

Nietzsche und Lebensreform

- Alkohol** SCHIPP (Schipperges) 1975, 164 "Alkoholika sind nur nachteilig; ein Glas Wein oder Bier des Tages reicht vollkommen aus, mir aus dem Leben ein 'Jammertal' zu machen - **in München leben meine Antipoden**" (II, 1083).
- „Bereits am 26. September (1875) trank er keinen Wein und keinen Kaffee mehr.“ (Hlade 221f.)
- Ernährung** Hammer: Nietzsche 162 Im "Ecce Homo" kommt Nietzsche geradezu zu einer Heiligsprechung der Ernährungsfrage.
- Ganzheit** SCHIPP 1975, 199 Wir sind auf dem Wege dorthin: "wir sehnen uns unermesslich, ganz zu werden" (I, 329).
- Nietzsche/Schlechta II, 917 Womit kennzeichnet sich jede *literarische décadence*? Damit, daß das Leben nicht mehr im Ganzen wohnt. (Der Fall Wagner)
- Hygiene** SCHIPP 1975, 162 "Man wird tüchtig für seine Unwissenheit bestraft: **hätte ich mich zur rechten Zeit mit medizinischen, klimatischen und dergleichen Problemen beschäftigt, statt mit Theognis und Laertius Diogenes: ich wäre kein halb-zugrunde-gerichteter Mensch**" (III, 1231).
- 179 Titel tragen wie: "Das Reich der verklärten Physis", "Die große Gesundheit" oder auch "Kosmos Anthropos".
- Leib** SCHIPP 1975, 196 ... jenen Leib, von dem Zarathustra sagen konnte: "Leib bin ich ganz und gar, und nichts außerdem" (II, 300).
- 199 Aus dem Leib und seinen nächsten Dingen lebt nun der freie Geist: "er bewegt sich, ißt, trinkt und schläft nach dem Maße, daß sein Geist immer ruhiger, kräftiger und heller werde; er freut sich seines Leibes" (I, 1277). Leib und Geist sind in dieser Freude zu einer Einheit gekommen: "Der Leib ist begeistert" (II, 1133).
- Luft** Schipperges 1975, 161 "Paris, die Provence, Florenz, Jerusalem, Athen - diese Namen beweisen etwas: das Genie ist bedingt durch trockne Luft, durch reinen Himmel - das heißt durch rapiden Stoffwechsel ..." (II, 1085)
- 162 "Wer die Luft meiner Schriften zu atmen weiß, weiß, **daß es eine Luft der Höhe ist, eine starke Luft** ... aber wie ruhig alle Dinge im Lichte liegen! wie frei man atmet!" (II, 1066). ...

Nationalsoz. Anna Bramwell: Ecology 12, 24, 27-28, 72, 129, 154, 169, 173

12 Various observers, including Thomas Mann, have already pointed to the rural values lying, as a style or rhetorical tendency, behind much of Nazi ideology. There is now concrete evidence to support this intuition....

27 The Nazis supported Bachofen and his matriarchy theory. Pro-Nazi anthropologists in the Nordic countries in the 1930s supported the culture of the Bronze Age over that of the Iron Age.

72 Von Thünen was also the founder of neo-marginal economics ...

129 The National Socialists, consistent at least, were to attribute the spirit of mechanistic, exploitative technology, *bad* technology, to the Jews. ...

154 Hamsun ... Hansen interprets the Hitler Youth as a nature cult, and suggests that the peasantry were the object of the deepest emotion and propaganda efforts of the Nazis ...

169 this suggests that Italian fascism, certainly, did not share National Socialism's naturist bias.

173 European fascism ... emphasised forward-looking, technological planning and urban development. ... Germany was the exception, with a tradition, in practice as well as in theory, of **looking to nature for philosophical guidance**.

Natur

SCHIPP 1975, 199 Nur so kann endlich wieder **ein Mensch entstehen, der "mit aller seiner Ganzheit an und in der Natur hängt**, als Richter und Wertmesser der Dinge" (I, 329).

Nietzsche/Schlechte II, 854 Unser ganzes modernes Sein (nimmt sich), soweit es nicht Schwäche, sondern Macht und Machtbewußtsein ist, wie lauter Hybris und Gottlosigkeit aus: denn gerade die umgekehrten Dinge, als die sind, die wir heute verehren, haben die längste Zeit das Gewissen auf ihrer Seite und Gott zu ihrem Wächter gehabt. **Hybris ist heute unsre ganze Stellung zur Natur, unsre Natur-Vergewaltigung mit Hilfe der Maschinen und der so unbedenklichen Techniker- und Ingenieur-Erfindsamkeit ...**

Hammer: Nietzsche 157 Sowohl Rousseau als Nietzsche bekämpfen unsere Zivilisation und predigen eine Rückkehr zur Natur. Aber Nietzsches Naturideal unterscheidet sich wesentlich von dem Rousseaus. Nietzsche führt in der "Götterdämmerung" aus: **"Auch ich rede von Rückkehr zur Natur, obwohl es eigentlich nicht ein Zurückgehen, sondern ein Hinaufkommen ist - hinauf in die hohe, freie, selbst fruchtbare Natur und Natürlichkeit, eine solche, die mit großen Aufgaben spielt, spielen darf ...** Aber Rousseau - wohin 158 wollte der eigentlich zurück? ... "

Vegetarismus Hubert Treiber: Nietzsches "Kloster für freiere Geister". In: Die Religion von Oberschichten, S. 137

Daß Nietzsche über diese Fragen nachgedacht haben muß, erschließt sich auch aus jener Textstelle in der "Fröhlichen Wissenschaft" (KSA Bd. 3: 379), die ein Programm für "Arbeitsame" vorstellt. Dort lesen wir:

" ... Kennt man die moralischen Wirkungen der Nahrungsmittel? Gibt es eine Philosophie der Ernährung? (Der immer wieder losbrechende Lärm für und wider den Vegetarianismus beweist schon, daß es noch keine solche Philosophie giebt!)" ...

Doch verweilen wir noch einen Augenblick bei Nietzsche und seiner zeitweiligen Vorliebe für eine strenge Diät. ...

138 Definition des Vegetariers: ein Wesen, das eine corroborierende Diät nöthig hat. (WA, KSA Bd. 6: 22)

Nietzsche, der den "asketischen Idealen" eine Absage erteilt hatte (GM, KSA Bd. 5: 339 ff., 265) unterwarf sich ihnen - freiwillig und lange Zeit wohl unbewußt, obwohl er die "Logik des Leibes, seine Grammatik und Dialektik" studiert hatte. (Anm. 22) Erst in der "Götzendämmerung" (KSA Bd. 6: 88f.; vgl. auch EH, KSA Bd. 6: 281) dämmerte es ihm schließlich, daß der von Gersdorff erwiesene "Freundschaftsdienst", die Bekehrung zum Vegetarismus und zu strenger Diät, ihm geschadet hat (Janz 1981, I: 341 f.; Gilman 1981: 625 ff.; Ross 1984: 222 f.).

Anm. 22: ... Erwähnenswert scheint mir, daß Nietzsche (vgl. OEHLER 1942: 27) Daniel Gottlob M. Schrebers "Ärztliche Zimmergymnastik" (Leipzig, 15. Aufl. 1877) besaß.

Janz: Nietzsche I, 341

Ein anderes Problem beschäftigte ihn zu der Zeit viel intensiver: Vegetarismus. Er beginnt diätetische Experimente zu machen, wovon er nie mehr wird lassen können. Die Anregung kam von Gersdorff, der sich plötzlich und ganz entschieden am 8. September [1869] als Vegetarier aus weltanschaulichen Gründen bekannte. Und merkwürdig: Nietzsche ließ sich mitziehen ... "wer erst für Pflanzenkost reif ist, ist es meist auch für sozialistisches 'Allerlei.'" ...

342 ... da in Basel im September 1869 die IV. Internationale, ein Arbeiterkongreß, tagte. ... Bakunin mitwirkte ...

Nietzsche/Schlechta II, 317f. der "Pessimismus" des neunzehnten 318 Jahrhunderts ist wesentlich die Folge ... oder einer falschen Diät (Alkoholismus des Mittelalters; der Unsinn der *vegetarians*, welche freilich die Autorität des Junker Christoph bei Shakespeare für sich haben); oder von Blutverderbnis, Malaria, Syphilis und dergleichen ... (Zur Genealogie der Moral: Was bedeuten asketische Ideale?)

II, 913 Den Erschöpften *lockt* das Schädliche: den Vegetarier das Gemüse. (Der Fall Wagner)

Hammer: Nietzsche 156

Die gesunde, einfache Lebensart der alten Griechen, ihre Zucht des Körpers, galten Nietzsche als Hoffnung: vielleicht kommen auch wir wieder ins Einfache, Natürliche und Schöne zurück! ... Der Weg, es zu erreichen ist eine strenge geistig-leibliche Zucht, eben die praktische Asketik der Hellenen: "Ich denke an die erste Nacht des Diogenes: alle antike Philosophie war auf Simplizität des Lebens gerichtet und lehrte eine gewisse Bedürfnislosigkeit ... In diesem Betracht haben die wenigen philosophischen Vegetarier mehr für die Menschheit geleistet, als alle neueren Philosophen; und so lange die Philosophen nicht den Mut gewinnen, eine ganz veränderte Lebensweise zu suchen und durch ihr Beispiel aufzuzeigen, ist es nichts mit ihnen."

Nietzsche selbst lebte altertümlich, etwa im Sinne Epikur's. Sein Ideal hat er in einer privaten Aufzeichnung beschrieben: " ... Einfach, ja karg gegen mich, aber milde gegen Andere. Ein leichter Schlaf, ein freier ruhiger Gang, kein Alkohol, keine Fürsten noch andere Berühmtheiten, keine Weiber und Zeitungen, keine Ehren, kein Umgang außer den mit den höchsten Geistern und ab und zu des niederen Volkes . . die bereiteten Speisen . . ." Nietzsche liebte Epikur und zeigte ihn in neuem Lichte: "Epikur hat zu allen Zeiten gelebt und lebt noch, unbekannt Denen, welche sich Epikureer nannten und nennen . . . - Ein Gärtchen Feigen, kleine Käse und dazu drei oder vier gute Freunde, - das war die Ueppigkeit Epikurs". ... "Mein Kunststück ist es, das Leben immer mehr zu vereinfachen." ...

157 Er sprach von seiner "vegetarischen Philosophie" und pries vegetarische Lebensart: "Ich glaube, daß die Vegetarier, mit ihrer Vorschrift, weniger und einfacher zu essen, mehr genützt haben, als alle unsere Moralsysteme zusammengenommen ... Es ist kein Zweifel, daß die einstmaligen Erzieher den Menschen auch wieder eine strengere Diät vorschreiben werden."

Literatur zu Nietzsche

- Antes, Peter u. Pahnke, Donata (Hg.)** Die Religion von Oberschichten. Religion - Profession - Intellektualismus. Marburg: diagonal, 1989.
- Bouda, Roland** Kulturkritik und Utopie beim frühen Nietzsche. Rationale und empirische Rekonstruktion eines Arguments. Frankfurt/M.: Peter Lang, 1980.
- Bouda, Roland** 59 Daneben das Urbild des Menschen bei den frühen Griechen: "der wahre Mensch, der bärtige Satyr, der zu seinem Gott aufjubelt."
- Bramwell, Anna** Ecology in the 20th Century. A History. New Haven and London 1989. 10-11, 49, 60, 107, 179, 181, 187, 249

- Bramwell, Anna** 10 Nietzsche ... is frequently described as an important figure. Why should this be? In reality, he does not at all conform to the model ecologist, nor is he a German Romantic, - he espoused anti-nationalist and rationalist causes for most of his life. ... It is illiberalism based on existentialism. For many ecologists, these ideas are alien. Yet still Nietzsche hovers, worrying but relevant. For he puts man in God's place ... He is a forerunner of vitalism ... Goethe, Nietzsche, Bergson, Driesch and Heidegger together form an anti-analytical, holistic canon. ...
- 11 Man the creator, man the destroyer ... what clearer image could there be of the exploitative, dominating Promethean?
- 49 Haeckel ... criticized Nietzsche and the individualistic anarchist Max Stirner for substituting a religion of strength for universal charity.
- 107f. Woodcraft Folk movement ... The founder, Leslie Allen Paul (1905-) was attracted to Nietzsche, Whitman, Jefferies and Thoreau.
- 179 Klages ... was seen as Nietzsche's spiritual heir.
- 181 Heidegger ... shares with fascist writers the belief that new techniques require a new man, but unlike them does not welcome the idea: it is all part of the wrongness of our historical path.
- What Nietzsche already knew metaphysically now becomes clear: that it is in absolute form the modern 'machine economy', the machine-based reckoning of all activity and planning ...
- 187 as Nietzsche saw the study of history as hampering ...
- Hlade, Josef L.** Auf Kur und Diät mit Wagner, Kapp und Nietzsche. Ibidem Verlag, Stuttgart 2015.
- Hammer, Walter** Nietzsche als Erzieher. Leipzig: Dr. Hugo Vollrath, 1914. 166 S.

Hammer, Walter

43f.

Wer an der Kultur arbeiten will, muß die Meinung umschaffen, muß sich entdeutschen, den modernen Deutschen in sich überwinden, muß, ein Beispiel zu wählen, über Schiller, den Dichter des deutschen Philisters, hinauswachsen.

Aber Goethe? Der hatte seine eigene Kultur und wußte sich im Gegensatz zum deutschen Wesen: Goethe verehrte Napoleon. Und Nietzsche, der große deutsche Kulturprophet? Ob er ein Deutscher war? So zu fragen! Gleich Goethe war er ein europäisches Ereignis. In Deutschland fehlte der Boden, auf dem das Genie gedeihen könnte, eben eine alte einheitliche Kultur.

44 Der synthetische Mensch, der wirklich Gebildete ...

162 Vegetarier sind oder waren: die Maler oder Bildhauer Fidus, Diefenbach, August Rodin, Fürst Paul Troubetzkoi ... der Komponist Eugen d'Albert, die deutschen Dichter Arno Holz, Johannes Schlaf und Christian Wagner, der große vlämische Dichter-Philosoph Maurice Maeterlinck, George Bernard Shaw, Graf Leo Tolstoi, der Antipode Nietzsches, Shelley und Byron, Gustav von Struve, auch ... die Königin Elisabeth von Rumänien, die auch als Dichterin unter dem Namen Carmen Sylva bekannt ist.

163 "Wolle ein Selbst, so wirst du ein Selbst."

162 Im "Ecce homo" kommt Nietzsche geradezu zu einer Heiligspredung der Ernährungsfrage.

159 Die gefährlichste Verirrung der Menschen sah Nietzsche in der Verachtung des Leibes, in der kristlichen Geringschätzung des Körperlichen.

158 Rousseau wollte keineswegs zur Barbarei, zum Halbtier in die Wälder zurückführen, sondern nur aus den Drangsalen der Zivilisation befreien. Er bekämpft sie, weil er sie schuldig spricht für unsere schlechte Moralität. Nietzsche schließt umgekehrt: "Unsere Moralität ist Schuld an dieser Erbärmlichkeit der Zivilisation". Nicht moralisch verwerflich ist der zivilisierte Mensch, wie es Rousseau behauptet, sondern, so meint Nietzsche, gerade seine Verzärtlichung und seine Vermoralisierung ist sein Fluch. Im Sinne von Nietzsches Rückkehr zur Natur sollen wir die Zivilisation dadurch überwinden, daß wir uns unserer Instinkte nicht mehr schämen, durch Erforschung unserer natürlichen Lebensbedingungen, durch Schätzung aller "kleinen Dinge", wieder stark werden. Nietzsches Sehnsucht richtet sich auf starke Natur, kräftige, einfache, gesunde (nicht tugendhafte) Menschen. ... Nietzsche erstrebte Kultur auf Kosten der Zivilisation, eine Rückkehr zur eigenen starken Natur. Sein Naturideal will er im Uebermenschen verwirklicht sehen. Die moderne Hast, die Maschinenkultur, der Luxus, kurz: die Zivilisation steht der Erreichung dieses Zieles im Wege. Wir entfremden uns immer mehr dem Leben, der Natur, unserer persönlichen Aufgabe, wir verlieren uns immer mehr in gleichem Maße, in dem die Zivilisation fortschreitet.

**Meysenbug,
Malwida von
Schipperges,
Heinrich**

Nietzsche. Schutterwald: Wissenschaftlicher Verlag, 1996.

Am Leitfaden des Leibes. Zur Anthropologie und Therapeutik Friedrich Nietzsches. Stuttgart: Klett, 1975.

**Schlechta, Karl
und Anders, Anni**

Friedrich Nietzsche. Von den verborgenen Anfängen seines Philosophierens. Stuttgart-Bad Cannstatt: Friedrich Frommann, 1962.

Schlechta / Anders 119 Wieso wird Nietzsche auf den zu dieser Zeit völlig unbekanntem Spir aufmerksam? Es ließ sich nichts Genaues darüber ausmachen. Sicher wissen wir nur, daß Nietzsche Spirs Werk "Forschung nach der Gewißheit in der Erkenntnis der Wirklichkeit" (1869) schon im Winter 1872 besessen hat. Er verkaufte dieses Buch am 16. Juni 1875 an einen Buchhändler in Basel ... nach African Spir gefragt ...

122 daß er dessen 2. Auflage am 2. Februar 1877 bei Schmeitzner in Leipzig kauftwährend er seinen Schritt in die Metaphysik nun ausdrücklich als eine "irrtümliche Auslegung der Erfahrung" bezeichnet. (W I 7, 70; ebd. 30 f.)

Treiber, Hubert Nietzsches "Kloster für freiere Geister". In: Antes/Pahnke S. 117-161.