

Liebe Freunde der Stoa!

In diesem Newsletter möchte ich Sie wieder auf Aktuelles aufmerksam machen, das für angehende und praktizierende Stoiker spannend sein könnte.

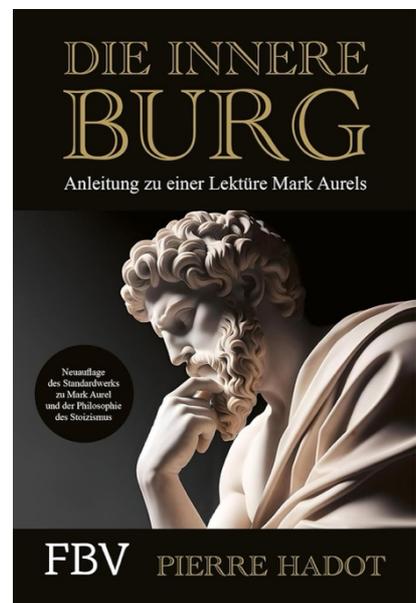
■ Zunächst möchte ich Sie auf eine interessante [Ausstellung zu Marc Aurel](#) in Trier hinweisen (läuft vom 15.6.-23.11.2025). Der römische Kaiser und Philosoph (121-180 n. Chr.) war Stoiker und gilt vielen – auch wegen seiner „Selbstbetrachtungen“ – als Inbegriff des „guten Herrschers“. An zwei Ausstellungsorten in Trier können Sie

- im Rheinische Landesmuseum einen chronologischen Gang durch das facettenreiche Leben und die Epoche des römischen Kaisers machen und
- im Stadtmuseum Simeonstift den Fragen nachgehen, wann eine Herrschaft als gut und gerecht gilt und welchen Widerhall diese Vorstellungen in der Kunst fanden?

Ich kann einen Ausflug in die antike Römerstadt Trier und den Besuch der beiden Ausstellungen nur empfehlen! Am Ende Ihres Besuchs gibt es zwar keine klare Antwort auf die Frage nach der „Guten Herrschaft“, aber Sie erhalten einige spannende Anregungen aus der Kunstgeschichte, um sich selbst ein paar Gedanken dazu zu machen!

■ Wenn Sie der Faszination um Kaiser Mark Aurel auf den Grund gehen wollen, kommen Sie nicht um seine „Selbstbetrachtungen“ herum, die erst lange nach seinem Tod zur Weltliteratur wurden. Eine gute Einführung in diesen Stoizismus-Klassiker bietet der französische Philosophie-Professor *Pierre Hadot* (1922-2010) mit seinem – gerade erst wieder neu aufgelegten – Buch „[Die innere Burg](#): Anleitung zu einer Lektüre Mark Aurels“ (416 S. 2025, 20,- €). Das Buch von Hadot ist mittlerweile selbst zu einem Klassiker geworden und bietet eine interessante Einführung in den antiken Stoizismus.

■ Zu empfehlen ist auch ein „Worthaus“ Podcast, der (in etwas über 1 Stunde) einen Vergleich der Lebenskonzepte von Christentum und Stoizismus zieht. Unter dem Titel [Paulus und die Stoa](#) zeigt Prof. Udo Schnelle, warum ein stoischer Intellektueller im 1. Jahrhundert durchaus Christ werden konnte, und arbeitet Gemeinsamkeiten und Unterschiede in den Lebenskonzepten von Stoizismus und Christentum heraus.



■ Da Stoiker immer dem Lebensglück auf der Spur sind, wird Sie vielleicht das Städte-Ranking im aktuellen [Glücksatlas 2025](#) interessieren. Danach ist Kassel die glücklichste Großstadt Deutschlands – und das obwohl die Stadt hinsichtlich der *objektiv* messbaren Wohlfahrtsindikatoren (wie z.B. Einkommen oder Gesundheitsversorgung) nur im Mittelfeld liegt. Und dennoch gibt mehr als die Hälfte der Kasseler an, mit dem eigenen Leben hochzufrieden zu sein. Für Stoiker ist dies nicht so überraschend, denn sie wissen: [Dein Lebensglück ist Einstellungssache!](#) Auch hier sei noch einmal Mark Aurel zitiert: „Unser Leben ist das, wozu unser Denken es macht.“

■ Schließlich möchte ich alle die, die im Herzen Kinder geblieben sind, auf einen Film aufmerksam machen: Im letzten Monat ist der US-amerikanische Abenteuerfilm „Drachenzähmen leicht gemacht“ im Kino gestartet. Ich fand schon den gleichnamigen Animationsfilm aus dem Jahr 2010 sehenswert! Zwar kann man sich darüber streiten, ob es noch einer – vollständig gleichen – Realverfilmung bedurft hätte. Aber ein Kinobesuch lohnt sich auf jeden Fall – und zwar gerade für Stoiker! Denn es lässt sich anhand der Geschichte von der ewigen Feindschaft zwischen Wikingern und Drachen sehr gut das stoische [Prinzip des Perspektivwechsels](#) verdeutlichen, das es einem ermöglicht, die Dinge in einem anderen Licht zu sehen!

Bleiben Sie gesund! Und bleiben Sie entspannt!

Andreas Schmidt

Übrigens: Wenn Sie sich vom Newsletter abmelden möchten, können Sie dies einfach über die [Newsletter-Website](#) tun.