einer aufsteigenden Reihenfolge angeordnet, wobei die Befriedigung der unteren Ebenen die Voraussetzung für die Verfolgung der Bedürfnisse der höheren Ebenen ist.

Im Gegensatz dazu sieht Platon das Gute nicht als das letzte in einer Reihe von Schritten oder als den Höhepunkt einer Hierarchie von Bedürfnissen. Vielmehr ist es das ständige Ziel aller Bemühungen, gleichzeitig der

Ursprung und das Ziel des Seins. Die Idee des Guten in Platons Philosophie ist omnipräsent und allumfassend; sie ist sowohl der Ausgangspunkt als auch der Endpunkt der Seelen Bestrebungen.

In der platonischen Tradition ist das Gute somit nicht nur ein weiteres Bedürfnis, das erfüllt werden muss, sondern ein Zustand oder eine Qualität des Seins, nach der man ständig streben sollte. Es ist das Prinzip, das die Seele anleitet und formt, unabhängig davon, ob niedrigere Bedürfnisse befriedigt sind. Die Teilnahme an der Idee des Guten ist eine lebenslange Reise der Seele, die auch in Zeiten materieller oder sozialer Not fortgesetzt wird.

Während Maslows Modell eine sequentielle Erfüllung der Bedürfnisse nahelegt, impliziert Platons Ansatz, dass die Ausrichtung auf das Gute eine kontinuierliche Anstrengung darstellt, die sich durch alle Aspekte des Lebens zieht. Auch wenn es Zeiten gibt, in denen die Befriedigung grundlegender Bedürfnisse die Aufmerksamkeit fordert, bleibt das Streben nach dem Guten eine konstante Unternehmung, die sich nicht nur auf Zeiten des Überflusses beschränkt.

## 2.3 Lust und Angenehmes

Doch genau deswegen, weil Maslow im Rahmen seiner Pyramide die primordiale Wichtigkeit der grundlegenden Bedürfnisse des Körpers betont, könnte man der Meinung sein, dass genau hier die Frage nach der Lust und dem Angenehmen wieder eine Rolle spielt. Denn bereit den Menschen denn nicht genau das Lust und ist angenehm, was diese primordialen Bedürfnisse befriedigt? Und wenn diese eine Stufe auf dem Weg zum Aufstieg auf die Pyramide sind, sind diese Dinge dann nicht genau gut, wenigstens für die Leute die sich über die Selbst-Transzendenz noch keine Sorgen machen?

Die Verbindung zwischen Maslows Hierarchie und der Frage der Lust und des Angenehmen ist in der Tat signifikant. Maslow erkennt an, dass die Erfüllung grundlegender körperlicher und psychologischer Bedürfnisse oft mit Gefühlen der Zufriedenheit und des Vergnügens verbunden ist. Dies steht im Einklang mit der allgemeinen menschlichen Erfahrung, dass das Befriedigen von Hunger, Durst, Sicherheit und anderen primären Bedürfnissen angenehm ist und Lust bereitet.

In diesem Sinne können die unteren Ebenen von Maslows Pyramide tatsächlich als eine Bestätigung für die Bedeutung von Lust und angenehmen Erfahrungen im menschlichen Leben angesehen werden. Diese Ebenen unterstreichen, dass das Erreichen eines Zustands des Wohlbefindens oft das Ergebnis der Befriedigung grundlegender Bedürfnisse ist.

Für die Menschen, die sich in ihrem Leben hauptsächlich auf die Erfüllung dieser grundlegenden Bedürfnisse konzentrieren, sei es aus Notwendig-



keit oder Wahl, können diese Bedürfnisse und ihre Befriedigung tatsächlich als das Gute betrachtet werden. In dieser Hinsicht liefert Maslows Hierarchie eine praktische und zugängliche Methode zur Beurteilung des menschlichen Wohlbefindens, die in der modernen psychologischen Praxis weit verbreitet ist.

Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass Maslow auch argumentiert, dass, sobald diese grundlegenden Bedürfnisse befriedigt sind, die Motivation einer Person nicht länger von ihnen angetrieben wird. Stattdessen beginnt die Person, höhere Bedürfnisse zu erkunden und zu befriedigen, die über die reine Lust und Befriedigung hinausgehen. Dies ist der Punkt, an dem die Idee der Selbst-Transzendenz ins Spiel kommt. Selbst-Transzendenz impliziert ein Bedürfnis, sich über das eigene Selbst hinaus zu erweitern und zu einem Teil von etwas Größerem zu werden. Es geht nicht mehr nur um die Lust oder das Vergnügen des Individuums, sondern um das Wohlbefinden der Gemeinschaft und die Verwirklichung eines größeren Zwecks.

Maslows Modell stimmt daher mit der platonischen Idee überein, dass das wahre Gute – oder das, was für die Seele wirklich zuträglich ist – nicht in der Befriedigung temporärer Begierden liegt, sondern in der Verfolgung von etwas, das sowohl das Individuum als auch das Kollektiv übersteigt. Während Maslow einen mehrstufigen Weg zur Selbst-Transzendenz skizziert, betont Platon die ständige Ausrichtung der Seele auf das Gute als den Weg zu wahrer Erfüllung und Glück.

Diese unterschiedlichen Sichtweisen reflektieren die vielfältigen Wege, auf denen verschiedene philosophische Traditionen das Streben nach einem bedeutungsvollen und erfüllten Leben<sup>3</sup> verstehen. Maslows Hierarchie bietet einen praktischen Rahmen für das Verständnis der Entwicklung menschlicher Motivationen, während Platons Idealismus eine konstante moralische und metaphysische Ausrichtung betont.

## 3 Östliche Philosophien

### 3.1 Überführung

Die Vielfältigkeit der Wege endet hiermit aber nicht. Denn die Tradition der Selbst-Transzendenz ist noch viel älter und ausgereifter in den östlichen Philosophien des Buddhismus, des Hinduismus und der yogischen Lebensweise zu finden. Inwieweit bieten diese einen praktischen Rahmen für das Verständ-

---

<sup>3</sup>Walpola Rahula. *What the Buddha Taught*. Grove Press, 1974; Gavin Flood. *An Introduction to Hinduism*. Cambridge University Press, 1996; Georg Feuerstein. *The Yoga Tradition: Its History, Literature, Philosophy and Practice*. Hohm Press, 2001.

nis der Entwicklung menschlicher Motivationen oder (oder sogar gleichzeitig) eine konstante moralische und metaphysische Ausrichtung?

### 3.2 Darstellung der Philosophien

Die östlichen Philosophien des Buddhismus, Hinduismus und der yogischen Lebensweise bieten tatsächlich reiche und nuancierte Perspektiven auf das menschliche Streben nach einem sinnvollen und erfüllten Leben. Diese Traditionen teilen einige Ähnlichkeiten mit den Ideen von Maslow und Platon, bringen aber auch ihre eigenen einzigartigen Ansichten und Praktiken ein.

**Buddhismus:** Der Buddhismus bietet einen Weg zur Befreiung vom Leiden durch das Verständnis der Vier Edlen Wahrheiten und das Befolgen des Edlen achtfachen Pfades. Diese Lehren bieten sowohl einen praktischen Rahmen für die Entwicklung menschlicher Motivationen als auch eine konstante moralische und metaphysische Ausrichtung. Der Buddhismus betont die Bedeutung von Achtsamkeit, Mitgefühl und das Loslassen von Anhaftungen als Mittel, um Erleuchtung zu erreichen – einen Zustand, der über die individuelle Selbstverwirklichung hinausgeht und zur Selbst-Transzendenz führt.

**Hinduismus:** Im Hinduismus wird das Konzept von Dharma (Pflicht, Rechtschaffenheit) als wesentlich für ein sinnvolles Leben angesehen. Hinzu kommen Moksha (Befreiung oder Erlösung), Artha (materieller Wohlstand) und Kama (Wunsch, Liebe) als Ziele des menschlichen Lebens, die als Purusharthas bekannt sind. Yoga und Meditation sind Praktiken, die darauf abzielen, die Selbstkontrolle zu stärken und letztlich die Vereinigung mit Brahman, der universellen Seele, zu erreichen. Dies bietet sowohl einen praktischen Rahmen durch verschiedene Yogapfade (wie Karma Yoga, Bhakti Yoga, Jnana Yoga) als auch eine konstante moralische und metaphysische Ausrichtung, indem es das Individuum auf einen Weg zur Erleuchtung führt.

**Yoga:** Die yogische Lebensweise, die oft mit den Philosophien des Hinduismus verbunden ist, legt den Schwerpunkt auf die Integration von Körper, Geist und Seele durch Disziplin, physische Übungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama) und Meditation. Diese Praktiken zielen darauf ab, das Selbst zu transzendieren und eine höhere Bewusstseinsebene zu erreichen. Patanjalis Yoga-Sutras definieren Yoga als das Zur-Ruhe-Bringen der Unruhe des Geistes und bieten eine detaillierte Methode zur Selbst-Transformation, die in einem praktischen und moralischen Rahmen eingebettet ist.

Diese östlichen Traditionen bieten also:

1. **Praktische Wege zur Transformation:** Durch Meditation, Yoga und ähnliche Praktiken bieten sie klare Methoden zur persönlichen Entwicklung und Transformation.

2. **Moralische Richtlinien:** Sowohl der Buddhismus als auch der Hinduismus haben ausgefeilte ethische Systeme, die nicht nur das individuelle Verhalten, sondern auch das Verhältnis zum Kosmos und zu anderen Lebewesen leiten.
3. **Metaphysische Konzepte:** Außerdem bieten sie tiefgründige metaphysische Systeme, die Erklärungen für die Natur des Selbst, des Universums und der Beziehung zwischen den beiden anbieten.
4. **Selbst-Transzendenz als Ziel:** Die Selbst-Transzendenz ist ein zentrales Ziel in diesen Traditionen, oft verbunden mit der Idee der Vereinigung oder des Einsseins mit einer höheren Wirklichkeit.

Diese Traditionen bieten reichhaltige, tausende Jahre alte Weisheiten und Techniken, die nicht nur den Einzelnen in seiner Entwicklung unterstützen, sondern auch darauf abzielen, ein tieferes Verständnis der Verbindung zwischen dem Selbst und dem größeren Ganzen zu fördern. Sie lehren, dass durch das Erkennen und Transzendieren der Grenzen des Egos ein Zustand des Friedens und der Erfüllung erreicht werden kann, der das individuelle Wohlbefinden weit übersteigt.

Die östlichen Philosophien teilen mit Platon und Maslow sowohl Parallelen als auch Unterschiede, vor allem in Bezug auf ihre Ansichten über Selbst-Transzendenz, die Entwicklung menschlicher Motivationen und die moralische sowie metaphysische Ausrichtung.

### 3.3 Parallelen und Unterschiede

#### Parallelen mit Platon

1. **Metaphysische Ausrichtung:** Sowohl Platon als auch östliche Philosophien betonen eine metaphysische Ausrichtung. Platon fokussiert sich auf die Idee des Guten und die Welt der Formen, während östliche Traditionen Konzepte wie Brahman im Hinduismus und die Leerheit im Buddhismus hervorheben.
2. **Selbst-Transzendenz:** In beiden Traditionen ist die Transzendenz des Selbst wichtig. Platon sieht das Ziel des Lebens in der Teilhabe an einer transzendenten Realität, ähnlich wie östliche Traditionen die Vereinigung mit einer höheren Wirklichkeit anstreben.
3. **Moralische Prinzipien:** Sowohl Platon als auch östliche Philosophien legen großen Wert auf ethisches Handeln und moralische Prinzipien als Grundlage für ein erfülltes Leben.

## Unterschiede zu Platon

1. **Praktische Methoden:** Östliche Traditionen bieten spezifische, praktische Techniken wie Meditation und Yoga zur Erreichung ihrer Ziele, während Platons Ansatz mehr auf philosophischer Reflexion und Dialektik beruht.
2. **Verständnis der Seele:** Platon betrachtet die Seele primär als unsterblich und präexistent, im Gegensatz zu den östlichen Ansichten, die ein komplexeres Verständnis von Wiedergeburt und Karma haben.
3. **Die Rolle des Leidens:** Im Buddhismus ist das Verständnis und die Überwindung des Leidens zentral, während Platon sich mehr auf die Erkenntnis der Wahrheit und die Teilhabe am Guten konzentriert.

## Parallelen mit Maslow

1. **Bedürfnishierarchie:** Sowohl Maslows Pyramide als auch östliche Philosophien erkennen an, dass bestimmte grundlegende Bedürfnisse erfüllt sein müssen, bevor höhere Ziele wie Selbst-Transzendenz erreicht werden können.
2. **Selbst-Transzendenz:** Maslows spätere Erweiterung seiner Theorie umfasst die Selbst-Transzendenz, was eine direkte Parallele zu den Zielen des Buddhismus, Hinduismus und der yogischen Praxis darstellt.

## Unterschiede zu Maslow

1. **Verständnis der Bedürfnisse:** Während Maslow eine klar definierte Hierarchie von Bedürfnissen darlegt, haben östliche Traditionen ein eher zyklisches oder ganzheitliches Verständnis der menschlichen Entwicklung.
2. **Der Weg zur Erfüllung:** Maslow sieht Selbst-Transzendenz als das Endziel einer sequentiellen Entwicklung, während östliche Philosophien ein fortlaufendes Streben nach spiritueller Entwicklung und Erleuchtung betonen, unabhängig von materiellen oder sozialen Bedingungen.
3. **Die Rolle des Egos:** Östliche Philosophien betonen stark die Überwindung des Egos, während Maslow sich auf die Entwicklung und Erfüllung des Selbst konzentriert.

Zusammenfassend ergänzen sich diese Philosophien und Theorien gegenseitig und bieten verschiedene Perspektiven und Methoden, um das Streben

nach einem erfüllten und sinnvollen Leben zu verstehen und zu erreichen. Sie beleuchten die vielfältigen Wege, auf denen Menschen nach Bedeutung, Zufriedenheit und schließlich nach einer Form der Selbst-Transzendenz suchen.

## 4 Schlusswort

In unserer Erörterung haben wir die vielfältigen philosophischen Perspektiven betrachtet, die das Streben nach einem sinnvollen und erfüllten Leben beleuchten. Von Platons Idealismus und seiner Betonung der metaphysischen Ausrichtung bis hin zu Maslows Hierarchie der Bedürfnisse, die einen praktischen Rahmen für menschliche Motivationen bietet, haben wir ein breites Spektrum an Ansichten erkundet. Zudem haben wir die reichen Traditionen des Buddhismus, Hinduismus und der yogischen Philosophie betrachtet, die nicht nur praktische Methoden zur Selbst-Transformation, sondern auch tiefe Einsichten in die moralische und metaphysische Natur des menschlichen Daseins bieten.

Diese unterschiedlichen Denkschulen spiegeln die Komplexität und Vielfalt menschlicher Erfahrungen wider. Sie stellen verschiedene Wege dar, wie Individuen nach Bedeutung und Erfüllung suchen und bieten Einsichten in die menschliche Natur und das Potenzial für Wachstum und Transformation. Während Platon und die östlichen Philosophien dazu neigen, die Bedeutung der Selbst-Transzendenz und die Ausrichtung auf höhere Prinzipien zu betonen, bietet Maslows Modell einen pragmatischeren Ansatz, der die Bedürfnisse und Wünsche des Individuums in den Vordergrund stellt.

Letztendlich ergänzen sich diese Ansichten gegenseitig und bieten ein reichhaltiges Verständnis davon, was es bedeutet, ein sinnvolles Leben zu führen. Sie laden uns ein, über unsere unmittelbaren Bedürfnisse und Wünsche hinauszublicken und zu erkunden, wie wir uns nicht nur als Individuen, sondern auch als Teil eines größeren Ganzen entwickeln können. In dieser Erkundung liegt das Versprechen eines tieferen Glücks und einer größeren Erfüllung, die sowohl das Selbst als auch die Gemeinschaft umfasst.

## Literatur

- Feuerstein, Georg. *The Yoga Tradition: Its History, Literature, Philosophy and Practice*. Hohm Press, 2001.
- Flood, Gavin. *An Introduction to Hinduism*. Cambridge University Press, 1996.
- Maslow, Abraham H. *Motivation and Personality*. 3. Aufl. Harper & Row, 1987.
- Plato. *Gorgias*. Übers. von W.R.M. Lamb. Bd. 3. Cambridge, MA; London: Harvard University Press; William Heinemann Ltd, 1967.
- Rahula, Walpola. *What the Buddha Taught*. Grove Press, 1974.