

## **Männer aus Stahl?** **Spätantike Kaiser zwischen Selbstsorge und Askese**

**von Jan B. Meister**

Im Jahr 355 n. Chr. hielt der pagane Philosoph und Rhetor Themistios eine Lobrede auf den römischen Kaiser Constantius II. (reg. 337–361). Ziel der Rede war es, den Kaiser als idealen Philosophenkönig zu schildern. Im Fokus stehen daher dessen diverse Tugenden und die Selbstveredelung der Seele. Gegen Ende der Rede geht Themistios dann aber auch auf die „den Körper betreffende Philosophie und Ausdauer“ (περὶ τὸ σῶμα φιλοσοφία καὶ καρτερία)<sup>1</sup> des Kaisers ein und meint:

„Wenn ich dabei verweilen wollte, würde euch auch dieses unbedeutende Thema als bedeutend und wichtig erscheinen, denn der Körper des Kaisers ist aufgrund der ständigen Belastung härter als Stahl. So gibt er ihn bereitwillig und gelassen der Entbehrung preis, quält ihn mit Durst, treibt ihn zum Aufenthalt unter freiem Himmel, setzt ihn der Winterkälte aus, unterwirft ihn der Hitze.“<sup>2</sup>

Der stählerne Körper des Kaisers wird im Griechischen mit dem Adjektiv „adamantos“ umschrieben, das sich von „Adamas“ herleitet, einem unzerstörbar harten, aber nicht näher spezifizierten Material. Die Übersetzung „härter als Stahl“ ist keineswegs zwingend, sie trifft aber den Sinn. Denn genauso wie Eisen erst durch Erhitzen, Schmieden und Kühlen zu Stahl gehärtet wird, besitzt auch der Kaiser seinen metaphorischen Stahlkörper nicht von Natur aus, sondern hat sich diesen durch intensive Abhärtung als Teil einer körperorientierten Selbstoptimierung erworben.

Als ‚Mann aus Stahl‘ übertrifft der Kaiser andere Männer und kann selbst exzeptionelle Ikonen sieghafter Männlichkeit in den Schatten stellen. Denn Alexander der Große, so fährt Themistios fort, habe zwar den Perserkönig Dareios besiegt, doch dem kalten Fluss Kydnos

---

<sup>1</sup> Them. or. 2,28. 39b.

<sup>2</sup> Them. or. 2,28. 39b–c (Übers. Hartmut Leppin und Werner Portmann): „εἰ δὲ ἐθελήσαιμι ἐνδιατρίβειν καὶ ἐνσχολάζειν, φανεῖν ἂν καὶ τὸ μικρὸν τοῦτο μέγα τε ὑμῖν καὶ πολλοῦ ἄξιον, ὅτι δὴ σῶμα βασιλικὸν στερεώτερον ἐστὶν ἀδάμαντος ὑπὸ τῶν πόνων· οὕτω ῥᾶστα αὐτὸ καὶ εὐκόλως πέζει μὲν ἐνδεία, δίψει δὲ ἀνιᾶ, θυραυλία δὲ ἐποτρύνει, προβάλλει δὲ χειμῶνι, καύματι δὲ ἐπιδίδωσιν.“

sei er unterlegen.<sup>3</sup> Damit spielt er auf eine bekannte Geschichte an, wonach Alexander völlig überhitzt in den Kydnos gesprungen sei und einen Schock erlitten habe, an dem er fast gestorben sei.<sup>4</sup> Für Themistios ist dies ein Beleg für den verweichlichten Körper Alexanders, der, anders als Constantius, die Extreme der Jahreszeiten nicht aushalten konnte. Nicht der Sieg über die Perser (ein Erfolg, den Constantius selbst nicht vorweisen konnte), sondern das Aushalten körperlicher Strapazen wird bei Themistios zum Gradmesser sieghafter Männlichkeit erhoben, und hier ist klar: Dem Stahlkörper des Constantius hätte das Bad im Kydnos nichts anhaben können.

Themistios verfasste einen Panegyrikus und in diesem Genre ist übertriebenes Lob geradezu erwartbar. Gleichzeitig ist der ‚Körper aus Stahl‘, das wird in der kurzen Passage hinlänglich deutlich, auch nichts, was Themistios im Kontext eines Herrscherlobs als ein „bedeutendes“ Thema ansieht. Doch es wäre verfehlt, das ganze bloß als rhetorischen Kitsch oder als belangloses Detail abzutun. Vielmehr lässt sich hier eine nicht unbedeutende Veränderung in der Art und Weise fassen, wie antike Herrscherkörper thematisiert werden konnten – eine Veränderung, die eng verflochten ist mit sich wandelnden Vorstellungen von körperlicher Selbstoptimierung, martialischer Männlichkeit und von der Rolle des spätantiken Kaisers.

Selbstoptimierungspraktiken sind in der Antike seit dem fünften vorchristlichen Jahrhundert fassbar, doch im Fokus der erhaltenen Texte stehen bis weit in nachchristliche Zeit primär Selbsterkenntnis und Selbstbeherrschung.<sup>5</sup> Dem Körper kommt dabei eine klar untergeordnete Rolle zu. Die Optimierung des Selbst zielt auf den Geist beziehungsweise die Seele, der Körper und seine Triebe sind dagegen etwas, was es zu beherrschen und im Zaum zu halten gilt. Arbeit am Körper beschränkt sich auf den Erhalt der Gesundheit, die notwendig ist, um ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Im Verlauf der Kaiserzeit ändert sich dies: Gut untersucht sind die christlichen Askesepraktiken, die den Körper nicht mehr bloß regieren, sondern die Triebe abzutöten und den Körper selbst zu transformieren suchen. Das mag auf

---

<sup>3</sup> Them. or. 2,28. 39c.

<sup>4</sup> Curt. 3,5,1–6; vgl. Arr. an. 2,4,7–11; Plut. Alex. 19; Iust. 11,8; Val. Max. 3,8 ext. 6. Ausführlich zu dieser in der Vulgata-Tradition breit überlieferten Episode siehe *Rüdiger Kinsky*, Das Bad im Kydnos. Überlegungen zum Problem der medizinhistoriographischen Relevanz gattungsdifferenter Textuierungen eines Krankheitsfalls in der nichtmedizinischen Literatur der Antike, in: Thomas Rütten (Hg.), *Geschichte der Medizingeschichtsschreibung. Historiographie unter dem Diktat literarischer Gattungen von der Antike bis zur Aufklärung*, Remscheid 2009, 111–155.

<sup>5</sup> Diese antiken Techniken des Selbst sind Gegenstand der breit rezipierten Arbeiten von Michel Foucault, vgl. dazu (u.a.) *Wolfgang Detel*, Foucault und die klassische Antike. Macht, Wissen, Moral, Frankfurt a. M. 2006. Einen aktuellen Überblick bietet *Jan B. Meister*, Selbstsorge (Sport u. Diätetik), in: *Reallexikon für Antike und Christentum*, Bd. 30, Stuttgart 2020, 211–234, insb. 231–232 zur Foucault-Rezeption.

den ersten Blick ‚körperfeindlich‘ anmuten, doch wie Peter Brown überzeugend argumentiert hat, ist das eine dezidiert neue Form, den Körper zu sehen, nämlich als etwas, was sich durch harte Arbeit an sich selbst verändern lässt.<sup>6</sup> Man kann also diesen Ansatz aufgreifend argumentieren, dass die Techniken der Selbstoptimierung spätestens ab dem vierten Jahrhundert nicht mehr nur auf den Geist zielen, sondern auch den Körper miteinbeziehen. Der Stahlkörper von Constantius II. muss in diesem größeren Transformationsprozess gesehen werden und zeigt etwas, was von der bisherigen Forschung kaum beachtet wurde: Die Transformation antiker Selbstoptimierungspraktiken ist nicht auf christliche Asketen und wenige pagane Philosophen beschränkt, sondern zeigt sich in einer eigenen Ausprägung auch in den sich wandelnden Vorstellungen vom idealen Herrscher und seinem Körper.

Diesen Wandel wird der folgende Beitrag nachzeichnen. Hierzu wird in einem ersten Schritt dargelegt, dass Themistios kein Einzelfall ist, sondern dass durch Abhärtung erworbene „Stahlkörper“ auch in anderen Lobreden dieser Zeit erscheinen. In einem zweiten Schritt wird gezeigt, dass sich dieser spätantike Blick auf martialische Männlichkeit von älteren Körperdiskursen unterscheidet. Die Veränderung dieser Diskurse und der damit verbundenen philosophischen Konzeption einer körperlichen Selbstoptimierung wird in einem dritten Schritt thematisiert. Abschließend wird der Blick zurück auf den Kaiser gelenkt und gezeigt, welche Auswirkungen diese Transformation antiker Körperdiskurse für die Verkörperung der kaiserlichen Rolle hatte.

## 1. Kaiser aus Stahl

Themistios ist nicht der Einzige, der Mitte des vierten Jahrhunderts Kaiser für ihre stählernen Körper preist. So lobt auch Libanios, ein gefeierter Rhetor aus der syrischen Metropole Antiocheia, in einem wahrscheinlich 344/45 gehaltenen Panegyrikus Kaiser Constantius II. für einen Gewaltmarsch, bei dem dieser Schneestürmen und Regengüssen getrotzt habe, und meint: „Über all das lachte er, als wäre er aus Stahl“.<sup>7</sup> Im gleichen Panegyrikus wird auch der Bruder von Constantius II., Kaiser Constans (reg. 337–350) gelobt. Auch er sei ein ‚Mann aus Stahl‘:

---

<sup>6</sup> Peter Brown, *Die Keuschheit der Engel. Sexuelle Entsagung, Askese und Körperlichkeit am Anfang des Christentums*, München – Wien 1991, insb. 39–46. Vgl. auch *Meister*, *Selbstsorge*, 226–228 und *Jonas Borsch/Jan B. Meister*, *Idealisiert, sexualisiert, materialisiert, politisiert. Antike Körper und ihre Geschichte(n)*, in: *H-Soz-Kult*, 08.02.2022, [www.hsozkult.de/literaturereview/id/forschungsberichte-5091](http://www.hsozkult.de/literaturereview/id/forschungsberichte-5091) (26.06.2023).

<sup>7</sup> Lib. or. 59,96 (eigene Übers.): „ὅν ἀπάντων, ὥσπερ τις ἀδαμάντινος, κατεγέλα.“

„Ununterbrochene Mühe nimmt er zu jeder Jahreszeit und unter allen Bedingungen auf sich. Zwar sagt Homer irgendwo, wo er über die Achaier spricht ‚Nicht ist ihr Körper aus Stein oder Eisen‘. Wenn er aber zufällig diesem begegnet wäre, hätte er es nicht für völlig unhaltbar erachtet, sogar den Stahl mit der Stärke seines Körpers zu vergleichen.“<sup>8</sup>

Besonders ausgeprägt lobt jedoch Constantius' Vetter und späterer Nachfolger Julian (reg. 360–363) den kaiserlichen Körper. Von Julian haben sich zwei Reden auf Constantius II. erhalten und in beiden wird gleich mehrfach auf den Körper eingegangen. Julian hebt das Training und die Abhärtung hervor, wobei er asketische Enthaltensamkeit und martialisches Waffentraining miteinander vermischt. So ist, wie Julian in seiner ersten Rede betont, Constantius in jeglicher Hinsicht ein überlegener Soldat: Er sei der Beste unter den Reitern wie unter den Fußsoldaten, in seinen Mußestunden übe er mit Waffen und durch „freiwillige Mühen“ trainiere er den Körper für „aufgezwungene Mühen“.<sup>9</sup> Doch das martialische Training fördere nicht nur die militärische Stärke, sondern auch die Gesundheit, und vor allem sei es ein Beitrag zur sittlich-moralischen Selbstveredelung des Kaisers. So meint Julian:

„Durch die (körperlichen) Mühen hast du dich mit einer guten Gesundheit ausgestattet, durch die Sitten hast du Besonnenheit erlangt, durch die Selbstbeherrschung der Seele hast du einen kräftigeren Körper und durch die Anstrengung des Körpers eine gerechtere Seele.“<sup>10</sup>

Diese explizite kausale Verknüpfung von martialischem Training nicht nur mit körperlicher Gesundheit und Fitness, sondern mit einer Veredelung der Seele ist bemerkenswert. Körperliches Training wird hier geschickt mit dem philosophischen Ideal der Selbstbeherrschung verbunden und so mit einem weit über den Körper hinausreichenden ethischen Gehalt aufgeladen.

---

<sup>8</sup> Lib. or. 59, 146f. (Übers. Werner Portmann): „ὁ δὲ πόνος συνεχῆς τέταται διὰ πάσης ὥρας ἔτους καὶ καιρῶν ἀπάντων. Ὅμηρος μὲν οὖν φησὶ πού λέγων εἰς τοὺς Ἀχαιοὺς: <ἐπεὶ οὐ σφι λίθος χρῶς οὐδὲ σίδηρος>· εἰ δὲ γε τούτῳ συγγεγονῶς ἐτύγχανε, πάντως οὐδ' ἂν τὴν ἐξ ἀδάμαντος εἰκασίαν εἰς τὴν τοῦ σώματος στερρότητα λαβεῖν ἀπηξίωσεν.“

<sup>9</sup> Jul. or. 1, 8f. 11c–d (eigene Übers.): „μόνῳ δὲ ὑπάρχει σοὶ τῶν μὲν ἱπέων ἀρίστῳ φαίνεσθαι παραπλησίως ἐκείνοις σταλέντι, μετασκευασαμένῳ δὲ ἐς τοὺς ὀπίτας κρατεῖν ἀπάντων ῥώμῃ καὶ τάχει καὶ τῇ τῶν ποδῶν κουφότητι. Ὅπως δὲ μὴ τὰς ἀνέσεις ῥαθύμους εἶναι μηδ' ἄνευ τῶν ὀπλῶν ποιεῖσθαι συμβαίνει, <ἐπίσκοπα τοξεύειν> ἥσκησας. Καὶ τὸ μὲν σῶμα διὰ τῶν ἐκουσίων πόνων πρὸς τοὺς ἀκουσίους εὖ ἔχειν παρεσκεύασας.“

<sup>10</sup> Jul. or. 1, 11. 16a (eigene Übers.): „διὰ μὲν τῶν πόνων τὴν εὐεξίαν περιβαλόμενος, διὰ δὲ τῶν νόμων τὴν σωφροσύνην κατακτησάμενος, καὶ τῷ μὲν σώματι ῥωμαλεωτέρῳ διὰ τὴν ἐγκράτειαν τῆς ψυχῆς, τῇ ψυχῇ δ' αὖ διὰ τὴν τοῦ σώματος καρτερίαν δικαιότερα χρώμενος.“

Auch in der zweiten Rede Julians auf Constantius wird der kaiserliche Körper in seiner martialischen Qualität gepriesen. Constantius II. übertrifft darin sämtliche Helden Homers,<sup>11</sup> doch erneut hat das Training eine ethische Komponente: Es geht um das Ertragen von Strapazen, einen asketischen Verzicht auf Lustbarkeiten und ein Überwinden körperlicher Regungen wie Hunger, Durst und Müdigkeit. Darin unterscheidet Constantius sich von Griechen oder Barbaren der Vergangenheit, die zwar erfolgreich Schlachten geschlagen hätten, aber dann doch Sklaven ihrer Lüste geblieben seien, denn „wer sich den Lustbarkeiten hingibt, keine Kontrolle über Zorn und Begehren aller Art hat, ist gezwungen unter kleinen Dingen zu ermatten, ein solcher ist weder stark noch männlich mit einer menschlichen Kraft“.<sup>12</sup> Das ist ähnlich argumentiert wie bei dem eingangs erwähnten Themistios, der Constantius II. vorteilhaft mit Alexander dem Großen vergleicht, weil Constantius anders als der Makedone ein Bad im kalten Fluss aushielte: Der Besitz des Stahlkörpers ersetzt nicht nur, sondern übertrifft gar den Triumph im Feld als Beweis sieghafter Männlichkeit. Dieser gestählte Körper des Kaisers verfehlt auch seine Wirkung auf die Soldaten nicht, die damit ihrerseits zur Standhaftigkeit angespornt werden. So meint Julian:

„Wie könnte er besser überzeugen, standhaft zu sein und im Feld unter Waffen Mühen zu erdulden und ebenso all die für die Friedenszeit als Vorbereitungen für Kämpfe in der Fremde erfundenen Übungen? Doch offenkundig, indem er selbst als stark und wie aus Stahl wahrgenommen wird?“<sup>13</sup>

So topisch diese ‚Männer aus Stahl‘ auch anmuten, das Bild ist in der Form neu. In den Panegyriken aus dem späten dritten und frühen vierten Jahrhundert finden martialisches Training und Abhärtung keine Erwähnung. Ein anonymes Panegyriker zeichnete im Jahr 291 geradezu ein Gegenprogramm: Die beiden Kaiser Diocletian (reg. 284–305) und Maximian (reg. 286–305) müssen (anders als einst Hannibal) die eisige Winterkälte der Alpen nicht aushalten, sondern mit ihrem Kommen weicht die Kälte dem Frühling.<sup>14</sup> Diese Kaiser sind keine harten Männer, sondern entrückte Majestäten, denen selbst die Jahreszeiten gehorchen. Auch in den diversen Lobreden auf Kaiser Konstantin (reg. 306–337) fehlen Hinweise auf asketische Abhärtung. Zwar zeichnet ein gallischer Panegyriker im Jahr 313 ein überaus

---

<sup>11</sup> Iul. or. 2,3. 52d–53d.

<sup>12</sup> Iul. or. 2,27. 84c (eigene Übers.): „ὅστις δὲ ἡττων μὲν ἡδονῶν, ἀκράτωρ δὲ ὀργῆς καὶ ἐπιθυμιῶν παντοίων, καὶ ὑπὸ μικρῶν ἀπαγορεύειν ἀναγκαζόμενος, οὗτος δὲ οὐδὲ ἰσχυρὸς οὐδὲ ἀνδρείος ἀνθρωπίνην ἰσχύν.“

<sup>13</sup> Iul. or. 2,29. 87d (eigene Übers.): Καὶ καρτερεῖν δὲ καὶ ὑπομένειν τὸν τε ἐπὶ στρατιάς καὶ ἐν τοῖς ὅπλοις κάματον ὅποσα τε κατὰ τὴν εἰρήνην ἐξευρέθη γυμνάσια μελέτης εἵνεκα τῆς πρὸς τοὺς θένειους ἀγῶνας, πῶς ἄν τις μάλιστα πείσειεν; ἢ δῆλον ὡς αὐτὸς ὁρώμενος καρτερὸς καὶ ἀδαμάντινος;“

<sup>14</sup> Paneg. Lat. 11[3],9.

lebhaftes Bild des blutbefleckten Kaisers, der sich tollkühn in die Schlacht stürzt, verbindet das aber (trotz offenkundiger Bewunderung für die Tapferkeit des Kaisers) mit einem vorgeschobene ‚Tadel‘: Es stehe einem Kaiser nicht an, sich wie ein einfacher Soldat in Gefahr zu begeben, ja nicht einmal, „sich anzustrengen“ (*laborare*).<sup>15</sup> Der christliche Bischof Eusebius (gest. 339) wiederum erwähnt zwar in seiner panegyrisch gehaltenen *Vita Constantini*, dass der Kaiser zeitlebens gesund und kräftig gewesen sei, seinen Körper trainiert habe, geritten und marschiert sei, doch deutet er dies nicht als Resultat einer Arbeit an sich selbst, sondern als ein Zeichen göttlicher Gnade, die dem frommen Kaiser zuteilwurde.<sup>16</sup>

Die in der Mitte des vierten Jahrhunderts greifbare Vorstellung eines ‚Körpers aus Stahl‘ hat also keine direkten Vorbilder in der tetrarchischen oder konstantinischen Panegyrik, vielmehr werden hier ältere Diskurse miteinander verwoben: einerseits das Bild eines abgehärteten, martialischen Soldatenkörpers und andererseits das philosophische Programm einer auf Geist und Gesundheit zielenden *cura sui*. Beide Diskurse begegnen in der älteren Literatur weitgehend getrennt; erst ihre Kombination und Radikalisierung ermöglicht es, ‚Körper aus Stahl‘ als ein Produkt martialischer *und* ethischer Selbstoptimierung erscheinen zu lassen.

## 2. Soldatische Härte und aristokratische Selbstsorge

Abgehärtete Körper wurden schon lange vor Constantius II. bewundert und tauchen gelegentlich auch prominent in den Quellen auf. Bekanntestes Beispiel ist der gescheiterte Verschwörer Catilina in der ausgehenden römischen Republik. Cicero, der als Konsul im Jahr 63 v. Chr. diese Verschwörung unterdrückte, griff Catilina in seinen Reden heftig an. Doch er kam nicht umhin, die offenbar weit umher bewunderte Fähigkeit seines Gegners zu erwähnen, Hunger, Kälte und Schlafmangel zu ertragen.<sup>17</sup> Aber eine Verbindung zwischen ethischen Qualitäten und einem gestählten Körper wird dabei bezeichnenderweise negiert: Catilina, dies ist die Quintessenz Ciceros, unternehme diese Anstrengungen (*labores*), um Untaten zu verüben – stünde er militärisch im Feld, so Cicero hämisch, wäre er zudem bald entkräftet.<sup>18</sup> Der abgehärtete Körper ist also primär Instrument, das nichts über die moralische Integrität seines Besitzers aussagt.

---

<sup>15</sup> Paneg. Lat. 12[9],9f. zum Tadel 12[9],9,6.

<sup>16</sup> Eus. vit. Const. 4,53.

<sup>17</sup> Cic. Cat. 1,26, 2,9, 3,16. Vgl. auch Sall. Cat. 5.

<sup>18</sup> Cic. Cat. 1,26.

Das ist nicht bloß invektivische Verdrehung, sondern entspricht ganz der zeitgenössischen rhetorischen Theorie, die im Körper ein „Glücksgut“ sieht – etwas, das man von Fortuna zugewiesen erhält. Wer jemanden loben wolle, so Cicero in seiner Schrift *De oratore*, müsse daher mit diesen „Glücksgütern“ (*fortunae bona*) in Bezug auf den zu Lobenden wie folgt umgehen: „Besäß er sie, dann sage man, er habe diese Vorzüge gut angewendet; besäß er sie nicht, er habe ihrer weise entsagt; verlor er sie, er habe es mit Fassung ertragen.“<sup>19</sup> Ein kräftiger Körper per se ist also nichts Lobenswertes, sondern wahre Tugend zeigt sich erst in der Art, wie man mit diesen zufälligen „Glücksgütern“ umgeht. Der Umgang mit Catilinas Körper folgt genau diesem Muster: Sein Körper ist bewundernswert, doch Catilina setzt dieses „Glücksgut“ Cicero zufolge für die falschen Ziele ein.

Der im Jahr 100 n. Chr. gehaltene Panegyrikus des jüngeren Plinius auf Kaiser Traian (reg. 98–117) zeigt deutlich, wie sich das Lob körperlicher „Glücksgüter“ unter der Monarchie wandelte, wie aber weiterhin keine Kausalität zwischen körperlichem Training und geistiger Vervollkommnung angenommen wurde. So lobt Plinius Traians großgewachsenen Körper, das edle Haupt und das würdevolle Gesicht, die Vollkraft der Jahre, ja selbst die „mit dem festlichen Schmuck des Alters“ versehenen Haare würden – nicht ohne Zutun der Götter – den majestätischen Eindruck erhöhen. Ob dies nicht, fragt er rhetorisch, allgemein sichtbar den Princeps offenbare.<sup>20</sup> Der Körper ist hier zwar weiterhin ein der menschlichen Agency entzogenes „Glücksgut“, doch Plinius macht daraus ein sehr ‚monarchisches‘ Argument: Dass Traian einen solchen Körper hat, sei ein Zeichen göttlichen Wohlwollens, ja gar ein allgemein sichtbares Indiz für seine Prädestination zum Princeps. Glück und Natur sind keine kontingenten Faktoren mehr, sondern werden zum Ausdruck einer göttlich legitimierten Kaiserherrschaft, die im Körper des Princeps ihren Ausdruck findet. Die Logik dahinter bleibt aber ganz der bei Cicero greifbaren argumentativen Tradition vom Körper als „Glücksgut“ verhaftet.<sup>21</sup>

---

<sup>19</sup> Cic. de orat. 2,46 (Übers. Theodor Nüßlein): „*Si habuerit, bene rebus eis usum; si non habuerit, sapienter caruisse; si amiserit, moderate tulisse.*“ Vgl. dazu Jan B. Meister, „Schönes Material zum Scherzen“? Körperliche Besonderheiten in römischen Invektiven, in: Uwe Israel/Jürgen Müller (Hg.), Körper-Krankungen. Der menschliche Leib als Medium der Herabsetzung, Frankfurt a. M. – New York 2021, 57–76, hier 59–61.

<sup>20</sup> Plin. paneg. 4,7: „*Iam firmitas iam proceritas corporis, iam honor capitis et dignitas oris, ad hoc aetatis indeflexa maturitas, nec sine quodam munere deum festinatis senectutis insignibus ad augendam maiestatem ornata caesaries, nonne longe lateque principem ostentant?*“ Zur Interpretation dieser Passage siehe Jan B. Meister, Der Körper des Princeps. Zur Problematik eines monarchischen Körpers ohne Monarchie, Stuttgart 2012, 132–134.

<sup>21</sup> Das bei Plinius greifbare Bild findet sich ähnlich auch beim zeitgleich schreibenden bithynischen Philosophen und Rhetor Dion von Prusa. In seinen *Königsreden* (or. 1–4) hebt dieser mit Homer hervor, dass die Königsherrschaft von Zeus verliehen werde (u.a. or. 1,11f.), auch lässt Zeus Agamemnon herausragend

An anderer Stelle lobt Plinius Traian, dass er bei Manövern mit den Soldaten trainiert, mit ihnen schwitzt und mit ihnen an Waffenübungen teilnimmt.<sup>22</sup> Traian erscheint als *commilito*, als „Mitsoldat“, der Strapazen teilt. Dieses Bild begegnet in ganz ähnlicher Form für Hadrian (reg. 117–138) bei Cassius Dio und für Lucius Verus (reg. 161–169) bei Fronto.<sup>23</sup> Doch in all diesen Fällen ist der Kaiser schlicht in der Lage, soldatische Strapazen zu ertragen. Es ist nicht so, dass er sich diese Fähigkeit durch asketische Selbstkasteiung erworben hätte. Traians sportliche Mußeaktivitäten – Jagen und Bootfahren – werden denn auch als *voluptates*, als „Lustbarkeiten“ charakterisiert.<sup>24</sup> Dass der Kaiser sich hier nicht niederen Trieben hingibt, sondern sich an der Spannkraft seines Körpers freut, wird gelobt, doch es bleibt eine Lustbarkeit – und eine auch die Seele betreffende Selbstveredelung sind diese *voluptates* schon gar nicht. Das ist bemerkenswert: Militärische Übungen von Kaisern werden zwar vereinzelt erwähnt, etwa in den Viten des Biographen Sueton aus dem frühen zweiten Jahrhundert, doch sind sie Teil der Ausbildung oder werden in den Kontext einer gesundheitsfördernden Maßnahme gerückt; sie sind aber kaum je Teil der Herrschaftsrepräsentation.<sup>25</sup>

Das ist kein Zufall. Soldatenkörper sind in der Literatur der Hohen Kaiserzeit eine ambivalente Sache: Abgehärtete Körper sind zwar etwas, was Soldaten gut ansteht, doch aus Sicht der gebildeten Elite schwingt dabei meist auch eine leichte Verachtung mit.<sup>26</sup> So lässt

---

erscheinen (or. 2,66); verschiedentlich wird betont, dass es „gemäß der Natur“ sei, dass der Überlegene herrsche (u.a. or. 2,71; 3,50). Göttliche Prädestination ist also auch bei Dion vorhanden, im Fokus steht aber vor allem, wie man(n) den Körper regiert und vor Verweichlichung bewahrt (u.a. or. 1,14), zentral sind Selbsterkenntnis und Selbstbeherrschung (markant: or. 4,57). Dass Selbstbeherrschung den König vom Tyrannen unterscheidet, ist gar Thema einer eigenen Rede (or. 62). Doch eine Selbstveredelung des Körpers ist dies nur begrenzt: In or. 77/78,41 betont Dion, dass der echte Mann seinen Körper üben und „gemäß seinen Möglichkeiten“ (κατὰ τὴν ἑαυτοῦ δύναμιν) an Strapazen gewöhnen solle. Man(n) arbeitet also mit dem gegebenen Instrument und bewahrt es vor Verweichlichung, strebt aber keine über die Natur und das Tragbare hinausgehende Askese an.

<sup>22</sup> Plin. paneg. 13.

<sup>23</sup> Cass. Dio [Xiphil.] 69,9,3f.; Front. princ. hist. 14; vgl. auch die kurze sehr ähnliche Schilderung von Septimius Severus bei Herod. 3,6,10. Zum Kaiser als *commilito* siehe Wolfgang Havener, *Dux et legatus et miles. The Discourse on the Emperor's 'Military Body'*, in: Catherine Wolff/Patrice Faure (Hg.), *Corps du chef et gardes du corps dans l'armée romaine*, Paris 2020, 75–95, insb. 78–85.

<sup>24</sup> Plin. paneg. 81f. insb. 82,8 zur Charakterisierung dieser Tätigkeiten als *voluptates*. Ähnlich auch Dion Chrys. or. 3,133–136, wo die Jagd als königliche Form der Erholung gepriesen wird, da sie den Körper kräftigt und für den Krieg vorbereitet, doch wie bei Plinius ist es auch bei Dion eine „Lustbarkeit“ (ἡδονή).

<sup>25</sup> So lässt der jugendliche Nero zu Beginn seiner Regierung Zuschauer bei seinen *campestres exercitationes* zu (Suet. Nero 10,2); Tiberius praktizierte vor seiner Erhebung zum Kaiser ebenfalls solche Übungen, denn es wird explizit vermerkt, dass er diese aufgab, als er nach Rhodos ins Exil ging (Suet. Tib. 13,1); bezeichnend ist jedoch vor allem Augustus, der die martialischen *campestres exercitationes* „sofort“ nach dem Ende der Bürgerkriege aufgegeben und durch Übungen mit kleinen und großen Bällen ersetzt habe (Suet. Aug. 83). Ersteres war eine Trainingsform, die später der Arzt Galen in einer eigenen Schrift als besonders gesundheitsfördernd preisen sollte (Gal. parv. pil.). Auch Germanicus, der seine dünnen Beine durch Reiten nach den Mahlzeiten kräftigte (Suet. Cal. 3,1), frönte eher einer medizinisch inspirierten *cura sui* als einer martialisch-asketischen Abhärtung.

<sup>26</sup> Zum Topos bei kaiserzeitlichen Autoren, wonach primär die jeweils anderen (Barbaren, Soldaten, der Pöbel oder schlechte Herrscher) auf stattliche Körper achten, siehe Meister, *Körper des Princeps*, 141–148.



der Historiker Herodian den Usurpator und späteren Kaiser Septimius Severus (reg. 193–211) im Jahr 193 seine pannonischen Truppen loben:

„Ihr seid geübt durch dauernde Kriegspraxis, da ihr unaufhörlich im Kampf steht gegen Barbaren, seid abgehärtet im Ertragen aller Strapazen, seid darin bewährt, Frost und Hitze zu verachten, über zugefrorene Flüsse zu marschieren, vergrabenes Brackwasser zu trinken, nicht aus frischen Brunnen zu schöpfen.“<sup>27</sup>

Allerdings hatte Herodian bereits zuvor in auktorialem Ton klargestellt, was von den Pannoniern zu halten sei: Sie seien zwar in Bezug auf ihre Körper exzellent und groß und gäben gefürchtete Kämpfer ab, doch im Denken seien sie langsam und leicht zu täuschen.<sup>28</sup> Genau diese Leichtgläubigkeit der tumben Pannonier nutzt Severus denn auch aus, um sie – just mit dieser Ansprache – dahingehend zu manipulieren, dass sie seine Usurpation unterstützen.

Die zweite Personengruppe, die regelmäßig Erwähnung findet ob ihrer Fähigkeit, körperliche Strapazen zu ertragen, sind unzivilisierte Barbaren<sup>29</sup> – die nur halbzivilisierten Pannonier passen da gut ins Bild. Ein Kaiser kann sich daher zwar als *commilito* inszenieren, um Akzeptanz bei der Truppe zu finden, doch im Idealfall kann er das, weil er dank Fortuna über einen entsprechenden Körper verfügt. Ein Kaiser, der sich durch aktives Training einen abgehärteten Soldatenkörper aneignen möchte, erscheint dagegen suspekt. Entsprechende Berichte finden sich etwa für Caracalla (reg. 211–217), von dem Herodian berichtet, er habe sich ganz den einfachen Soldaten angeglichen, mit ihnen alle Strapazen geteilt und sei lieber Kamerad als Kaiser genannt worden.<sup>30</sup> Dabei bemühte er sich, Strapazen zu ertragen und schwere Lasten zu schleppen. Herodian meint dazu:

„Wegen dieser und ähnlicher Leistungen wurde er von ihnen als guter Soldat geliebt, und sie bestaunten seine Körperkraft; und es war ja auch wirklich bewundernswert, wie er bei einem Körper von durchaus geringem Wuchs sich durch Übung solche Fähigkeit in der Bewältigung schwerer Lasten angeeignet hatte.“<sup>31</sup>

---

<sup>27</sup> Herod. 2,10,5 (Übers. Fiedhelm L. Müller): „ἀσκήσει τε πολεμικῶν ἔργων ἐγγεγύμασθε ὑμεῖς μὲν αἰεὶ βαρβάρους ἀντιπατόμενοι, καὶ φέρειν πόνους πάντας, κρύους τε καὶ θάλπους καταφρονεῖν, ποταμούς τε πηγνυμένους πατεῖν, καὶ πίνειν ὀρυττόμενον ἀλλ' οὐκ ἀνιμώμενον ὕδωρ εἰθισμένοι.“

<sup>28</sup> Herod. 2,9,11.

<sup>29</sup> So etwa die wilden Briten bei Cass. Dio [Xiphil.] 62,5,5 und 77[76],12,4. Die Germanen bei Tacitus dagegen ertragen aufgrund des Klimas und des Bodens zwar Kälte und Hunger, nicht aber Durst und Hitze (Tac. Germ. 4).

<sup>30</sup> Herod. 4,7,4–7.

<sup>31</sup> Herod. 4,7,7 (Übers. Fiedhelm L. Müller): „διὰ δὴ ταῦτα καὶ τὰ τούτοις ὅμοια ὡς στρατιωτικὸς ὑπ' αὐτῶν ἐφιλεῖτο καὶ ὡς γενναῖος ἐθαυμάζετο· καὶ γὰρ ἦν θαύματος ἄξιον ἐν μικρῷ πάνυ τὸ μέγεθος σώματι γενναῖον

Das ist zwar „bewundernswert“, doch das Gesamt-Porträt Caracallas ist alles andere als positiv: Er gibt sich nicht als Kaiser, sondern als Soldat. Aber anders als Traian, der von Natur aus einen kräftigen Körper hatte und ohne Anstrengung als Soldat glänzen konnte, ist Caracalla nicht mit einem derartigen Körper gesegnet, sondern klein. Dass er sich dann massiv anstrengt, um einen abgehärteten Soldatenkörper zu erhalten, ist eine aktiv betriebene Angleichung an gemeine Soldaten, was zwar als Kraftakt bewundernswert sein mag, aber einem Herrscher nicht gut ansteht. Das ist keine Selbstoptimierung, sondern eine Selbstbarbarisierung, was sich auch darin zeigt, dass Herodians Caracalla nicht nur bei den einfachen Soldaten, sondern auch bei germanischen Barbaren gut ankommt<sup>32</sup> – nicht aber bei der gebildeten Elite.

Positive elitäre Narrative zur Arbeit am eigenen Körper gehen in der Hohen Kaiserzeit in eine andere Richtung: Gelobt werden das Ertragen von Krankheiten sowie die kultivierte Sorge um sich und die eigene Gesundheit. Michel Foucault hat treffend von einer „Kultur seiner selbst“ gesprochen, einer elitären, auf Diätetik und Gesundheit fokussierten, philosophisch unterfütterten *cura sui*.<sup>33</sup> Diese Kultur beeinflusste auch die Art, wie Kaiser und ihre Körper dargestellt wurden. Das beste Beispiel eines idealisierten Herrschers aus dieser Zeit stellt der Kaiser Marc Aurel (reg. 161–180) dar.<sup>34</sup> Der rund eine Generation später schreibende Historiker Cassius Dio berichtet über ihn:

„Er besaß indessen einen so schwächlichen Körper, dass er zuerst die Kälte nicht ertragen konnte, sondern sich sogar, nachdem die Soldaten auf seinen Befehl hin angetreten waren, gewöhnlich vor seiner Ansprache zurückziehen musste. Außerdem nahm er nur ganz wenig Speise zu sich, und zwar stets zu nächtlicher Stunde. Untertags aß er nichts außer dem Heilmittel namens Theriak. Doch bediente er sich dieses Mittels nicht so sehr, weil er sich vor etwas fürchtete, sondern weil er ein

---

πόνων ἄσκησις τοσαύτη.“ Dass Caracalla von seiner ursprünglich auf Körper *und* Geist abzielenden Ausbildung abkam und sich einseitig auf das körperliche Training verlegte, hebt tadelnd auch Cass. Dio [Xiphil.] 78[77], 11, 2–3 hervor.

<sup>32</sup> Herod. 4, 7, 3f.

<sup>33</sup> Michel Foucault, *Die Sorge um sich*, Frankfurt a. M. 1989, 55–94; vgl. auch Meister, *Selbstsorge*, 217–224. Zur Bedeutung des medizinischen Wissens und der Sorge um sich in der Elite der Hohen Kaiserzeit noch immer grundlegend ist Glenn W. Bowersock, *Greek Sophists in the Roman Empire*, Oxford 1969; vgl. dazu in neuerer Zeit Judith Perkins, *The Suffering Self. Pain and Narrative Representation in Early Christian Era*, London – New York 1995, 142–172.

<sup>34</sup> Dazu Claudia Horst, *Marc Aurel. Philosophie und politische Macht zur Zeit der Zweiten Sophistik*, Stuttgart 2013, insb. 50–56 zum Umgang mit Krankheiten. Speziell zu den Krankheiten Marc Aurels siehe Véronique Boudon-Millot, *De la thériaque pour le prince. Marc Aurèle face à la maladie et aux empoisonnements*, in: Anne Gangloff/Brigitte Maire (Hg.), *La santé du prince. Corps, vertus et politique dans l'Antiquité romaine*, Grenoble 2020, 117–132.

Magen- und Brustleiden hatte. Und er vermochte mit dieser Lebensweise, wie man berichtet, zu den genannten Beschwerden hinzu auch noch andere auszuhalten.“<sup>35</sup>

Der Kaiser inszeniert sich also nicht als kraftstrotzender Soldat, sondern unterwirft seinen schwächlichen Körper einem streng-asketischen Regime, das es ihm ermöglicht, Krankheiten und Beschwerden auszuhalten und seine Rolle als Kaiser zu erfüllen. Das gelang ihm gut, wie Cassius Dio bei der Beschreibung des Todes des Kaisers rekapituliert:

„Zu all den sonstigen Tugenden hinzu regierte er besser als all die anderen, die jemals irgendeine Machtstellung bekleideten, nur dass er wegen seiner körperlichen Verfassung nicht viele Heldentaten vollbringen konnte; doch hatte er seinen sehr schwächlichen Leib zu höchster Ausdauer erzogen.“<sup>36</sup>

Die schwächliche Konstitution ist dabei nicht nur ein Hindernis, das der Kaiser durch Disziplin überwinden muss, der schwache Körper ist auch Ausdruck seiner aufreibenden Tätigkeit zum Wohle des Reiches:

„Infolge seines immensen Fleißes und seiner Askese bekam er einen sehr schwächlichen Körper, obwohl er anfänglich so kräftig gewesen war, dass er in schweren Waffen kämpfte und bei der Jagd vom Pferde aus Wildebeer tötete.“<sup>37</sup>

Der Fokus liegt auf dem geistigen Aushalten von Strapazen, doch dadurch wird der Körper nicht gekräftigt, sondern ausgezehrt. Ein guter Kaiser zeichnet sich also gerade nicht dadurch aus, dass er wie Caracalla aktiv danach strebt, schwere Lasten zu schleppen und die Strapazen einfacher Soldaten zu ertragen. Das Bild unterscheidet sich aber auch von der Darstellung Traians im Panegyrikus des Plinius: Traian hat einen kräftigen Körper, was ein Zeichen göttlichen Wohlwollens ist, aber kein Resultat aktiver Bemühungen oder Abhärtungen seitens des Kaisers. Marc Aurel hatte dieses Glück nicht, dafür aber zeigen sich seine Tugend und

---

<sup>35</sup> Cass. Dio [Xiphil.] 72[71],6,3–4 (Übers. Otto Veh): „καίτοι οὕτως ἀσθενῆς τῷ σώματι ἐγένετο ὥστε μήτε τὸ ψῦχος τὴν γε πρώτην ὑπομῆναι, ἀλλὰ καὶ πρὶν διαλεχθῆναι τοῖς στρατιώταις συνεληλυθόσιν ἤδη κατὰ τὸ παρηγγελμένον ἀναχωρῆσαι, καὶ τροφὴν βραχυτάτην, καὶ ταύτην ἐν νυκτὶ ἀεὶ λαμβάνειν. οὐ γὰρ ἔστιν ὅ τι μεθ' ἡμέραν πλὴν τοῦ φαρμάκου τοῦ θηριακοῦ καλουμένου ἐσιτεῖτο. ἐλάμβανε δὲ τοῦ φαρμάκου οὐχ οὕτως ὅτι ἐδέδειε τι, ὡς ὅτι τοῦ τε στομάχου καὶ τοῦ θώρακος φαύλως εἶχε· καὶ φασιν ὅτι δι' ἐκεῖνο ἀνταρκεῖν πρὸς τε τᾶλλα καὶ πρὸς τοῦτο ἐδύνατο.“ Dass Theriak vor allem als Antidot gebraucht wird und Cassius Dio hier wohl das kaiserliche Sicherheitsbedürfnis im Sinne einer medizinischen Selbstsorge umdeutet, betont *Boudon-Millot*, *Thériaque pour le prince*, 126.

<sup>36</sup> Cass. Dio [Xiphil.] 72[71],34,2 (Übers. Otto Veh): „ὅτι εἶχε μὲν καὶ τὰς ἄλλας ἀρετὰς ἀπάσας, καὶ ἄριστα διὰ πάντων τῶν ἐν κράτει τινὶ γενομένων ἤρξε, πλὴν καθ' ὅσον οὐ πολλὰ τῷ σώματι ἀνδρίζεσθαι ἐδύνατο· καὶ τοῦτο ἐξ ἀσθενεστάτου καρτερικώτατον ἀπέδειξε.“

<sup>37</sup> Cass. Dio [Xiphil.] 72[71],36,2 (Übers. adaptiert nach Otto Veh): „ἐκ δ' οὖν τῆς πολλῆς ἀσχολίας τε καὶ ἀσκήσεως ἀσθενέστατον τὸ σῶμα ἔσχε, καίτοι τοσαύτη εὐεξία ἀπ' ἀρχῆς χρησάμενος ὥστε καὶ ὀπλομαχεῖν καὶ σὺς ἀγρίους ἐν θήρᾳ καταβάλλειν ἀπὸ ἵππου.“

seine Qualität als Herrscher im Umgang mit seinem Körper und der Art, wie er dieses fehlende Glück auszugleichen verstand:

„Indessen durfte er nicht das verdiente Glück genießen; denn er besaß keinen kräftigen Körper und hatte es sozusagen während seiner ganzen Regierung mit zahllosen Übeln zu tun. Doch von meiner Seite aus genießt er gerade deshalb um so größere Bewunderung, dass er inmitten nie gekannter und ungewöhnlicher Bedrängnisse selbst durchhielt und das Reich rettete.“<sup>38</sup>

Die Arbeit an sich selbst zielte also nicht darauf ab, einen halbbarbarischen Soldatenkörper zu erwerben, um sich bei den Soldaten jovial anzubiedern, sondern körperliche Beschwerden auszuhalten und durch ein asketisches Regime möglichst gesund zu bleiben. Das idealisierende Bild, das Cassius Dio von Marc Aurel zeichnet, entspricht genau der von Foucault diagnostizierten „Kultur seiner selbst“. Marc Aurel ist auch nicht allein: In den in den 120er Jahren publizierten Kaiserbiographien Suetons wird ebenfalls detailliert auf die diversen Krankheiten der Kaiser und ihren Umgang damit eingegangen.<sup>39</sup>

Das ist nicht nur zugeschriebene Stilisierung: Marc Aurel scheint auch selbst ganz in der Praxis dieser Kultur aufgegangen zu sein. Durch das Glück der Überlieferung haben sich mehrere Selbstzeugnisse dieses Kaisers erhalten, die deutlich machen, dass Selbst- und Fremdbild einige Berührungspunkte aufweisen. So lobt Marc Aurel in seinen *Selbstbetrachtungen* seinen Adoptivvater Antoninus Pius (reg. 138–161) als großes Vorbild. Dieser glänzte nicht zuletzt durch

„seine wohlabgewogene Fürsorge für seinen eigenen Körper, die er weder wie jemand betrieb, der sein Leben besonders liebt, noch um eine strahlende Erscheinung abzugeben, aber auch ohne Nachlässigkeit, sondern vielmehr so, dass er aufgrund seiner eigenen Aufmerksamkeit kaum ärztliche Hilfe, Medikamente und Mittel äußerer Anwendung brauchte“.<sup>40</sup>

---

<sup>38</sup> Cass. Dio 72[71],36,3 [Xiphil.] (Übers. Otto Veh): „οὐ μέντοι καὶ ἐπαξίως ἑαυτοῦ εὐδαιμόνησεν· οὔτε γὰρ τὸ σῶμα ἔρρωτο, καὶ κακοῖς πλείστοις παρὰ πᾶσαν ὡς εἰπεῖν τὴν ἡγεμονίαν περιέπεσεν. ἀλλ' ἔγωγε ἐξ αὐτῶν τούτων μᾶλλον αὐτὸν τεθαύμακα, ὅτι ἐν τε ἀλλοκότοις καὶ ἐν ἐξαισίσις πράγμασι αὐτὸς τε διεγένετο καὶ τὴν ἀρχὴν διεσώσατο.“

<sup>39</sup> Dazu *Meister*, Körper des Princeps, 255–269; vgl. auch *Carolin Husquin*, L'intégrité du corps en question. Perceptions et représentations de l'atteint physique dans la Rome antique, Rennes 2020, 284–290.

<sup>40</sup> M. Aur. 1,16,20 (Übers. Rainer Nickel): „καὶ τὸ τοῦ ἰδίου σώματος ἐπιμελητικὸν ἐμμέτρως οὔτε ὡς ἂν τις φιλόζωος οὔτε πρὸς καλλωπισμὸν οὔτε μὴν ὀλιγώρως, ἀλλ' ὥστε διὰ τὴν ἰδίαν προσοχὴν εἰς ὀλίγιστα ἰατρικῆς χρῆζειν ἢ φαρμάκων καὶ ἐπιθεμάτων ἐκτός.“ Vgl. auch M. Aur. 6,30.

Der ideale Kaiser versteht es, sowohl bei Cassius Dio wie bei Marc Aurel, durch ein selbstbestimmtes Regime für seinen Körper zu sorgen. Krankheiten, auch das macht Marc Aurel deutlich, sind Schicksalsschläge, die der weise Mann würdig auszuhalten hat.<sup>41</sup> Selbstsorge und Krankheiten sind auch ein großes Thema in der fragmentarisch erhaltenen Korrespondenz zwischen Marc Aurel und seinem Lehrer Fronto. Als diese Briefe 1815 entdeckt wurden, war die Enttäuschung riesig: Statt über tiefeschürfende politische Inhalte tauschen sich die beiden in rund einem Drittel der erhaltenen Briefe (mehr oder weniger ausführlich) über ihre Krankheiten und Gebrechen aus.<sup>42</sup> So erfährt das geneigte Publikum, dass Marcus mit Honigwasser seinen wunden Hals kuriert, dass seine Hand wegen einer Krankheit zittert und dass die *ratio* seines „Körperleins“ nach Bewegung verlangt.<sup>43</sup> Die ältere Forschung sah hier Hypochonder am Werk.<sup>44</sup> Doch diese vermeintliche Hypochondrie passt gut in eine Gesellschaft, in der breit belesene Autoren wie Aulus Gellius und Plutarch sich teilweise ausgiebig mit Gesundheitsthemen befassten; in der ein Arzt wie Galen nicht nur in den höchsten Kreisen verkehrte, sondern auch ausführlich über seine berühmten Patienten – Marc Aurel eingeschlossen – publizierte.<sup>45</sup> Wenn Marc Aurel in seinen Selbstbetrachtungen den Göttern dankt, dass sie ihm in Träumen Mittel gegen Blutspucken und Schwindelanfälle eingegeben hätten,<sup>46</sup> so fühlt man sich sicher nicht zufällig an Aelius Aristides erinnert, der zeitgleich in seinen *Heiligen Reden* ausführlich von seinen diversen Krankheiten berichtet und von den Heilkuren, die Asklepios ihm im Traum eingegeben habe.<sup>47</sup>

Das ist keine Gesellschaft von Hypochondern, sondern, wie bereits Michel Foucault argumentiert hat, eine ausgeprägte Kultur aristokratischer Selbstsorge. Marc Aurel geht ganz in diesem Habitus auf, und aristokratische Autoren wie Cassius Dio greifen das von ihm entworfene Selbstbild auf und modellieren es weiter: Marc Aurel wird zum Idealkaiser, der gerade deshalb umso heller glänzt, weil er ein kränkliches „Körperlein“ hat. Damit erfüllt der kaiserliche Körper eine doppelte Funktion: Er macht den Kaiser menschlich und stellt ihn auf

---

<sup>41</sup> M. Aur. 1,15,1–2, 1,16,31, 5,8.

<sup>42</sup> Eine Sammlung der entsprechenden Stellen findet sich bei *John E. G. Whitehorne*, Was Marcus Aurelius a Hypochondriac?, in: *Latomus* 36 (1977), 413–421.

<sup>43</sup> Front. ad M. Caes. 4,6,1, 4,8, 5,62 (die Briefe werden nach der Zählung der Teubner-Ausgabe von Michel P. J. van den Hout zitiert).

<sup>44</sup> So *Bowersock*, Greek Sophists, 71–75 und *Whitehorne*, Hypochondriac.

<sup>45</sup> In diesem Sinne *Horst*, Marc Aurel, 50–56; zum hohen gesellschaftlichen Prestige des Arztes Galen siehe *Bowersock*, Greek Sophists, 59–75 und *Heinrich Schlange-Schöningen*, Die römische Gesellschaft bei Galen, Berlin – New York 2003; Aulus Gellius geht an diversen Stellen auf Krankheiten ein, besonders markant bei Gell. 18,10; für Plutarch siehe Plut. tuend. san. praec. (= mor. 122b–137e).

<sup>46</sup> M. Aur. 1,17,20.

<sup>47</sup> Zur Bedeutung von Träumen für die Gesundheitsvorsorge mit einem besonderen Fokus auf Aelius Aristides siehe *Beat Näf*, Traum und Traumdeutung im Altertum, Darmstadt 2004, 114–123 und generell zu Aelius Aristides *Charles A. Behr*, Aelius Aristides and the Sacred Tales, Amsterdam 1968.

eine Ebene mit seinen ebenfalls kränkelnden Mithristokraten, gleichzeitig ist die schlechte Gesundheit des Kaisers aber geradezu die Voraussetzung dafür, seine wahren Tugenden umso heller strahlen zu lassen. Erst der souveräne Umgang mit seinem kranken Körper macht Marc Aurel zum eigentlichen Super-Aristokraten. Die Idee, die in Julians Panegyrik anklingt, dass martialisches Training in Reiten und Bogenschießen zusammen mit Fasten und Schlafentzug den Körper stählten *und* die Seele besserten und dies alles einen noch zu einem von den Soldaten bewunderten ‚Mann aus Stahl‘ mache, folgt einer ganz anderen Logik. Dahinter steht eine Radikalisierung des traditionellen Konzepts aristokratischer Selbstsorge, die zu einem Wandel der Konzeption des ‚Körpers‘, seiner Verbindung zur Seele und den Möglichkeiten seiner Optimierbarkeit führt.

### 3. Sokratisches Bodybuilding

Peter Brown hat in seinem epochalen Buch *The Body and Society* (dt. *Die Keuschheit der Engel*) hervorgehoben, dass sich das christliche Körperbild trotz vieler Kontinuitäten in seiner Grundkonzeption radikal von dem der paganen Philosophie unterscheidet.<sup>48</sup> Die paganen Selbstsorgepraktiken, so Brown, billigten dem Körper eine gewisse Autonomie zu: Der Körper war etwas, was vom Geist kontrolliert und regiert werden musste, körperliche Triebe galt es, in geordnete Bahnen zu lenken. Das ähnelt zwar teilweise christlichen Askesepraktiken, doch der Körper wird lediglich regiert, er ändert sich nicht. Das Christentum, so Brown, war hier radikaler: Statt des alten „wohlwollenden Dualismus“ strebte man eine Transformation des Körpers an. Durch Enthaltbarkeit und Askese wurde es möglich, den eigenen irdischen Körper zu veredeln und dem geistigen „Engelskörper“ der Auferstehung anzunähern. Das hatte Folgen für die Praxis, die nun nicht mehr auf ein paar Diätvorschriften und ein bisschen Enthaltbarkeit abzielte, sondern auf rigides Fasten und radikale Keuschheit; es hatte aber auch Folgen für die Körperwahrnehmung, denn ein entsprechend disziplinierter und durch Askese gereinigter Körper erhielt den Nimbus des Heiligen.<sup>49</sup>

Diese Veränderungen sind nicht auf das Christentum beschränkt. Wie in der Forschung bereits mehrfach betont wurde, finden die Viten christlicher Heiliger in paganen

---

<sup>48</sup> Brown, Keuschheit, insb. 39–46.

<sup>49</sup> Zu dieser Bewertung asketischer Körper siehe ebd., 235–237. Generell zur christlichen Askese vgl. – jeweils mit weiterer Literatur – Meister, Selbstsorge, 226–228; sowie den Forschungsüberblick bei Borsch/Meister, Antike Körper.

Philosophenviten der Spätantike teilweise ihre Entsprechung:<sup>50</sup> Ähnlich wie christliche *holy men* können sich auch pagane Philosophen durch eine besondere Nähe zum Göttlichen auszeichnen und als Mittler zwischen Menschen und Göttern eine besondere Stellung einnehmen und auch sie unterwerfen ihre Körper teilweise recht rigiden Askesepraktiken.<sup>51</sup> Allerdings ist im damals populären Neuplatonismus der Körper bei den meisten Autoren ein Gefängnis und eine Last, von der die Seele befreit werden muss – dies ist etwa der Tenor in Porphyrios' Vita des Plotin.<sup>52</sup> Doch das ist keineswegs überall so. In den an der Wende vom vierten zum fünften Jahrhundert verfassten Philosophenviten des Eunapios finden sich Geschichten, die deutlich zeigen, wie auch die pagane Askese zu einem entsprechend transformierten Körper führen kann. So weiß Eunapios in der Vita des Neuplatonikers Iamblichos von einem Gerücht zu berichten, wonach Iamblichos' Körper und Kleidung, wenn er betete, zu goldener Schönheit transformiert worden seien und zu schweben begonnen hätten.<sup>53</sup> Ähnliches wird von Aidesios berichtet: Diesem sei die Flucht vor dem Menschlichen so weit gelungen, dass er möglicherweise ganz Seele war, sein Körper jedenfalls sei so leicht gewesen, dass eine Beschreibung unglaublich wäre.<sup>54</sup>

Die Vorstellung, dass Körper dahingehend transformiert werden, dass sie aufhören Körper zu sein, erinnert stark an das von Peter Brown gezeichnete Bild christlicher Asketen, die sich dem spirituellen Engelskörper annähern. Patricia Cox Miller hat gar argumentiert, dass die Neuplatoniker hier weiter gehen als die Christen: Während die Christen den paradiesischen Engelskörper in der Welt nie ganz erreichen könnten, sei dies den paganen ‚Heiligen Männern‘ tatsächlich möglich.<sup>55</sup>

Dass Askese zu einem schwebenden Lichtkörper führt, kann man aus der neuplatonischen Logik heraus noch halbwegs nachvollziehen. Die Philosophenviten zeichnen aber noch ein

---

<sup>50</sup> Patricia Cox Miller, *Strategies of Representation in Collective Biography. Constructing the Subject as Holy*, in: Tomas Hägg/Philip Rousseau (Hg.), *Greek Biography and Panegyric in Late Antiquity*, Berkeley 2000, 209–254; Matthias Becker, *Eunapios aus Sardes. Biographien über Philosophen und Sophisten. Einleitung, Übersetzung, Kommentar*, Stuttgart 2013, 51–57; Udo Hartmann, „... und Pronoia hat die Menschheit noch nicht verlassen“. Die Konstruktion der Geistesgeschichte als pagane Gegenwelt in Eunaps „Philosophenviten“, in: Bruno Bleckmann/Timo Stickler (Hg.), *Griechische Profanhistoriker des fünften nachchristlichen Jahrhunderts*, Stuttgart 2014, 51–84; sowie ders., *Der spätantike Philosoph. Die Lebenswelt der paganen Gelehrten und ihre hagiographische Ausgestaltung in den Philosophenviten von Porphyrios bis Damaskios*, 3 Bde., Bonn 2018, Bd. 3, 1819–2064.

<sup>51</sup> Vgl. Hartmann, *Der spätantike Philosoph*, Bd. 3, 1867f. und generell zur Bedeutung literarischer Körperbilder in paganen Philosophenviten vor allem Cox Miller, *Strategies of Representation*, 247–249 und Becker, *Eunapios aus Sardes*, 57–68.

<sup>52</sup> Dazu Hartmann, *Der spätantike Philosoph*, Bd. 3, 1823f.

<sup>53</sup> Eun. vit. 5,1,8.

<sup>54</sup> Eun. vit. 23,5,1f.

<sup>55</sup> Cox Miller, *Strategies of Representation*, 247–249.

anderes Bild, das eher überrascht, das aber hilft, die Panegyriken auf die ‚Kaiser aus Stahl‘ besser einzuordnen. So berichtet Eunapios von seinem späteren Lehrer Prohairesios, wie dieser am Hof von Kaiser Constans in Gallien das Publikum beeindruckt habe: Die Menschen dort seien zwar nicht in der Lage gewesen, seine Seele zu bewundern, aber sie hätten das bestaunt, was sichtbar vor Augen stand, nämlich Schönheit und Größe seines Körpers.<sup>56</sup> Wie ein Koloss habe Prohairesios das Menschliche überragt, meint Eunapios, um dann fortzufahren:

„Als sie seine Widerstandsfähigkeit sahen, meinten sie, er sei wirklich empfindungslos und wie aus Eisen. Obwohl er nämlich nur mit einem dünnen Mantel bekleidet und barfuß unterwegs war, hielt er den Frost des gallischen Winters für den größten Luxus. Er trank das Wasser des Rheins, auch wenn es schon nahezu vereist war.“<sup>57</sup>

Die Fähigkeit, Kälte zu ertragen, bislang primär das Merkmal von Soldaten und Barbaren, wird nun als etwas dargestellt, was sich ein Philosoph durch seine Lebensweise und Abhärtung erwerben kann und wofür ihn einfachere Gemüter bewundern. Doch während Prohairesios’ Körper lediglich wie aus Eisen zu sein scheint, erschien Eunapios’ Landsmann, Lehrer und angeheirateter Verwandter Chrysanthios ähnlich beschaffen wie Constantius II. So meint Eunapios: „Er hat sich nämlich einen unermüdlichen Körper aus Stahl erworben, der es gewohnt war, jede Übung mitzumachen.“<sup>58</sup> Es sind dies sicherlich nicht die zentralen Passagen in den Viten des Eunapios. Doch sie zeigen deutlich, dass es am Ende des vierten Jahrhunderts eine Tendenz gab, Philosophen nicht nur als wundertätige, charismatische Männer zu verehren, sondern dass dies begleitet wurde von der Idee, dass diese Männer sich durch ihren Lebenswandel einen schwebenden Lichtkörper oder aber einen martialisch anmutenden Körper aus Eisen oder Stahl erwerben konnten.

Die Vorstellung, dass Abhärtung und Askese den Körper martialisch kräftigen, ist, wie Matthias Becker betonte, eng verbunden mit einer spätantiken Ausprägung der Sokrates-Motivik.<sup>59</sup> So vergleicht Eunapios den ‚Stahl-Philosophen‘ Chrysanthios explizit mit Sokrates.<sup>60</sup> Diese Sokrates-Motivik umfasst deutlich mehr als ‚nur‘ einen gestählten Körper: Primär geht es darum, einen Philosophentypus zu porträtieren, der in der Welt verhaftet und

---

<sup>56</sup> Eun. vit. 10,7,1.

<sup>57</sup> Eun. vit. 10,7,2 (Übers. Matthias Becker): „τὴν γε μὴν καρτερίαν ὁρῶντες, ὄντως ἀπαθῆ τινὰ καὶ σιδήρεον ὑπελάμβανον, ὅτι λεπτὸν ἔχων τριβῶνιον, ἀνυπόδητος, τρυφῆς περιουσίαν ἐτίθετο τοὺς Γαλατικοὺς χειμῶνας καὶ πεπηγότα σχεδὸν τι τὸν Ῥῆνον ἔπιεν.“

<sup>58</sup> Eun. vit. 23,1,7 (eigene Übers.): „καὶ γὰρ ἔτυχεν ἀπρύτου καὶ ἀδαμαντίνου σώματος, ἐς πᾶσαν ἀσκησιν ὑπουργεῖν εἰωθότος.“

<sup>59</sup> Becker, Eunapios aus Sardes, 474, 538f.

<sup>60</sup> Eun. vit. 23,3,1.



als Kontrast zu weltabgewandten Intellektuellen in der Gesellschaft aktiv ist und sich nicht zuletzt auch an einfachere Schichten wendet.<sup>61</sup> Doch der Stahlkörper ist Teil dieses Bildes. Dabei handelt es sich nicht um eine Erfindung *ex nihilo*: In Platons *Symposion* findet sich eine Passage, in der Sokrates dafür gelobt wird, dass er auf einem athenischen Feldzug bei Potidaia allerlei Strapazen ertragen konnte.<sup>62</sup> Das ist kein zentraler Lehrsatz der platonischen Philosophie und auch im Neuplatonismus dominiert die Vorstellung vom Körper als Gefängnis der Seele. Doch im vierten Jahrhundert gewinnt die Episode an Prominenz. So kann der christliche Polemiker Gregor von Nazianz in einer Streitschrift gegen den paganen Kaiser Julian dessen Vorbild Sokrates als den charakterisieren, der bei Potideia die Nacht durchgewacht habe, ohne die Kälte zu spüren.<sup>63</sup> Den Namen braucht er nicht zu nennen. Es ist genau diese Motivik, auf die Eunapios bei der Ausgestaltung seiner Viten zurückgreift, doch damit ist auch klar, dass die bei ihm besonders gut fassbaren Philosophen aus Stahl in einer bereits in den Jahrzehnten zuvor ausgebildeten Tradition stehen.

Am deutlichsten wird dies bei Libanios. Dieser verfasste in den 360er oder 370er Jahren eine fiktive Verteidigungsrede für Sokrates.<sup>64</sup> Dort wird ausgeführt, dass die Athener – unter ihnen auch der Ankläger Anytos – ihre Söhne gerne zu Sokrates schickten. Dessen Vorbild habe nämlich dazu beigetragen, dass die, die ihm nacheiferten, sich über die breite Masse erhoben hätten:

„Denn sie sind Herr geworden über Fressgier, die Trunksucht, die ungerechte Bereicherung, den kochenden Zorn, die unterwürfige Schmeichelei und alle vergleichbaren Laster; Kälte und Hitze halten sie aus, weil ihr Körper sozusagen wie Stahl abgehärtet ist, und weder Durst noch Hunger setzen ihnen zu. Solche Männer – ihr habt es erfahren – werden auf Feldzügen fürchterlich sein für die Feinde, bei Beratungen aber kompetent, das Richtige zu sehen.“<sup>65</sup>

---

<sup>61</sup> Matthias Becker, Der schlechtere Weg ist das Ziel. Zum Leitbild des Philosophen in den Biographien des Eunapios, in: Zeitschrift für antikes Christentum 15 (2011), 450–475, vgl. auch Javier Campos Daroca, Socrates amongst the Holy Men. Socratic Paradigms and Styles in Eunapius' *Lives*, in: Alberto J. Quiroga Puertas (Hg.), *Rhetorical Strategies in Late Antique Literature. Images, Metatexts and Interpretation*, Leiden – Boston 2017, 149–164.

<sup>62</sup> Plat. *Symp.* 219e–220b.

<sup>63</sup> Greg. Naz. or. 4,72.

<sup>64</sup> Zur unsicheren Datierung siehe Hans-Ulrich Wiemer, *Libanios und Julian. Studien zum Verhältnis von Rhetorik und Politik im vierten Jahrhundert n. Chr.*, München 1995, 72–76.

<sup>65</sup> Lib. decl. 1,24 (Übers. Ulrich Lempp): „γαστριμαργίας μὲν καὶ μέθης καὶ λήμματος ἀδίκου καὶ ζεούσης ὀργῆς καὶ θωπείας ἀνελευθέρου καὶ τῶν τούτοις εὐκότων νοσημάτων γεγονότες κρείττονες, κρυμὸν δὲ καὶ θάλπος τῷ σώματι καθάπερ ἀδαμαντίνῳ δεχόμενοι καὶ μήτε δίψη μήτε πείνη πιεζόμενοι, οἷους ὄντας ἤδειτε φοβεροὺς μὲν ἐπὶ στρατείᾳ τοῖς ἐναντίοις ἐσομένους, ἀγαθοὺς δὲ ἐν βουλαῖς τὸ συμφέρον ἰδεῖν.“

Dieses martialische Sokrates-Bild birgt ein nicht zu unterschätzendes Potential für Herrscherpanegyrik. Indem Philosophie und martialische Abhärtung verquickt werden, ist es möglich, zwei bislang relativ strikt getrennte Ideale zu verbinden: den durch eine philosophische *cura sui* abgehärteten, ganz dem Geist unterworfenen (aber keineswegs zwingend gesunden und kräftigen) Körper des moralisch gefestigten Mannes und den kraftvollen, Kälte und Durst ertragenden Körper des idealen Soldaten. Anders als in den Jahrhunderten zuvor erscheint der abgehärtete, kräftige Kriegerkörper nun aber nicht mehr als bloßes „Glücksgut“ und nach einem solchen Körper zu streben ist auch nicht mehr eine unwürdige Angleichung an gemeine Soldaten und Barbaren, sondern Teil einer kultiviert-philosophischen Arbeit an sich selbst.

Genau das nutzen Themistios, Libanios und Julian, die alle aus einer philosophischen Tradition heraus schreiben, wenn sie Constantius II. für seinen ‚Körper aus Stahl‘ preisen. Dieser ‚Körper aus Stahl‘ ist völlig anders geartet als die abgehärteten Körper geistig langsamer Soldaten oder grobschlächtiger Barbaren. Er ist das Resultat eines ‚sokratischen Bodybuildings‘, das asketisch-martialische Abhärtung vom Verdacht des Primitiven befreit und in den Kontext einer philosophisch-moralischen Selbstveredelung stellt. Ähnlich wie bei den charismatischen Wunderphilosophen des Eunapios ist der besondere Stahlkörper des Kaisers zudem ein sichtbares Zeichen dafür, wie weit der Prozess der Selbstveredelung bereits gediehen ist, und verleiht seinem Träger einen charismatisch-sakralen Nimbus. Das eröffnete aber nicht nur für die Panegyrik, sondern auch für die Praxis kaiserlicher Körperinszenierung neue Perspektiven.

#### 4. Ostentative Askese und kaiserliche Körperinszenierung

Die Panegyriken auf Constantius II. heben nicht nur dessen ‚Körper aus Stahl‘ hervor, sondern vor allem auch, wie er sich diesen erworben hat. In den eingangs zitierten Passagen ist das martialische Training sehr prominent: Constantius war ein ausgezeichneter Reiter und Bogenschütze. Bezeichnend ist jedoch der Kontext: Bei Traian lobte Plinius, dass dieser soldatische Fähigkeiten demonstrierte, wenn er bei den Truppen im Feld war, seine Mußestunden dagegen habe Traian mit Jagen und Bootfahren verbracht.<sup>66</sup> Bei Constantius jedoch wird klar festgehalten, dass er die Mußzeit mit militärischen Übungen füllt.<sup>67</sup> Dass

---

<sup>66</sup> Plin. paneg. 13, 81f. (s.o.).

<sup>67</sup> So etwa Lib. or. 59,122; Iul. or. 1,8f. 11c–d; dass Constantius II. jeglichen Müßiggang meidet und zudem sich nur ganz wenig Schlaf gestattet, betont überdies Iul. or. 2,28. 87c.

dies Teil der kaiserlichen Selbstinszenierung wurde, zeigt eine Bemerkung des Historikers Ammian, der erwähnt, wie dem Caesar Julian ein Omen zuteilwurde, als er gerade dabei war, in seiner Winterresidenz in Paris mit Waffen zu üben.<sup>68</sup> Diese *en passant*-Bemerkung zeigt klar, dass es Mitte des vierten Jahrhunderts Usus war, dass Kaiser in ihren Residenzstädten – also auch zu Zeiten, wo sie nicht mit dem Heer im Feld standen – regelmäßig unter freiem Himmel und damit zumindest für Mitglieder des Hofes sichtbar mit Waffen trainierten. Doch bei Constantius geht das Training noch weiter: Er habe es, lobt Libanios, als Feigheit erachtet, seinen Magen nicht an Hunger zu gewöhnen.<sup>69</sup> Diese Wertschätzung asketischer Abhärtung spiegelt sich auch in der zeitgenössischen Historiographie. So lobt der noch unter Constantius II. schreibende Aurelius Victor an diesem Kaiser dessen Fähigkeit, Strapazen auszuhalten, die Fertigkeit als Bogenschütze, die frugale Ernährung sowie den Sieg über Lüste und Begierden.<sup>70</sup> Der ebenfalls zeitgenössische Historiker Ammian zeichnet in seinem freilich erst rund 30 Jahre später veröffentlichten Geschichtswerk ein ganz ähnliches Bild. In seiner finalen Würdigung von Constantius II. hebt er unter den (wenigen) ‚guten‘ Eigenschaften des Kaisers dessen maßvollen Lebenswandel hervor:

„Bei einem sparsamen und nüchternen Leben, bei mäßigem Essen und Trinken behielt er eine so feste Gesundheit, dass ihn nur selten eine Krankheit befiel, dann aber nicht ohne Lebensgefahr. Dass es so den Menschen ergeht, die sich von Ausschweifung und Luxus fernhalten, haben uralte Erfahrungen und die Ärzte bewiesen. Er war mit wenig Schlaf zufrieden, wenn Zeit und Vernunft es erforderten, und über lange Zeiten seines Lebens hin geschlechtlich überaus enthaltsam.“<sup>71</sup>

Mit der Betonung der gesundheitsfördernden Wirkung dieser Lebensweise bewegt sich Ammian noch ganz im traditionellen Selbstsorge-Diskurs, wie wir ihn in der Hohen Kaiserzeit fassen, doch seine Schilderung geht darüber hinaus: Die Fähigkeit, mit wenig Schlaf auszukommen und weitgehend enthaltsam zu leben, wird in keinen kausalen Zusammenhang mit der Gesundheit gestellt; es sind dies asketische Tugenden, die allein als solche bewundernswert erscheinen. Anschließend lobt Ammian die auch in anderen Quellen

---

<sup>68</sup> Amm. 21,2,1.

<sup>69</sup> Lib. or. 59,122.

<sup>70</sup> Aur. Vict. Caes. 42,23.

<sup>71</sup> Amm. 21,16,5f. (Übers. Wolfgang Seyfarth): „*In vita parca et sobria, edendi potandique moderatione, valetudinem ita retinuit firmam, ut raros colligeret morbos, sed eos non procul a vitae periculis: id enim evenire corporibus a lascivia dimotis et luxu, diuturna experimenta et professiones medendi monstrarunt. Somno contentus exiguo, cum id posceret tempus et ratio, perque spatia vitae longissima impendio castus.*“

hervorgehobenen Fertigkeiten des Kaisers im Umgang mit Waffen und Pferden,<sup>72</sup> um dann abschließend zu erklären:

„Niemand hat ihn je in der Öffentlichkeit sich den Mund oder die Nase wischen oder gar spucken oder seine Miene nach einer Seite wenden sehen, und nie hat er in seinem Leben von Früchten gekostet; doch davon will ich nicht reden, da es schon öfter gesagt worden ist.“<sup>73</sup>

Die starre Haltung des Constantius und den Umstand, dass er nie ausspuckt oder sich die Nase wischt, hatte Ammian bereits bei seiner Beschreibung des *adventus* des Kaisers in Rom hervorgehoben.<sup>74</sup> Dort habe der Kaiser zwischen seinen in Eisen gekleideten Panzerreitern, die metallenen Standbildern glichen, selbst wie eine Statue unbeweglich und starr auf seinem Wagen gestanden. Hierzu führt Ammian dann erklärend an:

„Freilich nahm er diese Haltung bewusst ein, doch waren dies und manches andere im diesseitigen Leben Anzeichen für eine überdurchschnittliche Selbstbeherrschung, die, wie man zu verstehen gab, ihm allein zustand.“<sup>75</sup>

Die überdurchschnittliche *patientia* im diesseitigen Leben wird also als kaiserliches Privileg reklamiert, das den Kaiser vor allen anderen auszeichnet und das bewusst inszeniert wird. In dieselbe Kategorie gehört offenbar auch das zweite Charakteristikum, das Ammian anführt, nämlich, dass der Kaiser auf Früchte verzichtet, und das in einer so demonstrativen Form, dass Ammian darauf gar nicht weiter eingeht, da es schon so oft besprochen worden sei. Das ist bedauerlich, denn außer Ammian hat sich keine Quelle erhalten, die davon berichtet, so dass nicht eindeutig klar ist, was der Kaiser damit bezweckte. Der Kontext legt aber nahe, dass auch dies im Zusammenhang mit der kaiserlichen Selbstbeherrschung zu sehen ist, die sich hier in einem demonstrativen Verzicht auf Früchte äußert. Seit der Frühen Kaiserzeit tauchen veredelte Früchte – und insbesondere Früchte außerhalb der Saison – verschiedentlich als exquisite Luxus- und Genussgüter in den Quellen auf. In diesem Kontext wird man die Passage bei Ammian deuten müssen.<sup>76</sup> Kaiserliche Selbstbeherrschung äußert

---

<sup>72</sup> Amm. 12,16,7.

<sup>73</sup> Amm. 21,16,7 (Übers. Wolfgang Seyfarth): „*quod autem nec os tersisse umquam uel nares in publico nec spuissae nec transtulisse in partem alterutram uultum aliquando est uisus nec pomorum, quoad uixerat, gustauerit, ut dicta saepius praetermitto.*“

<sup>74</sup> Amm. 16,10,10.

<sup>75</sup> Amm. 16,10,11 (Übers. Wolfgang Seyfarth): „*quae licet affectabat, erant tamen haec et alia quaedam in citiore uita patientiae non mediocris indicia, ut existimari dabatur, uni illi concessae.*“

<sup>76</sup> Raban von Haehling, Der obstessende Kaiser. Ein Paradigma für *luxuria* in der Tyrannentopik der *Historia Augusta*, in: Eric Birley/Klaus Rosen (Hg.), Bonner Historia-Augusta-Colloquium. 1986/1989, Bonn 1991, 93–106.

sich also unter anderem in ostentativem Obstverzicht und diese demonstrative Schmalspuraskese war offenbar weit umher bekannt – so bekannt, dass Ammian nicht weiter darauf eingeht, aber nicht umhinkommt, sie als eine der explizit als ‚gut‘ charakterisierten Eigenschaften des Kaisers zu erwähnen.

Es lassen sich also für Constantius II. in verschiedenen Quellen Praktiken greifen, die auf den Körper und den Umgang mit dem Körper zielen: Militärisches Training und Abhärtung, sexuelle Enthaltbarkeit, Schlafverzicht, ein statuarisch anmutender Habitus und Zurückhaltung beim Essen und Trinken sowie der demonstrative Verzicht auf bestimmte Nahrungsmittel. Die Deutungen gehen dabei in verschiedene Richtungen: Die aus einer philosophischen Tradition kommenden Lobredner Themistios, Libanios und Julian stellen den ‚Körper aus Stahl‘ in den Kontext einer philosophisch-martialischen Selbstveredelung, die durch eine asketische Lebensweise erreicht wird; Ammian hebt dagegen eher die kaiserliche Würde hervor, die dabei zum Ausdruck kommt, aber auch die gesundheitsfördernde Wirkung. Genau das dürfte diese Praktiken so erfolgreich gemacht haben: Man konnte sie wahlweise mit soldatischen Tugenden, aristokratisch-philosophischer *cura sui*, charismatischer Askese (in christlicher wie auch paganer Ausprägung) oder aber mit einem dem Herrscher spezifischen würdigen Auftreten assoziieren.

Der Nachfolger von Constantius II, sein Vetter Julian, vollzog nicht nur eine Abkehr vom Christentum, er radikalisierte gleichzeitig die ostentative Askese. Auch er wird für seine karge Lebensweise gepriesen, für seine sexuelle Enthaltbarkeit und seinen weitgehenden Verzicht auf Schlaf.<sup>77</sup> Beim Historiker Ammian wird der Schlafverzicht dann gar (ähnlich wie Constantius' Körper aus Stahl) zu einem Merkmal, durch das Julian Alexander den Großen übertrifft: Auch dieser habe wenig geschlafen, doch dazu habe er eine Muschel mit einer silbernen Kugel in der Hand gehalten und wenn der Schlaf ihn übermannte, sei die Kugel runtergefallen und habe ihn wieder geweckt; Julian jedoch sei ohne derartige künstliche Hilfsmittel ausgekommen.<sup>78</sup> Die durchwachten Nächte Julians zeigen damit erneut die

---

<sup>77</sup> So etwa in den zeitgenössischen Lobreden Paneg. Lat. 3[11],11f. und Lib. or. 12,94; 95, aber auch Julian selbst ironisiert in seiner als *Misopogon* bekannten Satire seine eigene Askese, auf die er offenkundig sehr stolz ist (Iul. Mis. 6f. 340b–342b). Sehr ausführlich behandelt dann Lib. or. 18,171–179 die kaiserliche Askese und den nächtlichen Arbeitseifer, die Julian in die Nähe der Götter rücken, und auch Amm. 16,5,1–8 und 25,4,2–8 loben die asketische Lebensweise. Eine Darstellung zu Julians Priesterkaisertum und den dazugehörigen asketischen Praktiken in der Darstellung des Libanios findet sich bei *Wiemer*, Libanios und Julian, 181–184; generell sind in der Julian-Forschung die auffällenden Askesepraktiken dieses Kaisers zwar in verschiedenen Zusammenhängen ein Thema, doch eine systematische Auswertung gibt es m.W. nicht.

<sup>78</sup> Amm. 16,5,4.

Mehrdeutigkeit, die asketischen Übungen zukam: Gelobt werden sowohl Julians administrativer Arbeitseifer als auch seine philosophischen Neigungen, denen er sich in der Nacht widmete,<sup>79</sup> aber durch Schlafverzicht konnte er eben auch Alexander den Großen, also *das* strahlende Vorbild eines siegreichen Königs, übertreffen.

In den posthumen Würdigungen Julians zeigt sich noch eine weitere Deutungsebene, die die enge Verbindung asketischer Praktiken zu den ‚Heiligen Männern‘ der Spätantike unterstreicht. In seinem *Epitaphios Logos*, einer Leichenrede auf Julian, schildert Libanios den asketischen Lebenswandel des Kaisers,<sup>80</sup> um dann scheinbar einen gedanklichen Sprung zu machen und auf ein konkretes Ereignis einzugehen:

„Da erschütterte Poseidon mit einem Erdbeben die große Stadt Thrakiens [Konstantinopel]; wiederholt wurde gemeldet, dass, wenn nicht jemand den Gott versöhne, das Unheil die Stadt vernichten werde. Als Julian dies erfuhr, begab er sich in die Mitte des Gartens, verharrte dort bis zum späten Abend im Regen, während die anderen unter dem Dach mit Erstaunen zuschauten, und so gelang es dem göttlichen Mann, den Gott zu besänftigen und die Gefahr zu bannen. Nach einiger Zeit kamen Boten und meldeten das Ende des Bebens, wobei der Tag (mit dem seiner Fürbitte) übereinstimmte; auch hatte der Regen seinem Körper nichts anhaben können.“<sup>81</sup>

Anschließend geht Libanios wieder auf den Lebenswandel Julians ein und berichtet von den mit philosophischen Studien durchwachten Nächten und der sexuellen Enthaltensamkeit des Kaisers.<sup>82</sup> Aus diesem Kontext wird klar, dass der asketische Lebenswandel und die Fähigkeit, als Mittler zwischen den Göttern und der Welt Erdbeben zu beenden, in einem kausalen Zusammenhang gesehen wurden. Gleichzeitig schildert Libanios aber auch eine großartige Inszenierung: Der betende Kaiser steht allein im Regen, während seine Höflinge im Trockenen stehen und zuschauen. Der besondere Körper ist Teil dieser Inszenierung – daher die explizite Betonung, dass diesem wunderbaren Superkörper der Regen nichts anhaben konnte.

---

<sup>79</sup> Amm. 16,5,4–8; vgl. Amm. 25,4,4–6; Lib. or. 18,175f., 178f.

<sup>80</sup> Lib. or. 18, 174–176.

<sup>81</sup> Lib. or. 18,177 (Übers. Georgios Fatouros/Tilman Krischer): „ἔσειε μὲν ὁ Ποσειδῶν τὴν μεγάλην ἐν Θράκη πόλιν, ἀγγελίαι δὲ ἐφοίτων, ὡς, εἰ μὴ τις διαλλάξει τὸν θεόν, περιέσται τῆς πόλεως τὸ κακόν· ὁ δὲ ὡς ἤκουσε στὰς ἐν μέσῳ τῷ κήπῳ καὶ τῷ σώματι δεχόμενος τὸν ὄμβρον τῶν ἄλλων ὑπὸ ταῖς ὀροφαῖς ὄντων τε καὶ ὀρώντων καὶ ἐκπληττομένων διακατερήσας ὁ δαμόνιος εἰς δείλην ὀψίαν τὸν μὲν θεὸν ἐπράυνε, τὸν δὲ κίνδυνον ἔλυσε, καὶ μετ' ἐκείνην ἰόντες ἐμήνυον λογιζομένῳ τὴν ἡμέραν ἣ ἔληξε τὸ κινουῖν, καὶ οὐδὲ αὐτοῦ τῷ σώματι λυπηρὸν οὐδὲν ὁ ὄμβρος ἐνέβαλε.“

<sup>82</sup> Lib. or. 18,178f., 181.

Für die Kaiser unmittelbar nach Julian fehlen Hinweise auf eine derart dezidiert asketisch-charismatische Selbstinszenierung. Körperliche Leistungsfähigkeit wird zwar weiterhin gepriesen, bleibt aber in der Regel auf den militärischen Kontext beschränkt.<sup>83</sup> Der ‚Apostate‘ Julian, der sich als paganer *holy man* inszenierte, war für seine christlichen Nachfolger nicht mehr unmittelbar anschlussfähig. Doch ostentative Askese und öffentlichkeitswirksam zelebriertes martialisches Training hatten sich als Möglichkeit kaiserlicher Körperinszenierungen fest etabliert und sollten nicht ohne Nachwirkung bleiben. Gerade bei den ‚Kinderkaisern‘ der Valentinianischen und Theodosianischen Dynastie<sup>84</sup> betonen Panegyriker Waffentraining und körperliche Abhärtung – nicht zuletzt auch, weil es sonst noch nicht viel zu loben gab.<sup>85</sup> Besonders markant begegnet dies im Falle des elfjährigen Honorius (reg. 395–423), der im Jahr 398 vom Dichter Claudian gepriesen wird: Schon als kleiner Knabe sei Honorius durch seinen Vater abgehärtet worden, mit wenig Schlaf auszukommen, Kälte und Regen auszuhalten, Schnee aus Helmen zu trinken und den Bogen zu spannen.<sup>86</sup> Die martialische Abhärtung (vom Dichter explizit im Feldlager des Vaters angesiedelt) kompensiert hier offenkundig den fehlenden militärischen Leistungsausweis des jugendlichen Kaisers, der auch später nie militärisch aktiv werden sollte.

Ähnliches zeigt sich bei Honorius’ Neffen, dem oströmischen Kaiser Theodosius II. (reg. 408–450). Dieser Herrscher, der ebenfalls nie selbst ins Feld zog, wird vom Kirchenhistoriker Sokrates Scholastikus für seine asketische Abhärtung gepriesen:<sup>87</sup> Der Kaiser ertrage tapfer Hitze und Kälte und faste regelmäßig. Doch die Askese ist nun klar christlich gewendet. So gleicht der Palast einem Kloster.<sup>88</sup> Explizit wird auch auf den Apostaten Julian verwiesen. Dieser habe sich zwar für einen Philosophen gehalten, doch habe er, anders als Theodosius, seinen Zorn nicht unter Kontrolle gehabt. Theodosius dagegen beweise seine Milde durch

---

<sup>83</sup> Militärische Abhärtung wird vor allem an Kaiser Valens (reg. 364–378) gelobt, so bei Them. or. 8,28. 119d–120a, 11,12. 149b, 11,13. 149c–150a; dass dies nur Schein gewesen sei, kritisiert dagegen Amm. 31,14,5. Bei Valens’ älterem Bruder Valentinian I (reg. 364–375) lobt Symmachus (Symm. or. 1,1) die martialische Abhärtung des kaiserlichen Körpers, die allerdings vor dem Regierungsantritt erfolgte; als Kaiser habe Valentinian dann den Helm gegen das Diadem getauscht (Symm. or. 1,7).

<sup>84</sup> Zu diesem Phänomen siehe *Meaghan A. McEvoy*, *Child Emperor Rule in the Late Roman West, AD 367–455*, Oxford 2013.

<sup>85</sup> So lobte Themistios 369 das Waffentraining des damals dreijährigen(!) Valentinian Galatas (Them. or. 9,2. 121a–121c). Bei Ausonius’ Lobrede auf den 20-jährigen Gratian I (reg. 375–383) werden ebenfalls wenig konkrete Leistungen genannt, dafür erscheinen Körpertraining, bescheidene Tafel und Keuschheit relativ prominent (Auson. Grat. act. 64–66).

<sup>86</sup> Claudian 7,39–50.

<sup>87</sup> Sokrat. HE 7,22.

<sup>88</sup> Sokrat. HE 7,22,3–5

Taten und benötige keine aristotelischen Syllogismen.<sup>89</sup> In anderer Hinsicht gleichen sich die Kaiser aber durchaus: Wie Julian trotz auch Theodosius heroisch an der Spitze der Bevölkerung von Konstantinopel einem Schneesturm, um Gott zu versöhnen.<sup>90</sup> Und sogar Usurpatoren kann er aus der sicheren Hauptstadt heraus allein durch sein Gebet besiegen.<sup>91</sup> Das überrascht nicht: Wer Alexander den Großen übertreffen konnte, weil er Kälte besser ertrug oder mit weniger Schlaf auskam, der hatte es nicht mehr nötig, seine Sieghaftigkeit im Feld zu beweisen. Und wer Erdbeben abwenden konnte, indem er betend im Regen stand, der war nicht mehr darauf angewiesen, seine Herrschaft durch das eigenhändige Vernichten von Feinden zu legitimieren. Das Bild ist das eines demütig-christlichen Kaisers,<sup>92</sup> doch die Elemente, aus denen sich dieses Bild zusammensetzt, sind eine Weiterentwicklung der martialischen, sich harten Strapazen unterwerfenden ‚Männer aus Stahl‘.

Die Frage, wie es zum sogenannten ‚Palastkaisertum‘ kommen konnte, ist gerade in neuerer Zeit in der Althistorie intensiviert diskutiert worden: Machtkonstellationen, welche die Regentschaft ‚unmündiger‘ Kinderkaiser erstrebenswert erscheinen ließen, spielten dabei ebenso eine Rolle wie eine Zurücknahme des Idealbildes eines Kaisers, der sich zwingend im Feld zu bewähren hat. Die hier analysierte Veränderung der Selbstoptimierungspraktiken sind ein weiterer Wegbereiter.<sup>93</sup> Die im vierten Jahrhundert fassbare ethische Aufwertung des martialischen Trainings und der Wandel von einer auf Gesundheit bedachten philosophischen Selbstsorge hin zu einer charismatisch anmutenden Askese waren eine notwendige Grundbedingung, um ein ‚Palastkaisertum‘, wie Theodosius II. es verkörperte, überhaupt erst anschlussfähig und deutbar zu machen. Anders als die Selbstsorge der Hohen Kaiserzeit, die beim Körper zwar auf Gesundheit achtete, deren eigentlichen Optimierungsbestrebungen aber auf den Geist zielten, waren die neuen Selbstoptimierungspraktiken sehr viel direkter auf den Körper bezogen und damit sicht- und inszenierbarer. Dadurch kam ihnen nicht nur für religiöse Charismatiker, sondern auch für die Repräsentation spätantiker Herrscher eine ganz neue Bedeutung zu.

---

<sup>89</sup> Sokrat. HE 7,22,6–8

<sup>90</sup> Sokrat. HE 7,22,15–18.

<sup>91</sup> Sokrat. HE. 7,23.

<sup>92</sup> Zur religiösen Selbstinszenierung Theodosius' II. siehe *Mischa Meier*, Die Demut des Kaisers. Aspekte der religiösen Selbstinszenierung bei Theodosius II. (408–450 n.Chr.), in: Andreas Pečar/Kai Trampedach (Hg.), Die Bibel als politisches Argument. Voraussetzungen und Folgen biblizistischer Herrschaftslegitimation in der Vormoderne, München 2007, 135–158 und *Christopher Kelly*, Stooping to Conquer. The Power of Imperial Humility, in: ders. (Hg.), Theodosius II. Rethinking the Roman Empire in Late Antiquity, Cambridge 2013, 221–243.

<sup>93</sup> Zu den Kinderkaisern siehe *McEvoy*, Child Emperor; zur Zurücknahme des Ideals des ‚*basileus polemikos*‘ siehe *Felix K. Maier*, Palastrevolution. Der Weg zum hauptstädtischen Kaisertum im römischen Reich des vierten Jahrhunderts, Paderborn 2019.



Abstract:

Men of Steel? Late Antique Emperors between Self-care and Ascetism

The fourth-century emperor Constantius II. is often praised for his ‚body of steel‘. I argue that the notion of ascetic hardening as a self-optimization of body and soul is a novel idea and must be seen as part of a larger transformation of ancient concepts of the body, self-care, and the role of the Roman emperor. The pagan „culture of the self“ (Michel Foucault) dominating elite discourses during the High Empire underwent a transition similar to Christian ascetism. This led to new images of self-optimized masculine bodies, but also to new forms of imperial representation paving the way for the pious Christian emperors of the fifth century, who no longer demonstrated their masculine prowess through military conquests.

*Prof. Dr. Jan B. Meister*, Historisches Institut, Universität Bern, Länggassstrasse 49, CH-3012 Bern, [jan.meister@unibe.ch](mailto:jan.meister@unibe.ch)