

Die therapeutische Konzeption von Senecas *Consolationes*

von
CLAUDIA WIENER

Therapiemethoden in Trostschriften

Antike Trostschriften sind keine Kondolenzbriefe. Die falschen Erwartungen, die unsere Übersetzung „Trostschriften“ für *consolationes* weckt, hat bereits Rudolf Kassel in seiner Einführung zu den „Untersuchungen zur griechischen und römischen Konsolationsliteratur“ pointiert angesprochen¹. Tatsächlich wollen antike Autoren kein Mitleid bekunden, sondern formulieren die Intention, dem Betroffenen aus seiner Trauer herauszuhelfen. Krisensituationen, wie der Verlust eines geliebten Menschen oder etwa die Verbannung als vielfältiger Verlust – der gewohnten zwischenmenschlichen Kontakte und der Freiheit, seinen Aufenthaltsort zu wählen, des Vermögens und der sozialen Reputation – sollen deshalb nicht nur im tröstlichen Zuspruch leichter erträglich gemacht, sondern psychotherapeutisch behandelt und erfolgreich überwunden werden.

Daß wir eine sehr lange Traditionslinie von literarischen Konsolationsschriften vor Seneca annehmen müssen², macht uns nicht zuletzt die Autorenliste³ bewußt, auf die sich Hieronymus in seiner *Consolatio* (epist. 60) beruft: Er habe von Krantor, Platon, Diogenes, Kleitomachos, Karneades, Poseidonios alle entsprechenden Schriften *ad sedandos luctus* durchgesehen. Es ist also verständlich, wenn die wenigen vollständig erhaltenen Schriften wie Senecas *Consolationes* immer wieder zu Rekonstruktionsversuchen von verlorenen Gattungsvertretern herangezogen wurden. Besonders deutlich wird das an der Forschungsliteratur zu dem vermeintlichen Archetypus aller Konsolationsliteratur Περὶ πένθους des Akademikers Krantor, den Cicero besonders schätzte⁴. Aber gerade deswegen soll in dieser Studie die Frage der Vorbilder, auf

1 Rudolf Kassel, *Untersuchungen zur griechischen und römischen Konsolationsliteratur*, München 1958, 3.

2 Vgl. die Zusammenfassung bei Wilhelm Kierdorf, Art. *Konsolationsliteratur*, DNP 6 (1999) 709–711.

3 Zweifellos ist die Autorenreihe bereits aus Ciceros verlorener *Consolatio* übernommen, vgl. dazu Kassel (wie Anm. 1) 26 Anm. 2; vgl. auch Kazimierz Kumaniecki, *Die verlorene Consolatio des Cicero*, ACD 4 (1968) 27–47.

4 Eine umfassende Zusammenstellung aller Trostopoi und ihrer therapeutischen

die Seneca zurückgreifen konnte⁵, weitgehend ausgespart bleiben. Vielmehr soll die

Einsatzmöglichkeiten ist das Ergebnis des Rekonstruktionsversuchs des „klassischen Argumentationsschemas“ und damit des Archetypen von Krantor durch Horst-Theodor Johann, Trauer und Trost. Eine quellen- und strukturanalytische Untersuchung der philosophischen Trostschriften über den Tod, München 1968. Zur Forschungsdiskussion um die Rekonstruktionsvorschläge des als Archetypus aufgefaßten Werks gerade mit Bezug auf Senecas Schriften vgl. John E. Atkinson, Seneca's „*Consolatio ad Polybium*“, ANRW II,32,2 (1985) 860–884, bes. 867–869.

- 5 Constantine C. Grollios, *Seneca's Ad Marciam. Tradition and Originality*, Athens 1956, sieht nach einer Analyse der *Consolatio* für Marcia im Vergleich mit der jeweiligen Begründung der konsolatorischen Methoden und Zielsetzungen der bei Cicero (Tusc. 3,76, s. unten S. 69f.) besprochenen Philosophenschulen (Peripatos, Stoa, Kyrenaiker, Kepos) die Eigenständigkeit von Seneca in der ausgewählten Übernahme einzelner Methoden und in der kritischen Auseinandersetzung auch mit der eigenen Sekte, besonders aber in der Bevorzugung des „persönlichen Elements“ im Rahmen der rationalen Argumentation. Grollios meint damit im Falle von Marcia, daß Seneca sich weit auf Marcias Gefühle einläßt, ohne die von einem Stoiker erwartete Distanzierung und Apathie zu fordern. Ich befürchte, daß hier ein Mißverständnis stoischer Psychotherapie vorliegt, weil wir keine vollständig erhaltene konsolatorische Schrift eines Stoikers vor Seneca haben und aus den Aussagen über Chrysipp ein allgemein stoisches Vorgehen abgeleitet wird. Jede konsolatorische Schrift mit therapeutischem Ansatz wird adressatenbezogen argumentieren (auch Plutarch wird man die Qualität von persönlichem Einfühlungsvermögen und ‚humane spirit‘ nicht abstreiten können). Die jeweilige Haltung des Therapeuten zum Patienten ist weniger eine Frage der literarischen Originalität als die der Effektivität des Therapiegesprächs. Die Topik aller drei *Consolationes* hat Antonella Borgo auf ihren orthodox-stoischen Gehalt und innovative Tendenzen untersucht: *Considerazioni sul valore pratico e la funzione sociale delle consolationes di Seneca*, Vichiana N.S. 7 (1978) 66–109. Teilweise extrem fragwürdig bleibt auch hier die Beurteilung, was orthodox-stoisch ist und was nicht (82f.: Das angeblich uneinheitliche Gottesbild, das einerseits eine pantheistische Konzeption erkennen läßt, andererseits einen personalen *formator universi* mit Fürsorge für die Individuen einführt, ist, wenn man die Rede des Balbus in Ciceros *De natura deorum* und die anschließende Diskussion liest, gerade ein typisches Phänomen stoischer Theologie. – 91f.: Es ist absurd, aus Chrysipps provozierenden Aussagen zum biologischen Ziel geschlechtlicher Beziehung – das in einem ganz bestimmten philosophischen Argumentationskomplex [Oikeiosis] seinen Platz hat –, zu schließen, daß Senecas Therapieempfehlung nicht mit stoischer Ethik vereinbar sei, die Fürsorge für die lebenden Familienmitglieder als persönliche Aufgabe anzunehmen. – 96f.: Auch die literarischen Vorlieben des Polybios für Homer und Vergil verstoßen durchaus nicht gegen stoische Konventionen: Gerade die Stoa hat mit der Systematisierung von Mythenallegorese der von Borgo angesprochenen Gefahr vorgebeugt, daß sich aus der epischen Lektüre *falsae opiniones* über die Unterwelt verfestigen könnten. Seneca fordert in diesem Kontext Polybios ganz im stoischen Sinn dazu auf, die Epiker mit Blick auf ihre moralischen Lehren zu studieren). Das positive Bild der starken römischen Frau, das Seneca mit dem Exempel der Livia und im Falle von Marcia und Helvia vertritt, ist genauso als innovativ hervorgehoben wie die zeitkritischen Beispiele und die Schmeichelei gegenüber Claudius und Polybios im konsolatorischen Kontext, so daß auch hier am Ende

jeweilige therapeutische Funktion der eingesetzten rhetorischen Mittel und dialektischen Argumentationsstrukturen deutlicher ins Blickfeld gerückt werden.

Daß darauf bereits die antiken Autoren ihr Augenmerk richteten, zeigt Ciceros Beispiel, der sich an Krantor nicht nur literarisch in seiner *Consolatio* anläßlich seiner eigenen Krise nach dem Tod seiner Tochter Tullia orientiert; er sieht die Bedeutung von Krantors Schrift auch darin bestätigt, daß Panaitios dem Q. Aelius Tubero empfohlen hatte, sie auswendig zu lernen (Cic. acad. 2,135) – eine typische Form der Aneignung von philosophischen Heilmitteln als Prophylaxe für zukünftige Schicksalsschläge. Auch wenn wir weder Krantors Schrift noch Ciceros *Consolatio* besitzen, gibt uns Cicero im dritten Buch der *Tusculanen* einen Überblick über Methoden und Intentionen der Philosophenschulen angesichts von *aegritudo*. ‚Kummer‘ wird als eine Form von Depression beschrieben, die vor allem aus schmerzlichen Verlufterfahrungen resultiert (*maeror*) und mit Hilfe der Philosophie therapiert werden kann. Präventivmaßnahmen vor der Erkrankung sind zwar vorzuziehen – deswegen das Auswendiglernen einer entsprechenden Schrift bereits im gesunden Zustand als Akt der *praemeditatio* –, aber im Krisenfall ist ein Eingriff umso dringender, um einer chronischen Erkrankung vorzubeugen oder notfalls auch zur Heilung der seelischen Erkrankung beizutragen. Dabei faßt Cicero kurz vor Schluß des Buchs die verschiedenen Auffassungen der Philosophenschulen, mit welcher Zielsetzung und mit welcher jeweiligen Methode *maeror/aegritudo* zu therapieren sei⁶, in folgende Synopse:

haec igitur officia sunt consolantium: tollere aegritudinem funditus aut sedare aut detrahere quam plurimum aut suppressere nec pati manare longius aut ad alia traducere. (76) sunt, qui unum officium consolantis putent malum illud omnino non esse, ut Cleanthi placet; sunt, qui non magnum malum, ut Peripatetici; sunt, qui abducant a malis ad bona, ut Epicurus; sunt, qui satis putent ostendere nihil inopinati accidisse, <ut Cyrenaici.....> nihil mali. Chrysippus autem caput esse censet in consolando detrahere illam opinionem maerentis, qua se officio fungi putet iusto atque debito. sunt etiam, qui haec omnia genera consolandi colligant – alius enim alio modo movetur –, ut fere nos in Consolatione omnia in consolationem unam coniecimus; erat enim in tumore animus, et omnis in eo temptabatur curatio. (Cic. Tusc. 3,75f.)

das schlichte Ergebnis steht, daß Seneca literarisch weit über das hinausgeht, was man von einem stoischen Autor erwartet.

6 Um im folgenden nicht jeweils einzeln verweisen zu müssen, seien hier Kassel (wie Anm. 1), Johann (wie Anm. 4) und Grollios (wie Anm. 5) für die Besprechung der hier relevanten philosophischen Traditionen genannt.

Während der Kepos die Berechtigung des Schmerzes als ein *malum* nicht leugnen oder ausreden kann und auf die Methode der Ablenkung von schmerzlichen Gefühlen setzt, bevorzugen Peripatos und Stoa kognitive Therapien, die das Ziel haben, den Patienten von einer falschen bzw. von einer übertriebenen Vorstellung des Verlustes abzubringen, indem sie Abwertungs- oder Umbewertungsstrategien einsetzen.

Kleanthes' Beweisziel, daß überhaupt kein Unglück geschehen sei, kann allerdings nur bei demjenigen erreicht werden, der die stoische Ethik mit der rigiden Güterlehre akzeptiert: Wenn ein glückliches Leben in nichts anderem als in der Bewährung der *virtus* besteht, kann es kein Gut außerhalb des Bereichs von moralischem Handeln geben, zumal der Verlust eines Sachguts nicht zu verhindern wäre und folglich die Autarkie des Weisen gefährden würde, könnte ein solcher Verlust ihn unglücklich machen. Ein Todesfall ist ein solcher unvermeidlicher Verlust und wird nicht als Unglück, sondern als Bewährungsprobe der Tugend verstanden.

Was innerhalb des stoischen Systems überzeugt, ist für den Normalmensch nicht nachvollziehbar; hier ist die peripatetische Situationsbewertung lebensnäher: Der von der Verlusterfahrung Betroffene muß von der Vorstellung, ein unermeßlich großes Leid zu erleben, langsam abgebracht werden; das gelingt, indem er durch Beispiele ähnlicher Fälle von seinem Selbstmitleid abgelenkt wird und lernt, das erlittene Unglück in Relation zu allgemeinmenschlichen Erfahrungen (*condicio humana*) zu setzen.

Als Chrysipps besondere Leistung würdigt Cicero, daß er diese Überzeugungsarbeit um einen weiteren psychologisch bedeutsamen Aspekt erweitert hat: Die Ursache für übertriebene Trauer hat er in der falschen Vorstellung des Trauernden ausgemacht, mit seiner Trauer dem Toten oder den Göttern gegenüber eine Pflicht zu erfüllen. Auch dafür ist also eine unangemessene Bewertung der Situation verantwortlich, die korrigiert werden kann, wenn man sich die von irdischen Sorgen befreite Existenz des Verstorbenen vorzustellen wagt.

Die Kyrenaiker (leider ist hier der Text der Handschriften verderbt) scheinen darauf zu setzen, daß dem Trauernden das allgemein menschliche Schicksal – wir alle müssen damit rechnen, bald zu sterben (*condicio humana*) – vor Augen geführt wird.

Aus diesen therapeutischen Zielsetzungen und Mitteln leitet Cicero eine Grundstruktur für konsolatorische Schriften ab, die drei Beweisziele zusammenfaßt; der Patient soll davon überzeugt werden, daß er nicht, wie er im Selbstmitleid glaubt, das allerschlimmste Unglück erlitten hat, daß die Verlusterfahrung zum menschlichen Leben gehört und daß Trauer sinnlos ist:

erit igitur in consolationibus prima medicina docere aut nullum malum esse aut admodum parvum, altera et de communi condicione vitae et proprie, si quid

sit de ipsius qui maereat disputandum, tertia summam esse stultitiam frustra confici maerore, cum intellegas nihil posse profici. (Cic. Tusc. 3,77)

Wenn wir den von Cicero resümierten Stand der philosophischen Therapeutik zu Senecas drei konsolatorischen Schriften (dial. 6, 11 und 12) in Beziehung setzen, so wird deutlich, daß normalerweise die argumentativ zu vermittelnde Einsicht in die Sinnlosigkeit der Trauer den Hauptteil der Überzeugungsarbeit ausmacht; daß Methoden und Ziele individuell zu wählen sind (*alius enim alio modo movetur*), ist schon bei Cicero ausdrücklich betont. Wie weit die einzelnen Schulen berücksichtigen, daß der emotional erregte Patient für die logisch-rationale Vorgehensweise empfänglich gemacht werden muß, ist aus Ciceros Überblick nur zu mutmaßen. Für Seneca ist diese Vorbereitungsphase von großer Bedeutung für die Durchführung der Therapie. Über das anschließende ‚Therapiegespräch‘, in dem der kognitive Teil der Therapie stattfindet und das tatsächlich gesprächsartig gestaltet ist (der Diatribenstil wird hier gern bemüht), geht Seneca noch hinaus. Denn mit der punktuell erreichten Einsicht in die Sinnlosigkeit von Selbstmitleid und Schmerz ist der seelische Zustand des gefährdeten Patienten noch lange nicht stabilisiert. Der Psychiater Seneca läßt ihn nicht allein, sondern gibt individuell auf den Patienten ausgerichtete weiterführende Behandlungsempfehlungen. Diese Therapieempfehlungen sind es, die auch auf die literarische Gestaltung seiner konsolatorischen Schriften einen solchen Einfluß nehmen, daß man darin immer wieder den ‚persönlichen Stil‘ erkannt hat, mit dem Seneca sich von konsolatorischer Stereotypik positiv absetzt⁷.

Um Senecas therapeutisches Vorgehen angemessen zu beschreiben, sei auf die erstaunliche Parallele zu aktuellen kognitiven Lerntherapien hingewiesen. Im Vergleich zur Psychoanalyse hat die kognitive Lerntheorie den Vorteil, daß eine zielgerichtete therapeutische Einflußnahme mit erlernbaren Verhaltensstrategien eher möglich scheint, als wenn man von angeborenen und deshalb schwerer beeinflussbaren Grundgegebenheiten wie Triebenergien ausgehen muß. Sowohl in der Stoa wie bei den lerntheoretischen Ansätzen zur Erklärung menschlichen Verhaltens werden die sozial auffälligen Äußerungen von Emotionen – ob nun depressives oder aggressives Verhalten – als ein willentlicher und damit als kognitiv steuerbarer Vorgang verstanden. Grundlegend ist dabei, daß zwischen einem Reiz bzw. Reaktionsauslöser und der darauf folgenden Reaktion ein Denkprozeß angesetzt wird, der für die Art der Reaktion entscheidend ist: Der Reiz muß entschlüsselt und entsprechend bewertet werden. In diesen individuellen Bewertungsvorgang fließen eigene Wahrnehmungen, Ansichten und Einstellungen ein, die die Reaktion auf den Reiz bestimmen⁸. Selbst

7 Vgl. bes. Grollios und Borgo (wie Anm. 5).

8 Besonders wirkungsmächtig ist in diesem Bereich die Rational-emotive Therapie (RET) von Albert Ellis; er erklärt die Entstehung von emotionalem Verhalten nach dem sog.

eine unterlassene Reaktion auf einen Reiz ist als unterdrückte Handlung das Ergebnis eines Entscheidungsprozesses. Seneca hat diese theoretische Grundlage von Entscheidungsprozessen an mehreren Stellen in seinem Werk beschrieben, am deutlichsten in der Analyse einer aggressiven Handlung in *De ira* (dial. 4,4) und in der Systematik der stoischen Lehre im 89. Brief (innerhalb der Einteilung der Ethik epist. 89,14f.)⁹. Kognitiv kontrollierbares Verhalten kann folglich mit Trainingsprogrammen und Präventivmaßnahmen auf ein sozial verträgliches Normalmaß gebracht werden. Die erfolgversprechenden Therapieansätze sind in Antike und Gegenwart vergleichbar: die Steigerung des Selbstwertgefühls und das Erlernen eines neuen Situationsbewertungskonzepts gelten als wichtigste Möglichkeiten, um in individuellen Entscheidungsprozessen und damit im Verhalten nachhaltige Veränderungen zu bewirken.

Nicht also die Würdigung eines rhetorisch wirkungsvollen Aufbaus¹⁰, nicht die Identifizierung der bekanntesten Trostopoi und die Bewertung ihrer philosophischen Orthodoxie oder der logisch korrekten Kombination¹¹, erst recht nicht die lexikalische

ABC-Ansatz (A = activating event, B = belief, C = consequence), die Therapie setzt an beim klärenden Gespräch in Form eines maieutischen Dialogs (D = dispute), das zu dem Ergebnis einer neuen Situationsbewertung und folglich der Anwendung und Einübung neuer Verhaltensmuster führt (E = effect). Ellis selbst zieht gern Parallelen zwischen seinem Vorgehen und antiken Konzepten; neben der sokratischen Maieutik ist es vor allem Epiktet, auf dessen Sentenzen und Diatriben er verweist, vgl. dazu: Albert Ellis/Burkhard Hoellen, *Die Rational-Emotive Verhaltenstherapie – Reflexionen und Neubestimmungen*, München 1997; Burkhard Hoellen, *Stoizismus und rational-emotive Therapie (RET). Ein Vergleich*, Pfaffenweiler 1986 (²1992).

- 9 Vgl. dazu zuletzt Thomas Baier, *Willensfreiheit? Seneca und die moderne Hirnforschung*, in: Rolf Kussl (Hg.), *Impulse*, Bamberg 2005 (Dialog Schule–Wissenschaft, Klassische Sprachen und Literaturen 39), 7–32; Claudia Wiener, *Stoische Doktrin in römischer Belletristik. Das Problem von Entscheidungsfreiheit und Determinismus in Senecas Tragödien und Lucans Pharsalia*, München/Leipzig 2006 (BzA 226), 21–34.
- 10 Ohne überraschendes Ergebnis bleibt auch die jüngste Aufbauanalyse nach der rhetorischen *divisio* bei Quintilian von Concepción Alonso del Real, *Ad Helviam: Aproximación a su estructura*, in: Tomás Albaladejo Mayordomo/Emilio del Río/José A. Caballero (edd.), *Quintiliano: Historia y Actualidad de la retórica. Actas del Congreso Internacional*, 2, Logroño 1998, 813–823. Die Verbindung, die Giuseppe De Vico zur deklamatorischen Praxis der Suasorien herstellt, bleibt leider auf die Beobachtung der Vorliebe für ekphrastische Passagen, der Parallelen bei bestimmten Topoi und der Nähe zur kynischen Diatribe beschränkt, läßt sich offenkundig aber nicht auf strukturell-argumentativer Ebene herstellen: Considerazioni sulla „Consolatio ad Marciam“ di Seneca, GIF 21 (1969) 137–145. Die Spannung zwischen rhetorischer Konvention und demonstrativer Unabhängigkeit von stereotypem Einsatz von Stilmitteln nimmt Irene Chirico zum Anlaß für eine psychoanalytisch motivierte Interpretation des Autors: Schemi retorici nella Consolatio ad Marciam, in: Luciano Nicastrì (a cura di), *Contributi di filologia latina*, Napoli 1990, 143–164.
- 11 Johann (wie Anm. 4).

Würdigung des weiten Wortfelds ‚Schmerz‘¹², sondern die Funktionen und das Zusammenwirken aller beobachteten Topoi und konstatierten Eigenheiten im Sinne eines psychotherapeutischen Konzepts, bei dem das Verhältnis von argumentativen und adhortativen Bestandteilen fallbezogen verändert werden kann, sollen hier beschrieben werden. So wird vermieden, daß man, wie Horst-Theodor Johann¹³, in Senecas „Argumentationsgebäude“ deplazierte Argumente findet, weil sie dem rekonstruierten Idealschema einer *consolatio* nicht entsprechen wollen. Karlhans Abel hat den therapeutischen Aspekt bereits in seiner Strukturanalyse der Trostschrift *Ad Marciam* zum leitenden Kriterium erhoben¹⁴, doch leider hat ihn die Annahme, daß in den beiden anderen Schriften die Therapiefunktion von anderen Intentionen verdrängt wird, dazu bewogen, zur Stützung dieser Annahme einer Auswertung von autobiographischen Aussagen den Vorzug zu geben. Hierin ist ihm die Forschung bisher nur zu gerne gefolgt.

Das Verhältnis von Therapeut und Patient in seinen strukturellen Auswirkungen auf Senecas *Consolationes*

Wenn man nach dem Anlaß und dem Verhältnis des Therapeuten zum Patienten fragt, erweisen sich die beiden Trostschriften *Ad Marciam* und *Ad Polybium* auf den ersten Blick als konventionell: In beiden Fällen ist der unerwartete Todesfall eines jungen Menschen zu beklagen, in dessen Erziehung Marcia und Polybius viel Engagement investiert und große persönliche Hoffnung gesetzt hatten. Doch während das therapeutische Anliegen in der Schrift an Marcia unbezweifelt bleibt und entsprechend analysiert wird, nimmt man das Verhältnis von Seneca zu dem kaiserlichen Beamten Polybius zum Anlaß, die Trostschrift an Polybius kaum mehr als solche zu verstehen¹⁵; die therapeutische Zielsetzung wird ihr weitgehend abgesprochen, weil sie von

12 Leider konzentriert sich die Untersuchung von Flaviana Ficca auf die paraphrasierende Wiedergabe und lexikalische Auswertung der Stellen, die *dolor* besprechen, obwohl ihr Titel mehr verspricht: *Remedia doloris. La parola come terapia nelle „Consolazioni“ di Seneca*, Napoli 2001.

13 Johann (wie Anm. 4) 140–155.

14 Karlhans Abel, *Bauformen in Senecas Dialogen*, Heidelberg 1967, 15–46; ihm folgt auch C. E. Manning in seinem Kommentar: *On Seneca's „Ad Marciam“*, Leiden 1981 (*Mnemosyne Suppl.* 69), zur Struktur bes. 8–11.

15 Daß in Polybius' Ressort *a studiis* die Bearbeitung von Beschwerden und Bittschriften an den Kaiser fällt, sagt Seneca selbst, um auf seinen eigenen Fall hinzuweisen (vgl. *Sen. dial.* 11,6,5); den terminus post quem zur Datierung der Schrift liefert die Erwähnung von Claudius' außenpolitischen Erfolgen in Britannien; nach Suetons Zeugnis (*Claud.* 17) fällt der Britannienfeldzug in den Sommer des Jahres 43. Es wird daher angenommen, daß Seneca

Senecas Anliegen verdrängt werde, mit Schmeicheleien von Kaiser Claudius die eigene Begnadigung zu erreichen. Aber in einem Ausschlußverfahren – entweder Begnadigungsbitte oder Tröstungsabsicht – ist der Charakter der Schrift nicht angemessen beschreibbar. Deswegen soll zunächst davon ausgegangen werden, daß Seneca sich an ein therapeutisches Konzept hält, um dann zu zeigen, daß gerade der solide Rahmen dieses Konzeptes stark genug ist, auch weitere durchaus eigennützige Anliegen tragen zu können.

Seneca selbst präsentiert *Ad Helviam matrem de consolatione* als einen Sonderfall, bei dem er sich auf kein literarisches Vorbild stützen konnte¹⁶. Denn er ist in eigener Person zugleich Therapeut und Betroffener, er muß sich selbst als Patient einer Autotherapie unterziehen, bevor er die Mutter behandeln kann. So erweitert er in der Einleitung die erwarteten Angaben zum Anlaß seiner Schrift um die Begründung, warum er dieses Vorhaben längere Zeit aufgeschoben hat¹⁷: Nur wer selbst wieder die Fassung erlangt hat, kann überzeugend Mitbetroffene trösten. Dieser wichtige Grund für die Verzögerung ist zugleich eine Ankündigung seiner innovatorischen Leistung als Schriftsteller: Seneca hat kein literarisches Vorbild für sein Vorhaben gefunden. Wir denken zwar sofort an Ciceros autotherapeutische Schrift, aber tatsächlich geht Seneca ja über die eigene Behandlung hinaus, weil er als der Betroffene selbst zum Tröster eines indirekt Betroffenen wird¹⁸. Für diese Konstellation finden sich kaum Vorbilder, wenn wir nicht Platons *Phaidon* als *consolatio* lesen wollen, in der der verurteilte Sokrates den über seinen Tod klagenden Gefährten Trost spendet. Für die

die Hoffnung hatte, daß der Triumphzug dem Kaiser Anlaß zu einer Generalamnestie bieten könnte, vgl. dazu u.a. Abel (wie Anm. 14) 163 und Thomas Kurth, *Senecas Trostschrift an Polybius*. Dialog 11. Ein Kommentar, Stuttgart/Leipzig 1994, 17 mit Bezug auf Pierre Grimal, *Seneca. Macht und Ohnmacht des Geistes*, Darmstadt 1978, bes. 185–196.

- 16 Daß Abel (wie Anm. 14, 16) bei *Ad Marciam* extrem vorsichtig nur vermuten will, daß Krantors Schrift berücksichtigt wurde, während er in der Trostschrift an die Mutter mit Senecas Bemerkung über seine umfangreichen, aber erfolglosen Recherchen nach einem literarischen Modell gerade den Hinweis auf die Berücksichtigung der Gattungstradition findet, halte ich für ein verfehltes Verständnis. In beiden Fällen dürfen wir selbstverständlich von einer Kenntnis der zentralen Gattungsvertreter ausgehen (vgl. dazu auch Peter Meinel, *Seneca über seine Verbannung*. Trostschrift an die Mutter Helvia, Bonn 1972, 25–27); die Trostschrift *ad Helviam matrem* in ihrer Gattungskonformität hier bestätigen zu wollen, hieße gerade Senecas Anspruch auf Innovation zu leugnen.
- 17 Natürlich wird zuerst die gern angewandte ‚medizinische‘ Begründung genannt, daß frischer Schmerz wie eine frische Wunde besonders schwer zu behandeln sei, weil man in der ersten Phase der Trauer einer rationalen Argumentation gar nicht zugänglich sei. Cicero kennt diese Empfehlung von Chrysipp – und setzt sich in seinem eigenen Fall bewußt darüber hinweg (Tusc. 4,63).
- 18 Vgl. dazu u.a. Charles Favez, *La consolation latine chrétienne*, Paris 1937, 49; Meinel (wie Anm. 16) 29; Borgo (wie Anm. 5) 100.

Konsolationsliteratur in der Tradition des Krantor (also auch für Cicero) war dieser platonische Gedanke, daß das Leben mit dem Tod als einer ersehnten Befreiung der Seele vom Körper erst richtig beginne, offenbar eine wichtige Grundlage; und auch in der *Consolatio* für Marcia ist der Wert dieses Trostarguments nicht zu unterschätzen. Doch hier geht es um das Ertragen der Verbannung – bei lebendigem Leib. Und dafür stellt sich uns die literarische Konstellation in der Regel so dar, daß ein Philosoph oder Freund den Verurteilten tröstet und ihm klar macht, daß die Vorteile eines Lebens in der Verbannung die Nachteile überwiegen. So tut es Musonius Rufus aus stoischer Sicht, so auch Plutarch als gemäßigter Eklektiker.

Seneca streicht die innovative Leistung seiner Schrift mit einer grellen Bildlichkeit heraus, die Assoziationen evoziert, als gehöre er zu den Scheintoten oder Wiederauferstandenen (man denke an Platons Soldaten Er), die den Angehörigen von der Bahre weg die Erfahrungen ihrer Unterweltsfahrt mitzuteilen gedenken: *quid quod novis verbis nec ex vulgari et cotidiana sumptis adlocutione opus erat homini ad consolandos suos ex ipso rogo caput adlevanti* (dial. 12,1,3). Das Bild der Totenbahre kann Seneca einführen, weil er eine argumentative Doppelstrategie anwendet: Er muß zunächst sich selbst trösten, und zwar mit den üblichen Argumenten, die in die stoische *consolatio* für einen Verbannten gehören. Um anschließend seine Mutter zu trösten, wendet er vor allem diejenigen Argumente an, die zu einer *consolatio* im Todesfall gehören¹⁹, weil er ihr den schmerzlichen Verlust eines Sohnes so ausreden muß, als läge ein Todesfall vor. Da Senecas *relegatio in insulam* auf Lebenszeit galt²⁰ und nur durch einen kaiserlichen Gnadenakt aufgehoben werden konnte, war Seneca in diesem Sinn ein für die Familie verlorener und lebendig auf Korsika begrabener Sohn. In dieser Kombination von Autotherapie eines Verbannten und Psychotherapie für einen depressionsgefährdeten Patienten nach dem Verlust eines Angehörigen und in der daraus resultierenden „Diptychonform“²¹ liegt tatsächlich das Innovative der Schrift.

19 Vgl. dazu Abel (wie Anm. 14) 53–69 passim.

20 Vgl. dazu die Diskussion von Senecas Situation bei Meinel (wie Anm. 16) bes. 3–5; zur *relegatio* vgl. Theodor Mommsen, Römisches Strafrecht, Leipzig 1899, 964–980. Zum Prozeß bietet eine kritische Überprüfung der Forschungsliteratur Andrea Giardina, *Storie riflesse: Claudio e Seneca*, in: Pierngiorgio Parroni (a cura di), *Seneca e il suo tempo. Atti del Convegno internazionale di Roma-Cassino 11–14 novembre 1998*, Roma 2000, 59–90, bes. 76–83.

21 Meinel (wie Anm. 16) 30. Die Kombination von zwei Trostschriftarten, im Verbannungsfall und im Todesfall, ist die literarische Novität; daß die Gliederung der *consolatio mortis* in die Lage des Betroffenen (Seneca) und der Hinterbliebenen (Helvia) auch hier anwendbar ist, ergibt sich daraus zusätzlich.

Auch in der *Consolatio ad Marciam* wird der Zeitpunkt der Therapie als ungewöhnlich hervorgehoben; der späte Eingriff erschwert die Behandlung: Marcias demonstrative Trauer hält nämlich weit über das übliche Trauerjahr hinaus an (dial. 6,1,7: *tertius iam praeterit annus*)²². Seneca diagnostiziert aus ihrem Verhalten eine Depression, da sie sich von einer selbstgewählten Isolation weder durch das Zureden von vertrauten Personen noch von Autoritäten abbringen läßt (dial. 6,1,6). Für den Aufbau dieser *Consolatio* wählt Seneca – ähnlich wie in *De providentia* – den gedanklichen Einstieg über die Theodizee-Frage: Marcia hadert mit ihrem Schicksal; Seneca übernimmt als Anwalt die Verteidigung Fortunas, und das unter drei erschwerten Rahmenbedingungen: *iniquum tempus* (die Trauer hat sich zu einer chronischen Krankheit verfestigt), *inimicus iudex* (Marcia ist nicht nur Ankläger der Fortuna, nein: sie selbst führt den Vorsitz, weil sie am Ende entscheiden und das Urteil sprechen muß) und *invidiosum crimen* (denn die Anklage an Fortuna lautet auf Mord!). Für das Verhältnis von Therapeut und Patientin ist dieses Vorgehen aufschlußreich: Gegenüber einer Patientin, die sich als Richterin geriert, kann der Therapeut nicht autoritär mit *praecepta* auftreten; er muß sie mit *exempla* zunächst dazu bringen, den Fall aus einer anderen Perspektive zu betrachten, um logischer Argumentation zugänglich zu werden. Diese Verkehrung der üblichen Reihenfolge von *praecepta* und *exempla* spricht Seneca selbst an, die eigentliche therapeutische Funktion wird im nachhinein klar. Entsprechend der Theodizee-Thematik wird am Ende die großartige Szene von der postmortalen kosmischen Existenz der Seelen ihre anagogische Wirkung entfalten: Wer sich auf den übermenschlichen Standpunkt erheben konnte, wird die Götter nicht mehr anklagen können.

In den beiden vollständig erhaltenen *Consolationes* begründet Seneca zu Beginn, warum gerade er sich als Psychotherapeut berufen fühlt. Bei seiner Mutter spräche dagegen, daß er selbst behandlungsbedürftig ist, doch die Vertrauensstellung, die er genießt, verspricht ihm als Therapeuten leichteren Zugang. Bei Marcia ist es das offenkundige Versagen von Personen aus der engeren Umgebung (*fatigatae allocutiones amicorum, auctoritates magnorum et adfinium tibi virorum*) und aller anderen sonst wirkenden Mittel (*studia, tempus*). Allerdings verschafft sich Seneca in dieser Trostschrift zusätzliche autoritative Unterstützung in auffälligem Ausmaß: Die Prosopopöien des Philosophen Areios Didymos und von Marcias Vater unterstützen die Berechtigung von Senecas Aussagen.

22 Vgl. dazu Johann (wie Anm. 4) 38–40, §§ 59–68.

„Narbenschau“ als psychotherapeutisches Mittel

In beiden Fällen setzt der Arzt beim Patienten mit einem Rückblick auf schmerzliche Erfahrungen in der Vergangenheit ein, in beiden Fällen kleidet er die methodische Reflexion in die Analogie zu einer schweren körperlichen Verletzung, die sichtbare Narben hinterlassen hat.

Bei seiner Mutter kündigt er die Notwendigkeit einer Radikalkur chirurgischer Art an, indem er alle, auch die häßlich vernarbten Wunden aufreißen wolle, um sie auszubrennen und zu sezieren. Seneca beginnt sofort mit seiner schonungslosen Therapie, indem er tatsächlich Erinnerungen an schmerzliche Erfahrungen wiederaufwühlt (dial. 12,2,4): Der Tod der Mutter bei Helvias Geburt, weitere Todesfälle in der Familie fast gleichzeitig, zuletzt kurz vor Senecas Verbannung der Tod ihres kleinen Enkelsohns. Seneca rechtfertigt sein Vorgehen mit der Konstitution des Patienten; der eigentliche Zweck ist es also, seiner Mutter ihre eigene Stärke zu demonstrieren und zu Bewußtsein zu bringen, welche Schmerzen sie bereits überstanden hat. Dazu bedient er sich militärischer Bildlichkeit, indem er ihr den Kriegszustand mit Fortuna ausmalt, gegen die sie wie ein erfahrener Veteran kämpfen kann, nicht wie ein Rekrut, der noch Angst vor der Behandlung durch den Chirurgen hat (dial. 12,3).

Bei Marcia verzichtet Seneca auf derart drastische Bilder; er kündigt ihr den ersten Behandlungsschritt auch nicht an, sondern erläutert ihn hinterher. Denn seine hymnische *laudatio* auf Marcias heldenhaftes Verhalten während des Prozesses und nach dem Tod ihres Vaters Cremutius Cordus ist nicht etwa nur eine schmeichelhafte Einleitung der Trostschrift oder gar eine bloß politisch opportune Tiberius-Kritik; sie übernimmt bereits grundlegende therapeutische Funktionen: Zum einen hat Marcia damals ihre *virilitas* gezeigt und damit (wie Helvia) für den Therapeuten die psychische Konstitution bewiesen, die eine schonungslose Behandlung aussichtsreich macht; zum zweiten hat der Rückblick auf den schmerzlichen Verlust des Vaters auch Marcia gezeigt, daß sie einen gleich großen Schmerz wie den Tod des Sohnes schon einmal erlitten, darauf aber völlig anders reagiert hat: *antiqua mala in memoriam reduxi et, ut scires hanc quoque plagam esse sanandam, ostendi tibi aequae magni vulneris cicatricem* (dial. 6,1,5).

Bei beiden Patientinnen versucht Seneca zum einen zu erreichen, daß sie ihre aktuelle Situation nicht mehr als einzigartig einschätzen, weil sie selbst bereits Vergleichbares überstanden haben, zum anderen stärkt er ihr Selbstwertgefühl, wenn er ihnen lobend demonstriert, daß ihr früherer Beweis der moralischen Stärke nicht umsonst war, sondern im Bewußtsein der Umwelt deutliche Spuren der Erinnerung und Bewunderung hinterlassen hat.

Der Prozeß der Situationsumbewertung im Zusammenwirken von kognitiver Therapie, autoritativer Bestätigung und therapeutischer Nachbetreuung

Die Radikalkur rechtfertigt Seneca in beiden Schriften mit dem stoischen Ziel einer Konsolation, wie es bereits in Ciceros Synopse zu erkennen war: Ein Stoiker will den Schmerz nicht nur lindern oder von ihm ablenken, sondern ihn ganz und gar entfernen (dial. 6,1,5; dial. 12,4).

Das wird vor allem durch eine Situationsumbewertung mit Hilfe eines Therapiegesprächs erreicht, für das ihm Mittel zur Verfügung stehen, die Seneca selbst auf die beiden Bereiche *praecepta* und *exempla* verteilt. Regulär werden die theoretischen bzw. argumentativen Unterweisungen (umschrieben mit Begriffen wie *praecepta* und *docere*) durch *exempla* in ihrer Autorität unterstützt bzw. durch diese Art von Veranschaulichung leichter nachvollziehbar. Daß dies der Normalfall ist, bestätigt uns Seneca auch in der Schrift *Ad Marciam*, wo er jedoch explizit genau den entgegengesetzten Weg einschlägt: Noch vor den *praecepta* werden zwei Fallbeispiele besprochen, bei denen es sich um Exempelgestalten von hoher Autorität handelt, weil es Mütter des augusteischen Kaiserhauses sind. Seneca recurriert dabei auf einen weiten Begriff von *exemplum*, indem nicht nur historische Figuren zu Trägern modellhaften Verhaltens werden, sondern auch lebende Personen der näheren Umgebung zur Orientierung empfohlen werden können²³. Indem er von der üblichen Reihenfolge abweicht, erreicht Seneca folgende Wirkung: Marcia ist durch die chronische Trauerhaltung sehr stark auf ihren Schmerz konzentriert und auf ihre entsprechend eingeübten Denk- und Verhaltensmuster festgelegt. Wenn sie nun zwei konträr entgegengesetzte Verhaltensweisen in einer vergleichbaren Situation wahrnimmt, die zudem der ihren genau entspricht, wird sie dazu gebracht, auch ihre eigene Erfahrung nicht mehr als unvergleichlich schmerzhaft zu verstehen. Ihr Selbstmitleid muß so weit reduziert werden, daß sie ihre Verlusterfahrung als einen Fall zu akzeptieren lernt, den man studieren kann, daß sie also ihr eigenes Verhalten aus einer gewissen Distanz heraus selbst betrachten kann. Erst wenn sie diesen Abstand zum eigenen Erleben gewonnen hat, kann Seneca sinnvoll eine kognitive Gesprächstherapie mit rationaler Argumentation beginnen, die zu einer langfristigen Situationsumbewertung führen soll.

Bei seiner Mutter Helvia kann er deswegen den üblichen Weg über die Reflexion zur Veranschaulichung einschlagen, weil er seine Mutter im ersten Teil nicht direkt ansprechen und in die Reflexion einbeziehen muß, sondern sie als Beobachterin an seiner Autotherapie Anteil nehmen läßt. Für sich selbst wird der praktizierende Stoi-

23 Vgl. dazu bes. Jo-Ann Shelton, Persuasion and Paradigm in Seneca's *Consolatio ad Marciam* 1–6, C&M 46 (1995) 157–188. Kaum weiterführend ist dagegen die psychoanalytische Deutung dieser Verkehrung der Reihenfolge als provozierender Verstoß gegen rhetorische Konventionen bei Chirico (wie Anm. 10) 148.

ker Seneca selbstverständlich das argumentative Vorgehen der Dialektik (den Bereich der *praecepta*) bevorzugen. Das Beweisziel dieses ersten Teils lautet: Die Verbannung ist kein Unglück. Erreicht wird das Beweisziel durch eine rationale Situationsbewertung auf der Basis der stoischen Güterlehre. Das Beweisziel des zweiten Teils besteht darin, der Mutter zu zeigen, daß sie keinen Anlaß hat, sich unglücklich zu fühlen. Das wird im argumentativen Bereich sehr schnell abgetan; breiteren Raum nehmen im Anschluß daran die Therapievorschläge ein, unter denen auch dem positiven *exemplum* von Helvias Schwester ein entsprechendes Gewicht zukommt.

Natürlich richtet sich Senecas demonstrative Autotherapie auch an die Mutter. Sie muss seine Situationsbewertung nachvollziehen können, die ganz auf der stoischen Güterlehre basiert, ohne daß jedoch bei ihr das theoretische Wissen vorausgesetzt oder auf die Schnelle vermittelt werden könnte, wie es Seneca etwa mit Syllogismen in *De constantia sapientis* tut, um die Unterscheidung von Sachgut und dem einzig wirklichen ‚Akt-Gut‘, das in der moralisch richtigen Handlung besteht, und die Auswirkung auf das Verständnis von *iniuria* und *malum* nachzuweisen. Da die rigiden Forderungen der stoischen Güterlehre nicht leicht zu akzeptieren sind, muß Seneca – ähnlich wie in *De vita beata* und *De brevitae vitae* – den Patienten zunächst auf die vorzunehmende Umbewertung einstimmen und vorab bitten, sich nicht von der Einschätzung der Normalmenschen leiten zu lassen. Das ist eine kühne Forderung: Warum soll die Mutter sich auf die Aussagen ihres Sohnes verlassen, wenn diese gerade allen üblichen Bewertungskriterien widersprechen? Ihr Sohn beansprucht erstens als Betroffener die Kompetenz, seine Situation eher einschätzen zu können als ein Nichtbetroffener. Zweitens orientiert er sich am Ideal des Weisen und darf sich, auf diese Autorität gestützt, ein Urteil zutrauen (dial. 12,4,3–5,3).

Erst nach dieser Einstimmung auf neue Bewertungskriterien wird die Situationsbewertung selbst vorgenommen, und zwar diszipliniert nach den Regeln einer *disputatio*, indem der Gegenstand zuerst in einer Definition bestimmt wird: Exil ist demnach ein Ortswechsel (*loci commutatio*), der mit einer Reihe von sozialen Unannehmlichkeiten verbunden ist (*paupertas, ignominia, contemptus*). Aus dieser Definition leitet sich die argumentative Struktur der Rede ab, nämlich als Widerlegung der drei Thesen, daß der Verzicht auf Heimat (als Ortswechsel) unerträglich sei (dial. 12,6–9), daß der Verlust des Besitzes ein Unglück sei (dial. 12,10–12) und daß zwar jede einzelne Unannehmlichkeit für sich noch erträglich sein könnte, aber nicht alle zusammen und in Verbindung mit dem sozialen Prestigeverlust (dial. 12,13,4–8). Daß Seneca hier in der Topik einer vorgeprägten stoischen Argumentation folgen kann, ist zu erwarten²⁴.

24 Zu stark setzt Meinel (wie Anm. 16) 30f. Senecas Gliederung vom Aufbau anderer Verbannungsschriften ab; die Behauptung, bei Teles, Musonius und Plutarch liege bloße Reihung der Gedanken vor, mußte mit einer Analyse dieser Schriften belegt werden; nur ein

Auch Musonius endet mit dem Thema des Ehrverlustes durch eine Verurteilung, weil die angegriffene Ehre im Vergleich zu materiellen Gütern offenbar die schlimmste Gefährdung darstellt. Musonius hebt in der Argumentation freilich deutlicher, als das Seneca kann, darauf ab, daß die Verurteilung eines Unschuldigen für diesen kein Unglück bedeutet, weil er moralisch durch eine falsche öffentliche Meinung nicht geschädigt werden kann. Seneca schweigt über seinen eigenen Fall; da er aber eine Reihe von unschuldig Verurteilten, von Sokrates bis Aristides, als *exempla* nennt, wird sich die Assoziation mit seinem Fall sicher einstellen. Karlhans Abel, der diesen Teil der Schrift als öffentliche Rechtfertigung und Unschuldsbeteuerung liest, hat deshalb mit diesem impliziten Argument nachzuweisen versucht, daß Seneca sich mit gutem Gewissen als *beatus* auf der Insel darstellen könne²⁵. Die Berechtigung von Schlüssen aus literarischen Aussagen auf die Biographie des Autors soll hier nicht diskutiert werden; wenn man das Interesse auf das psychotherapeutische Konzept dieser Schrift richtet, wird man in diesem Abschnitt die didaktische Leistung hervorheben dürfen, wie Seneca einem Laien die stoische Adiaphora-Lehre überzeugend vermitteln kann.

Er beginnt erwartungsgemäß mit der Natur, indem er die natürlichen Bedingungen des Lebens als Grundlage des *bene vivere* vorführt. Daraus leitet sich die Erkenntnis ab, daß alles andere im Leben in den Bereich der Zufallsgüter (*res adventiciae*) gehört, deren Besitz oder Verlust einen Weisen weder glücklich noch unglücklich machen können. Das ist der problematische Punkt, an dem der normale Menschenverstand widersprechen wird. Genau an dieser schwierigen Stelle gibt Seneca die autoritative Haltung des Philosophiedozenten auf: Seneca hat sich zwar gegenüber seiner Mutter

Beispiel: Musonius gliedert sein neuntes Lehrgespräch ganz ähnlich wie Seneca offenbar nach der Definition von ‚Verbannung‘; er beginnt ebenfalls erwartungsgemäß mit dem Thema des Ortswechsels. Zugunsten des kosmopolitischen Ideals verzichtet er auf den von Seneca favorisierten Gedanken der Gottähnlichkeit des Menschen. Musonius hebt nun für jeden seiner Punkte die positive Seite für den Betroffenen hervor, wenn er nur selbst aktiv werde. Beim Stichwort der Verwirklichung der Tugend preist er die Ungestörtheit und freie Zeit der Verbannung als ideale äußere Bedingungen für die eigene moralische Ausbildung. Auch bei Musonius wird erwartungsgemäß abgelehnt, daß der Mensch besondere Luxusgüter zum glücklichen Leben braucht; doch seine *Exempla* belegen sogar, daß man in der Fremde als tüchtiger Mensch ebenfalls zu Besitz kommen könnte, wie es Odysseus, Themistokles oder Dion von Syrakus gelungen ist. Der angebliche Verlust der Redefreiheit sei ebenfalls charakterabhängig; denn wer seine Meinung äußern wolle, könne das auch im Exil tun; aber nicht immer müsse man auch seine Meinung publik machen. Musonius hat bisher eher auf Wertekategorien eines Römers der Oberschicht Bezug genommen; das typisch stoische Argument spart er sich für den Schluß auf: Nachdem er gezeigt hat, daß die Verbannung in aller Regel nicht einmal einen Verzicht auf die sogenannten Güter bedeutet, kann sie den Betroffenen auf keinen Fall seiner wahren Güter, der Tugenden, berauben. Deshalb folgert Musonius, daß auch der gefürchtete Ehrverlust nicht eintreten kann.

25 Abel (wie Anm. 14) 47–69.

als Autoritätsperson eingeführt, relativiert das aber an dieser Stelle, indem er betont, daß er selbst sich nicht als *sapiens* versteht, sondern daß ihm der Weise als Leitbild dient. Damit verhindert er genau zur rechten Zeit die distanzierende Wirkung, die von einem abgehoben erscheinenden Vortrag über die Güterlehre ausgehen könnte. Er stellt sich damit erstens auf dieselbe Stufe wie seine Mutter, um ihr Einverständnis nicht vorzeitig zu verlieren, und er demonstriert ihr zweitens in seinem eigenen Verhalten, welche Bedeutung die Orientierung an einem Leitbild hat, die er seiner Patientin am Ende der Therapie ebenfalls empfehlen wird.

Wie schafft er es aber, sie für die rigorosen ethischen Bewertungskriterien der Stoa zu gewinnen?

Mit militärischer Metaphorik, wie er sie bereits zu Beginn eingeführt hat, beugt er einer Abwehrhaltung beim Patienten gegen unmenschlich hart scheinende philosophische Forderungen vor. Gegen die disziplinierenden Forderungen der Stoa muß sich niemand sträuben; denn sie sind zur eigenen Verteidigung im Lebenskampf eingesetzt²⁶; dieser Lebenskampf erweist Fortuna als gefährliche Feindin, deren ‚Gaben‘ (eben die *res adventiciae*) nichts anderes als Lockmittel sind – schon ist die Abwertung gelungen, und aus dieser Perspektive sind die *res adventiciae* als hinterhältig ausgelegte Köder akzeptiert. Daß Fortuna eine Feindin ist, zeigen die sog. Schicksalschläge, die richtiger als Fortunas feindliche Angriffe zu erklären sind und die man deshalb mißtrauisch voraussehen muß. Damit führt Seneca eine wichtige Methode der stoischen Präventivtherapie (*praemeditatio*) ein: Wer sich früh an den Gedanken von Verlust gewöhnt, den trifft der tatsächlich eintretende Verlust nicht so stark wie denjenigen, der positive Erfahrungen als sein gutes Recht, negative Erfahrungen dagegen als Unrecht empfindet. Durch diese eigene Einstellung bewertet man seine jeweiligen Lebensumstände entsprechend unterschiedlich. Wer ein weises – und das heißt eben von anderen unbeeinflusstes – Urteil fällt, wird erkennen, daß er nicht unglücklich ist, wenn er auf bestimmte äußere Annehmlichkeiten verzichten muß.

Nachdem Seneca seine Mutter behutsam auf seine stoische Seite gezogen hat, soll nun unter diesen neuen Vorzeichen von Sohn und Mutter gemeinsam ein neues Urteil über die derzeitige Situation gefällt werden. Zuerst (dial. 12,6–13) wird die Verban-

26 Aus der Vorliebe für Kriegsmetaphorik in Senecas Schriften hat Andreas Urs Sommer m.E. zu allgemeine Schlußfolgerungen auf die Lebensauffassung des stoischen Philosophen gezogen. Zu berücksichtigen ist immer die persuasive Funktion, in der diese Bildlichkeit steht. Etwas mißtrauisch macht an dieser durchaus anregenden Studie zum Vergleich von kaiserzeitlicher Stoa und Neostoizismus bei Lipsius, daß zentrale Begriffe wie das *summum bonum* (das ist eben nicht, wie Sommer behauptet, die Eudaimonie) und damit der *virtus*-Begriff in seiner Stellung innerhalb des stoischen Systems unkorrekt angewandt sind: Zur militärischen Metaphorik im Stoizismus, Bern 2002 (Schriftenreihe der Eidgenössischen Militärbibliothek und des Historischen Dienstes, Nr. 2), bes. 12–21.

nung neu bewertet, anschließend (dial. 12,14–19) werden die Gründe der Mutter für ihre Trauer einer Prüfung unterzogen. Die im Todesfall übliche *divisio* der *causae* in eigennützige und uneigennützige Gründe²⁷ kann im zweiten Teil deswegen nicht mehr zum Einsatz kommen, weil die Gründe, die sich auf die Situation des Verbannten beziehen, bereits vorab im ersten Teil der Schrift entkräftet wurden. So konzentriert sich die relativ kurze Gesprächstherapie auf die Topik *de maerentis condicione*.

Der erste Grund ist eigentlich nicht zutreffend und schnell abgehandelt (dial. 12,14): Daß die Mutter ihren gesellschaftlichen Schutz verloren hat, trifft nicht zu und paßt nicht zu ihrem Charakter. Denn daß die Mutter nicht ihren eigenen Ehrgeiz auf die Kinder projiziert, hat sie in der uneigennützigen Verwaltung des Vermögens nach dem Tod des Vaters gezeigt.

Mit dem zweiten Grund setzt die eigentliche Gesprächstherapie ein, die den Schmerz aus Sehnsucht nach dem Sohn überwinden helfen soll. Seneca läßt sich als guter Seelenarzt zunächst auf die Denkweise seiner Patientin ein, stellt ihre Gründe als berechtigt dar. Er artikuliert dazu die Klagen der Mutter über den Verzicht auf den persönlichen Umgang in einer ganzen Reihe von eindringlichen Fragen aus ihrem Mund. Verschärft wird der Schmerz dadurch, daß beide sich kurz vor dem Urteil noch ahnungslos in Rom gesehen hatten. Leichter wäre eine Trennung zu ertragen, die schon vorher einige Zeit angedauert hätte. Seneca redet seiner Patientin also den Schmerz nicht klein, sondern er stärkt stattdessen ihr Selbstwertgefühl, indem er wieder an ihre bewährte Tapferkeit erinnert; sie kennt den Schmerz, denn ein narbenreicher Körper ist getroffen.

In Kapitel 16 baut er diese *admonitio* aus, indem er an ihren Stolz appelliert, weil weibliche Schwäche für sie keine Entschuldigung sei. Die einjährige Trauerfrist als gesellschaftliche Regel hat ihre Berechtigung, doch eine grenzenlose Trauer wäre töricht. In diesem wichtigen Abschnitt wendet Seneca Chrysipps Erkenntnis an, daß in der Regel ein falsches Pflichtgefühl für die fortgesetzte Trauer verantwortlich gemacht werden kann. Seneca kann im Fall seiner Mutter die Klarstellung der *falsa opinio* kurz halten: Erstens kann er ihr im Unterschied zu einem Verstorbenen selbst sagen, daß sie das für ihn nicht tun muß; und zweitens haben Frauen, die ihr restliches Leben vertrauern, keine Vorbildfunktion für Helvia, deren kluge Einstellung er lobend hervorhebt, auf alle Eitelkeiten zur Steigerung weiblicher Reize vorbildlich verzichtet zu haben. Er demonstriert ihr mit historischen Exempla, daß die fortgesetzte Trauer eine weibliche Schwäche wäre, die auf Außenwirkung bedacht ist und deshalb mit dem Gehabe eitler Frauen auf gleicher Stufe steht.

27 Abel (wie Anm. 14) 16.

Wie aber wird diese Therapie im Anschluß an das Gespräch des Arztes mit dem Patienten fortgesetzt? Für seine Mutter prüft Seneca verschiedene empfohlene therapeutische Mittel auf ihre Wirksamkeit hin. Naheliegend ist zwar die Empfehlung von Ablenkung; abgesehen vom üblichen Besuch der Spiele böten sich ausgedehnte Reisen oder intensive Arbeit an. Seneca rät davon nicht ab, warnt nur, daß der Erfolg dieser epikureischen Therapie hinfällig wird, sobald ein geringfügiges Detail die schmerzliche Erinnerung wieder wachruft. Nur die rationale Behandlung des Schmerzes, also eine kognitive Therapie, hat nachhaltigen Erfolg.

Entscheidend ist die Selbsthilfe: Helvia soll sich durch eigene philosophische Studien selbst therapieren. Wir erfahren, daß sie dazu bereits Grundlagen hat; leider hat ihr Mann ein tieferes Studium verhindert²⁸, sonst wäre die Therapie in dieser Form nicht nötig; sie hätte sich selbst helfen können. Die Philosophie – das hat Seneca an seiner Selbsttröstung im ersten Teil demonstriert – verhindert, daß sich der Schmerz ausweitet; sie wirkt wie ein *praesidium* gegen Fortunae Angriffe.

Doch es gibt noch zusätzliche stützende Trostgründe (*adminicula*) in Gestalt aller Angehörigen. Seneca betont einerseits den Ersatz, den seine beiden Brüder für den Verlust eines Sohns bieten können, und andererseits die Aufgaben, die ihr die Fürsorgepflichten innerhalb der Familie abverlangen, u.a. die Erziehung der Halbweisen Novatilla und die mögliche Pflege des alternden Vaters.

Als letztes und besonders wirksames Mittel für eine nachhaltige Therapie empfiehlt Seneca der Patientin die Orientierung an einer starken Persönlichkeit aus der eigenen Umgebung. Abel hat bereits darauf aufmerksam gemacht, daß hier eine epikureische Methode übernommen wird, weil solche *testes* eine Aufsichtsfunktion übernehmen und den Labilen davon abhalten, in alte Fehler zu verfallen²⁹. Aber Seneca erwähnt in diesem Zusammenhang nicht die Kontrollfunktion, sondern betont das positive Vorbild für Verhaltensweisen in Krisensituationen, weshalb er keine verstorbenen Autoritäten als imaginierte Zeugen empfiehlt, sondern Helvias Schwester zur *perfectissima femina* der eigenen Zeit erhebt. Seine Mutter muß also nicht die Literatur bemühen, wo Vorbildgestalten wie eine Alkestis gefeiert werden; daß Helvias Schwester eine moderne Alkestis ist, wird zum Grundgedanken seiner abschließenden *laudatio*³⁰.

28 Zu diesem Passus im Zusammenhang mit dem idealisierenden Frauen- und Familienbild dieser Schrift vgl. Rita Degl'Innocenti Pierini, „Ritratto di famiglia“. Seneca e i suoi nella *Consolatio ad Helviam*, in: Isabella Gualandri/Giancarlo Mazzoli (a cura di), *Gli Annei, una famiglia nella storia e nella cultura di Roma imperiale*. Atti del Convegno internazionale di Milano–Pavia 2–6 maggio 2000, Como 2003, 339–354, bes. 340.

29 Abel (wie Anm. 14) 31.

30 Vgl. dazu Andres Pociña, *La donna secondo Seneca e le donne degli Annei*, in: Gualandri/Mazzoli (wie Anm. 28) 327–337. Die biographischen Informationen zu Helvias Schwester bleiben in Senecas lediglich typisiertem Porträt spärlich; daß selbst die Länge der ägyptischen Statthalterschaft ihres Mannes ein textkritisches Problem zu sein scheint, hat

Festzuhalten sind also folgende Schritte in Senecas Arbeit als Psychotherapeut: Nach der Vorbereitung des Patienten, der Distanz zu seinem eigenen Fall gewinnen muß, wird in der Gesprächstherapie teils argumentative Überzeugungsarbeit geleistet, teils werden Autoritäten und Exempla aufgeboten, um eine Situationsumbewertung zu erreichen. Anschließend soll die eigenständige Fortsetzung der Therapie auf mehreren Komponenten aufbauen: auf der rationalen Basis des Philosophiestudiums, auf der emotionalen Stütze in der Familie, die zugleich eine Lebensaufgabe gibt, und auf der Orientierung an einem anerkannten Vorbild.

Im Schlußkapitel gibt Seneca nun einen Blick auf die Fortsetzung seiner Autotherapie frei. Nach der therapeutischen Beratung für seine Mutter dürfen wir uns denken: Der Verbannte hat es schwerer, denn auf der Insel hat er weder eine echte Aufgabe noch sind seine Angehörigen verfügbar. Trotzdem kann er seiner Mutter versichern, daß es ihm ohne berufliche Verpflichtungen blendend geht und er sich ungestört seinen naturwissenschaftlichen Studien widmen kann. Er selbst wendet also die empfohlene Therapie mit Hilfe von philosophischen Studien an und demonstriert das, was er seiner Mutter offenbar nicht zutraut, an seiner eigenen Person: wie man sich bis auf die Stufe der *magnanimitas* erheben kann, indem die Betrachtung des Kosmos über alle menschlichen Unannehmlichkeiten erhebt.

Die *Consolatio* für Marcia gewinnt ihre Überzeugungskraft durch die Umkehr der Reihenfolge des *exempla-* und *praecepta-*Teils. Seneca spielt hier mit einer Paradoxie: Marcia selbst gilt nämlich für ihre Mitmenschen wegen ihres mutigen Eintretens für das geistige Vermächtnis ihres Vaters als Leitfigur: *velut antiquum exemplar* ist Marcia selbst eine Ikone altrömischer Tugend, ähnlich wie Helvias Schwester eine moderne Alkestis ist. Und für sie, die Leitfigur für andere ist, muß nun ihrerseits ein Vorbild gefunden werden? Gerade das ist Senecas geeigneter Einstieg in diese Therapie; er nimmt Marcia ernst, weil sie Gründe für dieses Fehlverhalten haben muß. Deswegen tritt er nicht als Tadler ihres falschen Verhaltens auf und schreibt ihr ein anderes vor, sondern schließt von ihrem Stolz und Selbstverständnis auf die Orientierungsmuster, aus denen sich ihr derzeitiges Verhalten logisch erklären läßt. Nur so kann er vorsichtig dahin kommen, ihr Verhalten indirekt – mit Hilfe des negativen *exemplum* – zu kritisieren und daraufhin ein neues, überzeugendes Identifikationsangebot vorzuschlagen.

Zwei prominente Frauen des augusteischen Kaiserhauses haben einen vergleichbaren Verlust wie Marcia erlitten: Octavia verlor mit dem unerwartet frühen Tod des

Alberto Grilli gezeigt, der die Dauer der Amtstätigkeit auf sechs Jahre (anstelle der durch Senecas *laudatio* bezeugten ungewöhnlich langen 16 Jahre) verkürzt: La questura di Seneca e la prefettura d'Egitto, in: Fabrizio Conca (a cura di), Ricordando Raffaele Cantarella. Miscellanea di studi, Milano 1999, 163–166.

Marcellus nicht nur den Sohn, sondern auch das Ziel ihres Ehrgeizes, denn Marcellus wurde schon als ‚Thronfolger‘ gehandelt. Sie verhält sich wie Marcia und verbringt den Rest ihres Lebens in demonstrativer Trauer und selbstgewollter Isolation. Wie quälend das auf die Umgebung wirkt, führt Seneca seiner Patientin deutlich vor Augen. Dem wird das positive Exempel der Livia kontrastiv gegenübergestellt. Der Tod des Drusus, in dem man ebenfalls bereits den Nachfolger des Augustus sah, hat sie ebenso hart getroffen. Der entscheidende Unterschied im Verhalten war ihre Bereitschaft, sich in dieser Krisensituation helfen zu lassen. So gewann sie ihre Fassung wieder. Ihre anderen Angehörigen lebten, gaben ihr entsprechende Aufgaben, und sie ehrte das Andenken ihres verstorbenen Sohnes, indem sie öffentlich gern von ihm sprach, um so in der Erinnerung an ihn zu leben.

Nachdem Seneca mit einem emotional gefärbten Urteil Octavias Verhalten als unangemessen dargestellt hat, will er Marcia selbst zu einer Bewertung veranlassen. Er drängt sie deshalb zur Beantwortung der einen Frage, auf die sich das Verhalten beider Personen reduzieren läßt, nämlich ob ein Schmerz groß sein soll oder ob er unvergänglich sein soll (dial. 6,4,1). Er vertritt hier keine rigide stoische Position der Affektbekämpfung, sondern signalisiert der Patientin: Niemand verlangt von ihr die unmenschliche Unterdrückung der Gefühlsregungen beim Tod des eigenen Kindes; aber eine *modestia* gilt auch für die Trauer³¹.

Um die Argumente mit autoritativem Gewicht zu versehen, führt Seneca an dieser Stelle die Prosopopöie des Areios Didymos ein (dial. 6,4,3–5,6), der Livia psychotherapeutisch erfolgreich betreut hatte. Dessen Erfolgskonzept deckt sich auffälligerweise mit Senecas bisheriger Therapie, so daß es teilweise zu motivischen Verdopplungen kommt, die man in ihrer Redundanz als rhetorische Schwäche deuten müßte, die aber in der therapeutischen Wirkung ihre Berechtigung haben. Areios Didymos beginnt mit einem Lob der Stärke, die Livia an der Seite des Augustus bisher bewiesen habe. Das entspricht Senecas Lob von Marcias *virilitas* zu Beginn der Trostschrift. Daß sich Stärke nicht im Glück, sondern erst bei der Bewährungsprobe im Unglück zeige, kennen wir bereits aus der senecanischen Würdigung von Marcias Verhalten beim Tod ihres Vaters (dial. 6,1,1). Umso leichter soll es Marcia fallen, die weiteren Empfehlungen der Rede auf sich selbst zu beziehen: Die anderen Familienmitglieder sind noch am Leben, gewähren selbst und brauchen ihrerseits Unterstützung. Der

31 Die Art der Schmerzbekämpfung hier im Vergleich zu Anlässen in den *Epistulae morales* beschreibt die kleine Studie von S.J. Boal, *Doing battle with grief: Seneca, Dialogue 6*, *Hermathena* 116 (1973) 44–51. Wer kritisiert, daß Seneca in Abweichung von der stoischen Maxime der vollständigen Affektbekämpfung die peripatetische Metriopathie zuläßt, verkennt, daß Seneca hier nicht über das Ideal des Weisen spricht, sondern einen psychisch kranken Patienten behutsam zunächst dazu bringen muß, sich überhaupt auf eine Behandlung einzulassen.

Unsicherheit von Freunden, wie man sich gegenüber der trauernden Mutter verhalten soll, muß man selbst entgegenwirken, indem man Signale setzt, etwa zur Erinnerung an den Sohn auffordert. Wer an der letzten negativen Erfahrung seines Lebens unablässig festhält, verschlimmert diesen Eindruck noch. Es ist eine *gloria perversissima*, die unglücklichste Frau der ganzen Welt sein zu wollen. Mit einer entsprechenden Formulierung hatte Seneca bereits zu Beginn Marcias Trauer entlarvt: als eine *prava voluptas*, die nur als eine Ersatzhandlung für den Verlust der mütterlichen Fürsorge gedeutet werden kann (dial. 6,1,7).

Damit dürfte Seneca das Teilziel erreicht haben, die Trauernde von der falschen Vorstellung abzubringen, ihre Trauer sei eine Pflichterfüllung gegenüber dem Toten oder den Göttern. Der Tadel in diesem Befund wird dadurch abgemildert, daß Marcia durch falsche Vorbilder irregeleitet worden ist. Wenn solches Trauerverhalten in den höchsten Kreisen zu beobachten ist – also bei Menschen, die sonst vorbildlich handeln –, so scheinen sie auch in der Situation des Verlustes pietätvoll zu handeln und werden deswegen nachgeahmt. Indem die egoistischen Motive von Octavias Verhalten aufgedeckt werden, muß Marcia die Peinlichkeiten in ihrem eigenen Verhalten erkennen und wird so leichter zu einer veränderten Haltung bewogen, als wenn Seneca direkt mit dem Finger auf sie gezeigt hätte. Seneca gibt Marcia in der Gestalt der Livia eine neue Orientierungsfigur an die Hand.

Zugleich hat Seneca mit den beiden *exempla* bereits ein weiteres Ziel erreicht: Marcia wird durch den Vergleich mit anderen Frauen, denen Gleiches zugestoßen ist, davon abgebracht werden, sich im Selbstmitleid als unglücklichste Frau der Welt zu sehen.

Sie ist so für die kognitive Therapie vorbereitet, und damit kann Seneca den anschließenden argumentativen Teil der *consolatio* beginnen, der die Gerichts- und Verteidigungssituation vom Anfang wieder aufnimmt. Die Gliederung ergibt sich aus mehreren Vorwürfen gegen das Schicksal oder Einwänden der Marcia gegen Senecas Forderung, Stärke zu beweisen.

Marcias erste Vorhaltung, sie habe den größten Verlust aller Mütter erlitten, ist schon vorab widerlegt und wird entsprechend schnell zurückgewiesen. Zudem ist ihr Verhalten nicht zu rechtfertigen, denn Tränen machen den Toten nicht wieder lebendig, sondern zeugen von hilfloser Passivität gegenüber dem Schicksal³².

Ihr zweiter Einwand gegen Senecas Forderung betont die Natürlichkeit, die in dem Gefühl der Sehnsucht nach den Angehörigen liegt. Während Seneca gegenüber Helvia an dieser Stelle keine dialektischen Mittel angewendet hatte, kommen sie hier nun gerade zum Einsatz: Mit dem Stichwort ‚natürlich‘ übernimmt der Stoiker seinen Part, indem er definieren darf, was ‚naturgemäß‘ ist: Daß Trauer zeitlich begrenzt ist,

³² Johann (wie Anm. 4) 56f., §§ 103–105.

beweist er mit Blick auf die Tierwelt. Die logisch abgesicherte Definition von ‚natürlich‘ weist nach, daß Marcia einer falschen Vorstellung anhängt; denn was von Natur aus allen zukommt, darf auch nicht von Person zu Person variieren, sondern gilt für alle Menschen in gleicher Weise und Intensität; ihre Trauer dagegen ist auf den ungünstigen Einfluß ihrer Situationsbewertung, also ihrer *opinio*, zurückzuführen.

Marcias dritter Einwand verbindet sich mit der Frage nach der Erklärung für die Hartnäckigkeit ihrer Trauer. Schuld ist ihr Fehlverhalten: die fehlende Vorbereitung auf schmerzvolle Verluste. Am Beispiel anderer Menschen sollten wir eigentlich erkennen, daß solche Erfahrungen allgemein eintreffen können. Die *praemeditatio* wird hier, wie bei Helvia, als Wappnung gegen die böswillige Feindin Fortuna empfohlen (dial. 6,9). Die Erwartungshaltung an eine problemlose Zukunft wird als falsch zurückgewiesen, weil alle sog. Güter nur Leihgaben sind, die Leihfrist bestimmt nicht der Entleiher, sondern der Besitzer. In diesem Sinn hat Marcia auch die *condicio humana* zu verstehen: Schon mit der Geburt steht unverrückbar fest, daß der Mensch sterben muß.

Seneca fragt weiter: Auf wen richtet sich Marcias Schmerz? Auf den Verstorbenen? Oder ist es noch immer Selbstmitleid? Daraus ergibt sich die argumentative Herleitung einer neuen Situationsbewertung. So wird die rhetorische Disposition in eigennützige und uneigennützige Gründe angekündigt³³. Zunächst werden tatsächlich die Gründe für Marcias Selbstmitleid erörtert: Marcia hat für sich selbst aus einem längeren Leben ihres Sohnes mehr Freude erwartet. Entsprechend der stoischen Bewertung ist aber nicht die Länge des Lebens, sondern die moralische Haltung ausschlaggebend für dessen Qualität; Marcia muß dankbar sein, daß sie Freude an ihrem Sohn haben durfte, und die gute Erziehung ist keine Fehlinvestition, sondern die damit erwiesene Liebe ein Gut an sich. Trost kann sie aus der Tatsache schöpfen, daß einen solchen Verlust selbst die mächtigsten Menschen, im Mythos sogar Götter erleiden müssen. Mit der hohen Anzahl an *exempla* für tapfer ertragenen Verlust aus der römischen Geschichte und der eigenen Gegenwart (dial. 6,13–16) belegt Seneca auch seine Behauptung, daß beinahe jeder Mensch ähnliche Verluste erleben muß, daß die erwiesene Stärke auch nicht geschlechtsspezifisch ist.

Die nächsten Vorwürfe gegen das Schicksal richten sich darauf, daß Marcia ausgerechnet den einzigen und so wohlgeratenen Sohn verlieren mußte, der *praesidium* und *decus* sein sollte (dial. 6,16–17). Seneca weist auf die Nachkommen hin, in denen sie den Sohn wiedererkennen kann.

Daß gerade der Gute sterben muß, greift die Theodizee-Thematik mit dem wichtigsten Argument wieder auf. Seneca müßte dazu im Grunde zu einem eigenen Dialog ausholen, wie in *De providentia* und *De constantia sapientis*. Stattdessen be-

33 Vgl. etwa Abel (wie Anm. 14) 16.

endet er den Abschnitt mit einem rhetorischen Glanzstück, indem er die *condicio humana* der Lebensreise mit der Planung zu einer Reise nach Syrakus versinnbildlicht³⁴: Man erwartet viele staunenswerte Eindrücke in Sizilien, weiß aber vorher um die Unannehmlichkeiten einer Reise. Auch die Natur macht niemandem Versprechungen, die Risiken bei der Zeugung und Erziehung von Kindern sind zuvor bekannt. Wer die Wunder der Natur und des Kosmos auf der einen Seite und die Leiden des Lebens auf der anderen Seite sieht, wird trotzdem nicht davon abgehalten, sich für das Leben zu entscheiden.

Nach der rationalen Widerlegung von Marcias Anklagepunkten gegen das Schicksal kündigt Seneca im folgenden Abschnitt seine Therapie mit Trostgründen an (dial. 6,19,1). Er nennt drei Aspekte, die es zu behandeln gilt:

Das Gefühl, den Toten zu vermissen (*desiderium*), hängt in seiner Intensität von unserer eigenen Einschätzung ab. Um die Sehnsucht zu vermindern, muß man sich bewußt machen, daß der Sohn auch zu Lebzeiten nicht immer anwesend sein konnte.

Daß Marcia einen gesellschaftlichen Schutz verloren habe, kann Seneca genauso wenig gelten lassen wie bei seiner Mutter; mit satirischem Unterton verweist er auf die Erbschleicherei in Rom, die gerade das Gegenteil beweist.

Gegen den trotzdem nicht zu leugnenden Schmerz soll Marcia zu einer Umbewertung der Situation gelangen, indem sie sich in die Lage des Verstorbenen selbst versetzt – wir sind im zweiten Teil der rhetorischen Disposition angelangt. Beweisziel ist: Der Verstorbene ist nicht unglücklich, sondern befreit von allen Leiden. Der Segen des Todes als Garant der menschlichen Freiheit und vor allem der Segen eines rechtzeitigen Todes wird an Menschen exemplifiziert, die ‚zu lange‘ lebten. Daß ihr Sohn Metilius durch den frühen Tod vor vielen negativen Erlebnissen bewahrt blieb, kann Marcia im Vergleich mit den politischen Erfahrungen ihres Vaters sehen. Sein Suizid bedeutete für ihn die Befreiung aus Sejans Tyrannei.

Bei Marcia scheint Seneca in stärkerem Maß als bei seiner Mutter stoische Vorstellungen voraussetzen zu dürfen; er empfiehlt kein eigenes Studium als Therapiefortsetzung, sondern führt sie umgehend tief in die stoische Gedanken- und Vorstellungswelt ihres Vaters ein.

Die rationale Argumentation, die zur Umbewertung von Metilius' Situation führen soll, wird am Ende wirkungsstark zu einer platonischen Anagogie erweitert, mit der Marcia in die himmlischen Sphären versetzt wird, wo die reinen Seelen ihres Vaters und ihres Sohnes vereint sind. Die Rede des Cremutius Cordus über den glücklichen Zustand der Seelen, die alles Irdische überwunden haben und den kosmischen Über-

34 Eine ausführliche Würdigung des rhetorischen Einsatzes des *condicio humana*-Topos bei Seneca im Vergleich mit anderen lateinischen Autoren findet sich bei Anacleto Postiglione, „Humana condicio“ nella meditazione di Seneca, in: Nicastrì (wie Anm. 10) 121–142.

blick über Raum und Zeit genießen dürfen, erreicht ihr Ziel auch beim Leser: Wie im *Somnium Scipionis* fühlen wir uns ebenfalls mit dem Sprecher an diesen erhabenen Ausblickspunkt versetzt, sehen von dieser hohen Warte aus die Erde unter uns, deren Winzigkeit auch die dortigen Geschehnisse als unwichtig und wie einen Aufruhr im Ameisenhaufen erscheinen läßt. Dieser erhöhte Standpunkt läßt uns für kurze Zeit an der *magnanimitas* teilhaben, wie sie sonst nur ein Weiser erreicht. Marcia kann sicher sein, daß es ihren Toten gut geht, und der neu erreichte übermenschliche Standpunkt ist die Garantie dafür, daß die Situationsumbewertung vollständig gelungen ist, weil die Anklage gegen die vermeintliche Ungerechtigkeit der Götter nicht mehr aufrecht erhalten werden kann.

Aus beiden *Consolationes* ist ein therapeutisches Konzept zu rekonstruieren, das folgende Punkte anwendet, deren Reihenfolge und Gewichtung jeweils adressatenbezogen modifiziert sind:

a) Vergegenwärtigung bereits überstandener Schmerzerfahrung

Mit der Erinnerung an frühere schmerzliche Erfahrungen wird möglichst am eigenen Beispiel bewiesen, daß der aktuelle Auslöser des Schmerzes kein einmaliges Unglück ist, sondern daß der Patient selbst gezeigt hat, daß man Schmerz besiegen kann. Damit wird der Patient aus der Haltung des Selbstmitleids aufgestört; zugleich wird aber das eigene Selbstwertgefühl des Patienten gestärkt.

b) Situationsumbewertung

Vorrangig mit argumentativen Mitteln, unterstützt von autoritativen Bestätigungen in Form von *exempla* und Prosopopöien, wird der Patient in einer gesprächsartigen Atmosphäre (mit Gestaltungsmitteln der Diatribe: Apostrophen, Fragen, fiktiven Anklagen, Einwänden des Adressaten) dazu gebracht, eine neue Sicht auf seine eigene Situation zu gewinnen und zugleich den Standpunkt anderer Menschen und vor allem den des Betraueren einzunehmen, um aus dessen Sicht das eigene Verhalten zu bewerten und entsprechend zu korrigieren. Argumentativ wirken

gegen Selbstmitleid („Mir ist das Schlimmstmögliche zugestoßen!“):

Beispiele für ähnliche Erfahrungen anderer Menschen,

condicio humana-Topos: der Tod ist Teil des menschlichen Lebens;

gegen die Auffassung von Trauer als Dienst für den Toten/Betroffenen:

die Frage, ob der Verstorbene/Betroffene das Verhalten des

Trauernden guthieße;

das Anrecht der lebenden Familienmitglieder auf Zuwendung:

die Familie wird als Aufgabenfeld neu ins Bewußtsein gerückt;

gegen die Auffassung, daß der Tote/Verbannte unglücklich ist:
 der Gedanke, daß dem Verstorbenen leidvolle Erfahrungen erspart
 sind / daß der Verbannte nichts Wesentliches vermißt;
 die Vorstellung, daß die Seele des Verstorbenen einen höheren
 Zustand erreicht hat (*magnanimitas*). / daß der Verbannte in
 der Konzentration auf wesentliche Studien die Seelenruhe und
magnanimitas erreicht.

- c) Lösung von der Fixierung auf die vermeintliche Traueraufgabe:
 durch Konzentration auf Familie oder Beruf,
 durch Konzentration auf ein intellektuelles Aufgabenfeld:
 Philosophiestudium oder Literatur (Ziel: *magnanimitas*).

d) Orientierung an Vorbildern

Zur Bestätigung und Verstetigung der im Gespräch gewonnenen Einsicht wird dem Patienten eine Leitfigur geboten, mit deren Handlungsweise er sich besonders gut identifizieren kann. Sie stammt deswegen vorzugsweise aus der eigenen Familie oder dem sozialen Umfeld.

Kann Panegyrik zum Zweck der Therapie eingesetzt werden?
 Das Problem der Trostschrift *Ad Polybium*

Vergleichen wir die Argumentationsstruktur in *Ad Polybium de consolatione* mit den beiden anderen Trostschriften! Die Frage nach der Authentizität oder aber nach der Intention der Schrift hat eine jahrhundertelange Forschungsdiskussion hinter sich. Der Fälschungsverdacht, der seit Diderot noch weit bis ins 20. Jahrhundert fortbestand, ist unterdessen ausgeräumt³⁵. Wer aus dem Kaiserlob Ironie heraushört, muß auch die Schlußfolgerung aus dieser Annahme erklären können: Denn diese Art von Doppeldeutigkeit kann auch dem betroffenen Kaiser nicht entgehen, und damit wird die Schutz- und Tarnfunktion der Ironie hinfällig. Sollte aber Polybios in diesem literarischen Racheakt mitangegriffen werden, dann wäre diese *Consolatio* eine private,

35 Vgl. dazu die Forschungsberichte bei Rita Degl'Innocenti Pierini: *Motivi consolatorii e ideologia imperiale nella Consolatio ad Polybium di Seneca*, in: Loretta Baldini Moscardi (a cura di), *Cultura e ideologia da Cicerone a Seneca*, Firenze 1981 (Quaderni di Filologia Latina 1), 115–147, bes. 115–119; Atkinson (wie Anm. 4) bes. 861–864 und Siegmund Döpp, *Claudius in Senecas Trostschrift an Polybios*, in: Volker M. Strocka (Hg.), *Die Regierungszeit des Kaisers Claudius (41–54 n. Chr.) – Umbruch oder Episode?*, Mainz 1994, 295–306, bes. 295–297.

nicht zur Veröffentlichung bestimmte Schrift und der Deckmantel der Ironie unnötig. War Seneca umgekehrt mit Polybios so gut befreundet, daß er es wagen durfte, ihn mit einer Lachkur auf Kosten des Kaisers zu therapieren, müßten wir das kühne Wagnis des Verbannten ehrlich bewundern, der damit sein Leben riskierte. Die Ironie-Deutung ist unterdessen nicht mehr akzeptiert: Rita Degl'Innocenti Pierini hat mit Passagen aus Ciceros Briefen nachgewiesen, daß die erste der umstrittenen Passagen³⁶ durchaus übliche Gedanken der disziplinierenden Wirkung von beobachtender Öffentlichkeit und Autoritäten artikuliert. Daß auch das Kaiserlob für zeitgenössische Leser durchaus im Rahmen des Gewohnten blieb, hat zuletzt Siegmund Döpp überzeugend mit Rückgriff auf die panegyrischen Gestaltungsnormen nachgewiesen³⁷. Wenn Seneca selbst die Satire der *Apocolocyntosis* als Kontrastfolie für ein panegyrisches Elogium auf Nero mißbraucht, das wesentlich übertriebener und damit für uns peinlicher ausfällt als die positive Würdigung des Claudius, dann sollte man nicht allzu hellhörig bei angeblichen Ironiesignalen in *Ad Polybium* sein³⁸. Man muß sich damit abfinden, daß Seneca bei der Abfassung dieser *Consolatio* tatsächlich ein persönliches Ziel vor Augen hatte: seine eigene Begnadigung³⁹. Die Therapie des Adressaten bleibt trotzdem ein weiteres Ziel, auch wenn der Todesfall zum Anlaß genommen wird, um auf die eigene Situation hinzuweisen. Mit der Wahl der Gattung muß Seneca aber die therapeutische Behandlung im Krisenfall überzeugend durchführen, um auch seine eigene Intention mit Erfolg durchsetzen zu können. Unsere Untersuchung sollte also prüfen, ob das Kaiserlob und die Bezugnahmen auf Polybios' berufliche Stellung in akzeptabler Weise in die Therapiestruktur der *Consolatio* integriert sind.

Das Verhältnis von Argumentation und Therapieempfehlungen in *Ad Polybium*

Die Schrift ist leider zu Beginn verstümmelt überliefert. Somit entzieht sich unserer Kenntnis, ob Seneca auch hier die psychische Konstitution des Patienten aus seinem

36 Es handelt sich um die Kapitel 6 und 7, in denen Polybios' prominente berufliche Stellung betont wird, die ihm kein Zeichen der Schwäche erlaube, und in denen das Vorbild des Kaisers präsentiert wird, der die Last der ganzen Welt klaglos auf seinen Schultern trägt.

37 Döpp (wie Anm. 35).

38 Zu Recht hat Atkinson (wie Anm. 4) 872–879 zunächst die Anwendung fester Kriterien für ironische Ausdrucksformen gefordert; die Beispiele, an denen er mögliche Doppeldeutigkeit diskutiert, könnten allerdings nur dann überzeugen, wenn man die Sätze ohne ihren argumentativen Kontext liest.

39 In dieser Hinsicht wenig innovativ ist der jüngste Kommentar von Thomas Kurth (wie Anm. 15, bes. 13–23), der schlicht die Kombination der drei Tendenzen Tröstung, Bitte um Begnadigung und Herrscherlob als Charakteristikum dieser Schrift hervorhebt. In der Strukturbeschreibung wagt sich Kurth über Abels Vorgaben nicht hinaus.

Verhalten diagnostisch zu erfassen versucht hat und wie er die Methode der Heiltherapie und vor allem seine Autorität als Arzt gegenüber dem Patienten begründet hat. Der Todesfall scheint gerade nicht, wie bei Marcia, schon Jahre zurückzuliegen, wo Seneca sich nach den vergeblichen Versuchen der Umgebung als Arzt anbieten konnte. Seneca ist außerdem nicht vor Ort, kann von Polybius' Schicksal und Verhalten nur vom Hörensagen erfahren haben, und er steht diesem persönlich nicht besonders nahe – ein Argument, das ihn zum Therapeuten seiner Mutter qualifiziert hat. Möglicherweise ist er tatsächlich so weit gegangen, daß er sich, wie bei Helvia, als geeigneter Tröster angeboten hat, weil er selbst vom Unglück getroffen und deshalb verständnisvoll und mitfühlend ist. Damit hätte er sein persönliches Anliegen gleich zu Beginn zur Sprache bringen können.

Dem verstümmelten Anfang zum Trotz ist die therapeutische Struktur der Trostschrift wie bei den anderen beiden *Consolationes* gut erkennbar, weil Seneca seine Methoden anspricht. Johanns Analyse, die sich auf die argumentative Struktur konzentriert, erkennt freilich Mängel: So wird zwar bis Kapitel 9 dieser Schrift noch „ein sinnvoller Beweisplan“ nach der *divisio* in *de maerentis condicione* (dial. 11,1–9) und *de mortui condicione* (dial. 11,9) attestiert, doch das anschließende Stück (dial. 11,10–18,8) gilt Johann als „Nachtrag zum ersten Teil“⁴⁰. Auch hier gilt: Nur wenn man beide Teile auf argumentative Strukturen reduziert, ohne ihre jeweilige unterschiedliche therapeutische Funktion zu bestimmen, werden sich Redundanzen und scheinbar schlecht motivierte Doppelungen finden.

Die Analyse von Abel wiederum hat den Nachteil, zu scharf Konsolationsthema und Herrscherpanegyricus zu trennen; dieser sei an der Scharnierstelle von *praecepta*- und *exempla*-Abschnitt als „digressionsartiger Passus“ eingelegt, aber „von langer Hand vorbereitet“⁴¹. Die funktionale Einbindung der Claudius-Prosopopöie in das therapeutische Konzept ist jedoch enger.

Eine Gliederung nach therapeutischen Schritten läßt folgende Abschnitte erkennen: Im ‚Therapiegespräch‘ werden zunächst die Anklagen des Polybius gegen das Schicksal formuliert, also vergleichbar mit Marcias Theodizee-Fragen (dial. 11,1–3). Aus einer allgemeinen Zurückweisung der Berechtigung solcher Anklagepunkte (dial. 11,4) wird dann zunächst die praktische Therapieempfehlung entwickelt (*remedia*: dial. 11,5–8), um diese anschließend mit argumentativen Mitteln (*ratio, levamenta*: dial. 11,9–12) zu unterstützen. Diese Umkehr der üblichen Abfolge ist bei den meisten bisherigen Gliederungsvorschlägen übersehen worden. Wie für Helvia wird am Ende der Therapie auch für Polybius die Orientierungsfigur zur selbständigen Anwendung der Therapieempfehlungen entsprechend aufgebaut, die bereits unter den *remedia* angekündigt wurde: Es ist die Gestalt des Kaisers Claudius (dial. 11,13–17).

40 Johann (wie Anm. 4) 150f., §§ 327–332.

41 Abel (wie Anm. 14) 74.

Im ersten erhaltenen Abschnitt der *Consolatio* (dial. 11,1–4) wird dem Patienten Polybius in zwei Schritten bewiesen, daß eine Klage – sei es gegen das *Fatum*, sei es gegen *Fortuna* – sinnlos ist. Wenn Abel hier behauptet, „*Fatum* und *Fortuna* werden wesentlich als Synonyma verwandt“⁴², so kann man das nur auf die Anklageformulierung beziehen, die dem Polybius unterstellt wird. Die argumentative Trennung, die Seneca selbst in den beiden Abschnitten von dial. 11,1 und 11,2–4 vornimmt, unterscheidet durchaus korrekt zwischen den Glückgaben der *Fortuna* und den allgemein-menschlichen Bestimmungen durch das *Fatum*.

Denn der erste Beweisgang richtet sich an denjenigen, der über die *crudelitas fati* klagt; der Ankläger erweist sich aus Unkenntnis als arrogant, weil Tod und Vergänglichkeit nicht nur eine *condicio humana*, sondern sogar die *condicio mundi* sind, also Zeichen für die Gerechtigkeit des *Fatum*, weil nichts und niemand davon ausgenommen bleibt. Die Vergänglichkeit nicht nur des menschlichen Lebens, sondern von scheinbar unvergänglichen Bauwerken, ganzen Städten, ja des Kosmos selbst, erfüllt zudem den therapeutischen Zweck, dem Patienten die Relationen bewußt zu machen, in denen er den Tod seines Bruder tatsächlich zu sehen hat (dial. 11,1).

Der zweite Argumentationskomplex richtet sich auf das Beweisziel, daß *dolor* weder dem Verstorbenen nützt (also vom Trauernden nicht als Verpflichtung gegenüber dem Toten angesehen werden darf) noch dem Trauernden. Um Polybius für dieses argumentative Vorgehen zu gewinnen, nimmt der Therapeut absichtlich die Haltung des Patienten ein, indem er dessen Anklagepunkte gegen *Fortuna* und die *dura fata* vorträgt, die zuerst *ex persona Polybii* (dial. 11,2), dann *ex persona fratris mortui* (dial. 11,3) formuliert sind.

Die Anklage *ex persona Polybii* richtet sich gegen *Fortuna*s heimtückisches Verhalten, weil sie Polybius' gesellschaftlichen Aufstieg nur gefördert habe (*felicitas sine invidia*), um ihn dann unerwartet und deshalb umso heftiger an seiner verwundbaren Stelle zu treffen. Denn alles andere, was ihm *Fortuna* nehmen könnte (Geld, Freunde, gesellschaftliche Reputation, Gesundheit, Leben), könnte er mit seinen *virtutes* kompensieren. Da Seneca sich hier im stoischen Sinne auf *Adiaphora* bezieht, also Gaben der *Fortuna*, trennt er *Fatum* und *Fortuna* ganz korrekt. Daß er den Laien Polybius nicht mit stoischer Terminologie und Argumentationsstrukturen gewinnen kann, ist wie im Fall der *Helvia* zu erwarten. Natürlich liest sich auch hier das seltsam gesuchte, eigentlich unbegründete Lob des Polybius für uns dann besonders unangenehm, wenn wir Seneca die Intention unterstellen, den Adressaten mit Schmeichelei für sich zu gewinnen. Doch ist dieses Lob der *virtutes* in verschiedenen Bewährungssituationen als Bestandteil des therapeutischen Konzepts zu verstehen. Das wird sichtbar, wenn wir zum Vergleich die beiden anderen *Consolationes* heranziehen: Dort nimmt

42 Abel (wie Anm. 14) 78.

die lobende Würdigung des bisherigen Verhaltens und der bereits bewährten moralischen Haltung gleich zu Beginn breiten Raum ein und dient einerseits zur Stärkung des Selbstwertgefühls und andererseits zum Beweis, daß auch dieser Unglücksfall, genauso wie die vorausgehenden, ertragen werden kann. Auf diesen letzten Punkt zielt Senecas Argumentation auch hier ab; sein Problem mit der Person des Polybius besteht jedoch offensichtlich darin, daß ihm keine Episoden aus dessen Leben zur Verfügung stehen, in denen sich die charakterliche Stärke bereits sichtbar erwiesen hat. Deswegen muß er in die allgemein und peinlich unpersönlich wirkende Spekulation ausweichen: Polybius würde sich in allen anderen Verlustsituationen als stark erweisen. Immerhin setzt damit der Effekt eines Panegyricus ein, indem der Gelobte moralisch unter Druck gesetzt und bei seinem Stolz gepackt wird: Will er sich angesichts von Vorschußlorbeeren geschmeichelt fühlen, darf er also in der tatsächlich eingetretenen Bewährungsprobe dieser einen Verlufterfahrung nicht versagen.

Ex persona fratris entwickelt sich der zweite Anklagepunkt gegen die Ungerechtigkeit des Fatums, das durch den frühen Tod ein ideales Brüderpaar auseinandergerissen hat, und gegen die Ungerechtigkeit der Fortuna, die den jüngeren Bruder sein Glück nicht ausreichend genießen ließ (dial. 11,3). Der Tod kann dem Fatum angelastet werden (*o dura fata et nullis aequa virtutibus*, dial. 11,3,2), die *felicitas* des hohen gesellschaftlichen Standes fällt in den Bereich der Fortuna (*quid tibi voluisti, tam iniusta et tam violenta fortuna? tam cito te indulgentiae tuae paenituit?* dial. 11,3,4). Durch das allgemein anerkannte positive Bild, das der jüngere Bruder in seinem kurzen Leben bei allen Menschen hinterlassen hat, wird der erste Teil dieser Anklage indirekt schon widerlegt; der explizite Beweis wird an späterer Stelle (dial. 11,9) erbracht.

Der Therapeut greift nach dieser Anklage ein, indem er sie zunächst nicht argumentativ widerlegt, sondern allgemein ihre Sinnlosigkeit betont. Da das Fatum irreversibel ist, bleibt die Trauer letztlich zwecklos und muß schnell überwunden werden, damit kein Gewöhnungseffekt in Form eines chronischen Leidens (*amara libido dolendi*) eintritt. Damit ist die Zielsetzung der kognitiven Therapie formuliert, die jetzt argumentative Mittel einsetzen kann; der Patient, so lautet die Ankündigung, habe den Heilungsprozeß selbst durch Reflexion (*ratio*) in Gang zu bringen, da von außen (durch Fortuna) dazu kein Anstoß gegeben wird (dial. 11,4,1).

Auf den ersten Anklagepunkt gegen die *crudelitas fati* muß Seneca nur noch einmal kurz replizierend eingehen, um den Patienten von der Konzentration auf sein eigenes Leid abzubringen: *circumspice!* lautet die Aufforderung, denn mit der Erkenntnis der *condicio humana* verliert sein Selbstmitleid jegliche Berechtigung, weil alle Menschen überall solche Verlufterfahrungen machen müssen (*larga ubique flendi materia*, dial. 11,4,2–3).

Seneca zieht an dieser Stelle – durchaus unerwartet, wenn man die anderen Schriften kennt – den therapeutischen Teil der *remedia*-Empfehlungen vor: Der Patient wird an seine Aufgaben erinnert, die sein familiäres oder berufliches Umfeld von ihm fordert; er erhält Anregungen für eine intellektuelle Beschäftigung und ihm wird eine Orientierungsfigur vorgestellt. Seneca schafft diesen Übergang unauffällig, indem er die Therapieempfehlungen scheinbar als Argumentationsgang *de mortui condicione* einführt: Die Erwartungen des kleinen Bruders an das Verhalten des großen Bruders bilden den Ausgangspunkt. Es ist der bewährte Perspektivenwechsel, mit dem Polybius von der falschen Traueraufgabe abgebracht wird, indem ihm seine tatsächlichen Aufgaben als *remedia* in Erinnerung gerufen werden.

Polybius soll seine Rolle als großer Bruder mit dem Tod des Jüngeren nicht aufgeben, sondern konsequent fortführen: Sein Bruder erwartet keine Trauerbekundungen von ihm, denn er würde ihn nicht unglücklich sehen wollen, er würde ihn nicht zu einer Verletzung seiner beruflichen Verpflichtungen veranlassen wollen, und er hat ihn bisher immer als Vorbild erlebt. Eine solche Vorbildfunktion muß Polybius folglich auch jetzt erfüllen: als Tröster seiner anderen Brüder und als Trost für den Verstorbenen (dial. 11,5). Diese Konzentration auf seine Vorbildfunktion bildet den Schwerpunkt der *remedia* und wird noch entsprechend vom Privatleben auf die Öffentlichkeit ausgeweitet. Polybius darf sich in seiner sozialen und in seiner beruflichen Stellung keine Schwäche erlauben, darf sich nicht ins Privatleben zurückziehen, weil er die Bittgesuche anderer Menschen, die ebenfalls von schweren Verlusten getroffen sind, nicht unberücksichtigt lassen kann (dial. 11,6). Als *remedium firmum* wird ihm hier erstmals das Vorbild des Kaisers zur moralischen Orientierung empfohlen; der Kaiser muß als Atlas der Welt allen dienen, ohne eigenem Schmerz nachzugeben (dial. 11,7)⁴³.

Als *remedium familiare* wird eine intellektuelle Betätigung empfohlen; für den Freigelassenen Polybius kommt ein philosophisches Studium nicht in Betracht, wie es Seneca den beiden Frauen und sich selbst empfiehlt. In diesem Fall ist es die literarische Beschäftigung, die den Patienten vor neue Aufgaben stellt. Natürlich halten wir den Themenvorschlag *Caesaris tui opera* für eine aufdringliche Schmeichelei, aber wenn Seneca Kaiser Claudius zur Vorbildfigur für Polybius aufbauen will, ist sogar dieses literarische Thema therapeutisch richtig angewandt.

Die kognitive Therapie wird anschließend mit den Mitteln der Dialektik fortgesetzt (dial. 11,9–11), die Seneca als *levamentum* bewertet. Verstärkt wird dabei die Situationsumbewertung trainiert, indem der Standpunkt des Bruders eingenommen werden soll. Das Bewußtsein für den Grund des Schmerzes wird durch eine analytische Frage

43 Vgl. dazu die gründliche Besprechung in Beziehung zu ähnlichen Trostmitteln bei Cicero durch Rita Degl'Innocenti Pierini (wie Anm. 35).

geschärft, die wieder die Disposition in eigennützige und uneigennützige Gründe erkennen läßt: *meo nomine an eius, qui decessit?* (dial. 11,9,1). Die Antwort *meo nomine* ist ausgeschlossen, denn sie wertet die Trauer ab, weil sie kein Akt der Pietät mehr ist. Wenn der Schmerz *fratris nomine* empfunden wird, ist er aber mit rationalen Argumenten nicht zu rechtfertigen. Wie bei Marcia wird nun die Argumentationskette zum Beweis fortgesetzt, daß Tote nicht unglücklich sind, da sie durch den Tod um nichts betrogen, sondern vor vielem bewahrt werden (dial. 11,9,2–9). Polybius' Anklage an Fortuna, daß ihm der Bruder geraubt wurde, wird – wie bei Marcia – umgedeutet: Einen solchen Bruder gehabt zu haben, muß als bereicherndes Glück und Gabe der Natur (Seneca verzichtet auf eine Zuweisung an *Fatum* oder Fortuna!) gewertet werden, nicht als Verlusterfahrung (dial. 11,10). Ebenso wird die Klage, daß der Tod unerwartet eingetroffen sei, wie bei Marcia als unberechtigt zurückgewiesen; wer so klagt, erweist sich als naiv, als *credulus*, d.h. als zu oberflächlich, um von der *condicio humana* auf die eigene Pflicht zur Vorbereitung auf solche Verluste zu schließen. Obwohl Seneca bei dieser Gelegenheit auf Beispiele aus dem eigenen Bekanntenkreis oder historische *Exempla* verweisen könnte, geht er anders vor und packt Polybius bei seinem Bildungsstolz: Denn Polybius' eigene literarische Beschäftigung mit den Dichtern müßte ihn eigentlich auf solche Lebenssituationen vorbereitet haben; er riskiert also, daß die Ernsthaftigkeit seiner literarischen Beschäftigung in Zweifel gezogen wird, wenn er in seiner eigenen Haltung gegen die Aussagen der von ihm verehrten und übersetzten Dichter verstößt (dial. 11,11).

Nur scheinbar liegt hier eine Doppelung des Arguments der *condicio humana* vor, das schon zu Beginn (dial. 11,1) eingesetzt wurde. Innerhalb des therapeutischen Ablaufs übernehmen doch beide Bereiche eine unterschiedliche Funktion. Zu Beginn soll Polybius durch ein sehr drastisches Szenario der Vergänglichkeit allen Seins auf die Relativierung der eigenen Verlusterfahrung eingestimmt werden, um vom Selbstmitleid abgebracht zu werden und sich auf die Methode der Situationsumbewertung überhaupt einzulassen. Nun soll die Erkenntnis, daß der Tod Teil des menschlichen Lebens ist, zur Vertiefung der eigenen Lebensauffassung und Lebensgestaltung mit Hilfe der therapeutischen Empfehlungen eingesetzt werden. Polybius soll dazu imstande sein, durch seine eigene Haltung auf andere positiv einzuwirken. Die Bedeutung von Bildung bei der Vermittlung dieser Haltung wird Polybius in Form eines Kompliments erneut bestätigt: Nur er ist innerhalb seiner Familie in der Lage, auf seine Brüder tröstend einzuwirken, denen eine solche *doctrina* fehlt. Erneut haben wir eine motivische Doppelung, indem die therapeutische Empfehlung, sich auf die lebenden Familienmitglieder zu konzentrieren (dial. 11,5), an dieser Stelle argumentativ verstärkt wird. Mit derselben Berechtigung kann Seneca im argumentativen Teil erneut das Thema auf Kaiser Claudius lenken, der bei der Therapieempfehlung als *remedium firimum* eingeführt wurde. Denn wie Polybius tröstend auf seine Brüder

wirkt, so tröstet ihn selbst der Anblick des Kaisers, der ihm noch einmal als zentraler Orientierungspunkt nahegelegt wird, zu dem man wie zu einer gütigen Gottheit trost-suchend aufblicken könne (dial. 11,12).

Seneca schwingt sich stilistisch zu einem Gebet für ein langes Leben des Herrschers auf (dial. 11,12,5) – rhetorisch bildet das Gebet eigentlich den Abschluß eines Panegyricus, hier ist es als Einstimmung auf das Kaiserlob zu verstehen; denn der panegyrische Preis von Eigenschaften des Kaisers wird durch einen antiken Leser jetzt geradezu erwartet. Daß der Panegyricus in der Herrschertugend der *clementia* gipfelt, ist zu erwarten, da Seneca seinen eigenen Fall als *exemplum* anführen kann, in dem die Fürsprache des Kaisers vor dem Senat das Todesurteil verhindert habe. Allgemeiner erweist sich vor der Kontrastfolie des Caligula-Regimes Claudius' Menschenfreundlichkeit darin, daß kein Verbannter davor zittern muß, plötzlich doch noch umgebracht zu werden. Daß er jetzt von dieser außergewöhnlichen *clementia* auch eine Begnadigung erhofft, spricht Seneca explizit aus (dial. 11,13,4). Es ist eine typische Denkfigur panegyrischen Sprechens, daß die Idealeigenschaften eines Herrschers in das ausgesprochene Lob so integriert werden, daß man all das, was man von einem Regenten erwartet, als Ist-Zustand darstellt; sollte der Regent dem Idealbild noch nicht entsprechen, ist das eine unmißverständliche Aufforderung, sich den Erwartungen allmählich anzupassen. Sowohl Claudius als Adressat wie auch Polybius als Bearbeiter der Bittgesuche können diese Sprache sehr wohl entschlüsseln.

Obwohl die *clementia Caesaris* vom Thema des Trosts für Polybius scheinbar weit entfernt ist, gelingt es Seneca, das Herrscherlob in die therapeutische Funktion des Abschnitts einzubinden: Die *laudatio* auf Kaiser Claudius und seine tröstende Wirkung auf alle Unglücklichen ergibt sich ganz folgerichtig daraus, daß eine Vertrauens- und Autoritätsperson eingeführt werden muß, die dem Patienten zur moralischen Orientierung angeboten werden kann. Auf sie kann man innerhalb der Therapie nicht verzichten, denn daß dieses eine Therapiegespräch noch nicht ausreicht, macht Seneca mit seinen Therapieempfehlungen deutlich. Um die Kraft zum Durchhalten aufzubringen, kann der Patient auf die moralische Leitfigur nicht verzichten. In Helvius Fall konnte aus ihrer familiären Umgebung heraus die Schwester diese Vorbildfunktion übernehmen, für Marcia gilt das Verhalten der Damen aus dem Kaiserhaus als vorbildlich. Zudem wird als Sprecher mit besonderer Autorität ihr eigener Vater eingeführt. Aus diesem Profil für eine persönliche Leitfigur ergibt sich die Frage: Welche anderen Möglichkeiten hätte Seneca eigentlich gehabt, wenn er für Polybius eine andere Leitfigur hätte auswählen wollen? Für den Freigelassenen kommt nun einmal in der erreichten gesellschaftlichen Position auf keinen Fall der leibliche Vater in Frage. Auch die anderen Familienmitglieder scheiden aus demselben Grund aus. Wer an den exzeptionellen Fall des Horaz denkt, muß zugeben, daß es Horaz selbst ist, der seinen *libertinus pater* demonstrativ als sein moralisches Leitbild in die Literatur ein-

führt; hätte etwa Tibull für Horaz eine *consolatio* schreiben wollen, hätte er als Orientierungsperson natürlich Maecenas ausgewählt. Das Problem, über Polybius' leibliche Familie nichts Lobendes sagen zu können, durchzieht die ganze Schrift – angefangen beim verstorbenen Bruder, der noch zu jung war, um irgendetwas Erwähnenswertes geleistet zu haben, bis hin zu den eher illiteraten Brüdern. Die einzige überzeugende Möglichkeit, für Polybius eine Leitfigur aufzubauen, bietet sich in der Gestalt des *patronus* an – und das ist Kaiser Claudius. Insofern ist Seneca konsequent, wenn er auf das Lob des Kaisers ausweicht und die *exempla* aus der kaiserlichen Familie wählt, da Polybius diesem seinem ‚zweiten Vater‘ seine hohe Stellung verdankt. Seneca weicht hierin also überhaupt nicht von seiner üblichen Vorgehensweise ab, außer daß er sich auf das schwierige Feld wagt, einem Mann ohne entsprechenden familiären Hintergrund eine Schrift zu widmen, in der dieser Hintergrund ständig präsent sein müßte.

In der Funktion vergleichbar mit der Areios-Didymos-Rede wird nun Senecas kognitive Therapie durch die Rede des Claudius argumentativ unterstützt. Die Ethopoiie ist gelungen, denn der als Historiker bekannte Claudius entfaltet in seiner Ansprache zum Thema der *condicio humana* die Vielfalt historischer *exempla* bis ins Kaiserhaus, die eigene Familie und die eigene Person (dial. 11,14–16)⁴⁴. Jetzt wird umso mehr verständlich, warum Seneca zuvor in diesem argumentativen Zusammenhang auf historische *exempla* verzichtet und sich stattdessen auf die moralische Wirkung der Dichter Homer und Vergil berufen hat.

Während Seneca zum Abschluß die Orientierung am Kaiserhaus noch einmal ausdrücklich empfiehlt, wird in Kapitel 17 das Negativbeispiel Caligula unter diesem Aspekt der *pietas* ausgenommen, weil sein unwürdiges Verhalten beim Tod der Schwester Drusilla abschreckend wirkt. Natürlich kann er das nicht in die Rede des Claudius einbauen, dessen *pietas* ein derartiges Urteil über einen nahen Verwandten nicht zuließe. Doch in der Tradition panegyrischer Rede ist dieses Kontrastbild besonders gut geeignet, die positiven Eigenschaften des regierenden Kaisers im Vergleich mit dem schrecklichen Vorgänger zu steigern⁴⁵.

Zum Abschluß faßt Seneca, wie in den anderen Schriften auch, das therapeutische Programm für Polybius noch einmal zusammen. Vor allem die literarische Betätigung ist für Polybius wichtig und hilft ihm, seinem Bruder ein Monument zu setzen und die

44 Daß Seneca das Selbstverständnis des Claudius in möglichst vielen Details seiner Ethopoiie bestätigt hat, demonstriert Döpp (wie Anm. 35) bes. 298f.

45 Döpp (wie Anm. 35) 301 weist zwar darauf hin, daß solche scharfen Angriffe nach Menander Rhetor im *Basilikos logos* verpönt waren. Trotzdem finden sich gerade in den Panegyrici Latini von Plinius an genug Beispiele dafür, daß das neue Regiment des Nachfolgers durch die kontrastive Darstellung des grausamen Vorgängers positiv hervorgehoben wird. Senecas *Apocolocyntosis* setzt mit Apolls Panegyricus für Nero auf dieselbe Kontrastwirkung.

Trauer rational zu kontrollieren: Die Erinnerung an den Bruder soll gepflegt werden; denn die Vergegenwärtigung hilft, die Erinnerung nicht schmerzlich werden zu lassen, sondern erfreulich zu machen.

Auf Polybius' berufliche Aufgaben weist Seneca nur noch indirekt hin, indem er sich in eigener Sache noch einmal mit dem Schlußsatz in Form einer Sphragis zu Wort meldet. Der Bescheidenheitstopos soll wie bei Ovid die bemitleidenswerte Situation des Verbannten ins Bewußtsein rufen: Seneca bittet um Nachsicht für seinen Stil; denn er befürchtet in der ständigen Umgebung von Barbaren eine Einbuße seiner lateinischen Redegabe.

Selbst wenn Seneca mit seiner Schrift *Ad Polybium* nicht ausschließlich und wohl nicht einmal primär die Absicht verfolgt, den Adressaten zu trösten, ist das therapeutische Konzept der *consolatio* trotzdem gewahrt und das Herrscherlob so integriert, daß es kaum durch ein anderes Element zu ersetzen wäre. Seneca hat als Therapeut keine andere Wahl, wenn er für Polybius eine Vorbildfigur einführen will, als den *patronus* des Freigelassenen zu schildern; da es sich dabei um den regierenden Kaiser handelt, muß Seneca mit dem entsprechenden rhetorischen Aufwand an Panegyrik aufwarten.

Umgekehrt sei durchaus betont, daß Seneca – will man den Literaten tatsächlich nach den moralischen Maßstäben der Stoa bewerten – eine falsche Wahl mit seinem Patienten getroffen hat. Denn er hat offensichtlich nur aus dem einen Grund gerade diesen Adressaten für eine Trostschrift ausgewählt, daß er ihm die Möglichkeit eröffnet, gerade diesen *patronus* anzusprechen. Wer natürlich den Philosophen Seneca selbstgenügsam auf der Insel Korsika sitzen sieht, wie er es seiner Mutter selbst suggeriert, wird enttäuscht sein. Aber auch damit wird nur die Trostschrift *Ad Helviam matrem* in ihrer Funktion bestätigt: Sie ist eine autotherapeutische Schrift, die noch nicht abschließend ihre Wirkung getan haben kann, weil auf das Therapiegespräch immer noch eine lange Phase der inneren Festigung von rational erworbenen Erkenntnissen und deren Habitualisierung durch stetige Anwendung der Therapieempfehlungen folgen muß. Seneca ist, wie er dort selbst betont (dial. 12,5,2), kein *sapiens* – aber er ist, das dürfen wir ihm zugestehen, nicht nur ein herausragender Literat, sondern zudem in der fallbezogen differenzierten Umsetzung verhaltenstherapeutischer Methoden ein beachtlich moderner Psychotherapeut.