

Benjamin Sprick

Adam und Crain

Vortrag bei der IOS, 15.10.2016

Optimum ist das lateinische Neutrum von *Optimus*, was in etwa so viel wie ›Der Beste‹ bzw. ›Hervorragenste‹ bedeutet und den Superlativ des Adjektivs *bonus* bildet, was wiederum mit ›gut‹ oder ›tüchtig‹, aber auch ›schön‹ oder ›tugendhaft‹ übersetzt werden kann. Durch und durch erstrebenswerte Eigenschaften also, deren weniger erfreuliche Gegenspieler sich im lateinischen Wort *malus* versammeln. *Malus* heißt ›schlecht‹, ›böse‹, ›fehlerhaft‹, ›unzuverlässig‹ aber auch ›untüchtig‹, ›unbrauchbar‹ und ›verderbend‹. Es lässt sich in den Superlativ *Pessimus* steigern, was so viel wie ›Der Schlechteste‹ bedeutet, jemand, der nur noch durch sein eigenes Neutrum überboten wird: *Pessimum*, das Überflüssige par excellence, die gesteigertste Form dessen, was sich in Sachen Nutzlosigkeit erreichen lässt.

Vor dem Hintergrund dieser kurzen etymologischen Analyse ist es kein Wunder, dass sich eine Methode der ›Selbstpessimierung‹ – also das Vorhaben, die eigenen Mängel und Fehler systematisch auszuweiten – bisher im Gegensatz zu Praktiken der Selbstoptimierung nicht durchsetzen konnte. Zu trostlos wären wohl auch etwaige Pessimierungs-Coachings, in denen der ›Coachee‹ sich den inkompetenten Anweisungen seines Coaches systematisch verweigerte oder zum vereinbarten Termin erst gar nicht erschien, um darin unfreiwillig dem gemeinsamen Ziel zu entsprechen, immer schlechter und unfähiger zu werden. Eine *IPS* – Individual Pessimization Society – wird es daher im Gegensatz zu der hier initiierten *IOS* wohl vorerst nicht geben. Sie erscheint als sinnlos und überflüssig, obwohl ihr vorprogrammiertes Scheitern doch durchaus im Sinne ihrer destruktiven Erfinder liegen könnte.

Doch warum ist es für uns so selbstverständlich, dass das Gute danach strebt, gesteigert zu werden, während das Schlechte und Nichtsnutzige begrenzt werden muss? Und welche Rolle spielt dabei die Instanz eines ›Selbst‹, das zwar in beiden Wortkonstellationen – ›Selbstoptimierung‹ und ›Selbstpessimierung‹ – vorkommt, aber nur in der ersten aktiv werden kann, indem es anfängt an sich zu arbeiten? Eine

Arbeit am Selbst ist offenbar nur in produktiver Weise denkbar, weshalb sie immer mit einer Steigerung und nicht mit einer Minderung der Vermögen und Fähigkeiten einherzugehen scheint. Strebt das Selbst also ›von Natur aus‹ danach, sich in einer Bewegung der Verbesserung zu verwirklichen? Oder ist es vielmehr von Grund auf schlecht, weshalb es durch umfassende Renovierungsarbeiten permanent in Schach gehalten werden muss?

Bereits an dieser Stelle kündigen sich philosophische und theologische Grundprobleme an, die sich um die Frage nach dem Wesen des Menschen und seinem Verhältnis zum Guten bzw. Schlechten drehen. Man kann hier im wahrsten Sinne des Wortes bei Adam und Eva anfangen. Und zwar bei deren Vertreibung aus dem Paradies, so wie sie in der *Genesis*, dem ersten Buch des Alten Testaments dargestellt wird. Das erste Menschenpaar bzw. die ›Stammeltern‹ aller Menschen Adam und Eva leben dort zunächst vollkommen glücklich und ungestört im Garten Eden, wo sie keine Scham und keine Schuld, keine Zeit und vor allem auch keine materiellen Sorgen zu kennen scheinen. Doch sie werden von einer Schlange überredet einen Apfel vom *Baum der Erkenntnis von Gut und Böse* zu essen, obwohl ihnen das ausdrücklich von ihrem Vater Gott verboten wurde.¹ Nachdem sie sich über sein Verbot hinweggesetzt haben, stellt sie Gott zur Rede und vertreibt sie für immer aus dem Paradies in die Welt, wo sie von nun an unter schmerzhaftesten Bedingungen ihre eigene Existenz fristen. Auf Adam und Eva wartet ein Leben voller Arbeit und Mühsal, das entgegen der Unsterblichkeit im Paradies zu allem Überfluss noch mit dem Tod belohnt wird: »Denn Staub bist Du und zum Staub zurück kehrst Du.« So lauten die letzten Worte Gottes, die er seinem Sohn Adam mit auf den Weg gibt, um ihm dadurch anzukündigen, dass von nun an Ackerbau und Todesangst den Inhalt seines Lebens ausmachen werden.

Dadurch, dass Adam von der verbotenen Frucht kostet und nicht auf das Verbot seines Vaters hört, verspielt er – einer traditionellen theologischen Auffassung zufolge – eine ihm ursprünglich von Gott zugedachte Vollkommenheit bzw. Perfektion. *Vor* seiner verhängnisvollen Mahlzeit am Apfelbaum der Erkenntnis zeigt sich

¹ Das gängige, in der Geschichte der Malerei in vielfältiger Weise nachgezeichnete Bild vom Apfel als der verbotenen Frucht beruht interessanterweise darauf, dass im Lateinischen *malus* nicht nur – wie ich bereits erwähnt habe – ›schlecht‹ bzw. ›böse‹ bedeutet, sondern auch Apfelbaum. *Malus* heißt böse und auch Apfelbaum. Das Wortspiel, den Apfelbaum, von dem Adam und Eva die verbotene Frucht pflücken, als Baum der Erkenntnis von gut und böse zu übersetzen liegt also nahe.

der erste Mensch Adam nämlich gemäß seiner von Gott gegebenen Essenz – und die ist vollkommen. Ihr mangelt es an nichts und sie muss sich dementsprechend auch durch keine zeitlichen oder materiellen Grenzen beschränken lassen. Erst die Abenteuer der *Existenz* lassen Adam seine *Essenz* verlieren, die er nie wieder vollständig zurückerlangen wird. Und das, obwohl er von nun an nichts Anderes versucht, als seinen Fehler, seinen *malus* arbeitend zu korrigieren.

Die hier angedeutete, als ursprünglich konzipierte Perfektion ersten Menschen ist aus gutem Grund eine der zentralen Annahmen der traditionellen christlichen Theologie. Um überhaupt in Sünde verfallen zu können, muss eine ursprüngliche Vollkommenheit vorausgesetzt werden, von der fehlerhaft abgewichen werden kann. Ohne diese Vollkommenheit gäbe es kein Modell bzw. keinen Maßstab zur Beurteilung eines schlechten Menschen. Und somit auch kein Ziel, auf das sich dieser schlechte Mensch in seinem Wunsch nach einer Rückwendung zu seinem ursprünglichen Zustand beziehen könnte. Der Weg der Rettung aus dem Elend der Welt soll im Christentum daher zurück zu Adams Ursprungszustand führen, in dem die Erlösung von allen Qualen des Lebens und die wärmende Nähe Gottes vermutet wird. Die Verwirklichung dieser Rettung, bleibt jedoch für immer aufgeschoben. Sie lässt sich in den Grenzen der endlichen Zeit nicht realisieren, sondern nur in Form eines ideellen und zeitlosen Richtwerts anstreben. Der Fehler und das Schlechte kommen also auch im Christentum immer als zweites und setzten einen ihm vorgängigen und anstrebenswerten Zustand der Fehlerlosigkeit voraus.

An dieser Stelle ist eine gewisse Parallele zu Techniken der Selbstoptimierung auszumachen, in denen es ja auch darum geht, sich einem ideellen Richtwert der Perfektion in optimaler Weise anzunähern. Verbessern lässt sich vieles und es ist möglich in einem bestimmten Kontext das Optimum aus sich herauszupressen, zum Beispiel wenn man bei einem Wettbewerb der Erste oder der Beste ist. Der *Prozess* der Optimierung aber bzw. ihre *immanente Bewegung* kennt kein Optimum, weil sie sich an einem ideell bleibenden Maß ausrichten muss, das nur in Annäherungswerten zu erreichen ist. Die absolute Perfektion wäre ein Zustand, in dem *alles* vollkommen wäre und es nichts mehr zu optimieren gälte. Eine Art *Nirwana*, das allerdings mit einer Auflösung des Selbstbezuges und somit einem Verschwinden der Instanz einherginge, die es zu optimieren gilt und die selbst optimiert. Das Selbst strebt in der Selbstoptimierung daher zwar – ohne es zu wissen – seine eigene Auflösung an, die es jedoch nie erreichen darf, weil es sich dadurch selbst vernichten

würde. Deshalb kann der Versuch, sich permanent zu optimieren immer verzweifelter werden, je näher er dem angestrebten Ideal kommt. Denn die Nähe zu sich selbst kann nur die Form einer unendlichen Annäherung annehmen, die immer deutlicher werden lässt, dass das angestrebte Ziel nicht erreicht werden kann. Die sich selbst kontrollierende Operation der Selbstoptimierung kann daher mit einer Erfahrung der Unkontrollierbarkeit des Selbst einhergehen, die wiederum zum Wunsch nach mehr Selbstkontrolle führt usw. usf.

Das lässt sich kurz am Beispiel des überzeugten Selbstoptimiers bzw. »Self-Trackers« Brian Crain verdeutlichen, auf dessen Fall ich kürzlich in einem Zeitungsartikel stieß. Crains Ziel ist es laut eigener Aussage »ein besserer Mensch zu sein.« Zitat: »Mehr und besser arbeiten, gesünder sein und glücklicher, eine gute Beziehung führen und die Zeit besser verbringen. Kurz: Ich will mir bewusst sein, wie ich lebe.« Zitat Ende. Wie sich hier ankündigt ist Crain fest entschlossen, aus seinem Dasein das Maximum herauszuholen. Um dieses Ziel zu erreichen, kontrolliert er sich rund um die Uhr mithilfe eines auf ihn persönlich zugeschnittenen maschinellen Überwachungssystems. Er trägt Sensoren am Körper, hat Statistikprogramme auf seinem Laptop und verwendet Apps, die er auf seinem Smartphone installiert hat. Wenn Crain sich bewegt, zählt zum Beispiel ein kleiner Stick am Hosenbund seine Schritte. Zwischen 8000 und 18.000 Schritten liegt sein tägliches Soll, das sind ungefähr 14 Kilometer. Crain sagt, dass der Stick ihn motiviere, mehr zu laufen. Auch Crains Arbeit unterliegt der Quantitätskontrolle: Jedesmal, wenn er sich an den Schreibtisch setzt, öffnet er ein Programm, das er »Produktivitäts-Log« nennt und in dem er jede halbe Stunde notieren kann, was er gemacht hat. Das Programm bewertet seine Effizienz, indem es durch Grafiken anzeigt, wie viel er in der letzten Woche, im letzten Monat, im letzten Jahr gearbeitet hat. Crain sagt, das Programm bringe ihn dazu, konzentrierter zu arbeiten. Auch über seine Freizeit legt sich Crain mit Hilfe eines Internetdienstes Rechenschaft ab. Dieser kontrolliert, ob er, wie geplant, einmal pro Woche fastet, jeden Monat ein Buch liest und jeden zweiten Tag Türkisch lernt, so wie er sich es vorgenommen hat. Wenn Crain am Abend ins Bett geht legt er sich ein schwarzes Stirnband um, das während des Schlafes seine Gehirnaktivität misst und deren Daten auf sein Handy sendet. Am Morgen begrüßt ihn eine Grafik seines Schlafmusters: 73 Minuten Traumphase, 120 Minuten Tiefschlaf, 156 Minuten Leichtschlaf, 5 Mal aufgewacht etc. Crain sagt, der Schlafmesser habe ihm geholfen, seine Schlafdauer auf durchschnittlich

fünfeinhalb Stunden pro Nacht zu senken. Er schläft jetzt offenbar schneller. Zitat: »Das alles hilft mir in meinem Leben extrem [...]. Wenn ich sehe, dass ich meine Ziele erreiche, macht mich das glücklich. Früher hatte ich immer ein gewisses Schuldgefühl, weil ich dachte, ich arbeite nicht genug oder ich verschwende meine Zeit. Jetzt, wo es messbar ist, kann ich mich endlich kontrollieren.« Zitat Ende.

Mit ›Es‹ meint Crain das Quantum an Aktivitäten, das er in einem bestimmten Zeitraum unterbringen kann. Aus diesem Aktivitätsquantum zieht er Rückschlüsse darüber, ob er die ihm zur Verfügung stehende Zeit effizient genutzt hat. Er kontrolliert sich, indem er misst, was er in einem bestimmten Zeitraum getan hat. Crains Lebenszeit erscheint hier als von vorne herein begrenzter zeitlicher Rohstoff, der sich zur Produktion von glücklicher Subjektivität verwerten lässt. Diesen Rohstoff zu verschwenden hieße, die zur Verfügung gestellte Lebenszeit nicht ausreichend mit glücklicher Subjektivität zu füllen, die wiederum dadurch entsteht, dass in einer bestimmten Weise an ihr selbst gearbeitet wird.

Die von Craig geflohene »Verschwendung« von Lebenszeit wird allerdings spätestens dann unumgänglich, wenn aufgrund des nahenden Todes die Frage auftaucht, ob sich das Leben, das man geführt hat, auch wirklich gelohnt hat. Diese Frage ist widersinnig. Denn je mehr es sich gelohnt hätte, gelebt zu haben, desto unerträglicher erschiene der Gedanke an den eigenen Tod, der den fleißig erwirtschafteten Mehrwert an glücklicher Subjektivität mit einem Schlag zunichte machte. Aus Effizienzgründen wäre es daher sinnvoller, die eigene Lebenszeit wahllos zu verschwenden, um sich auf diese Weise den Übergang ins unvermeidliche Abbleben etwas einfacher zu gestalten.

Crains Optimierungsgelüste können daher auch als verschobene bzw. verdrängte Todesangst interpretiert werden. Um der Ohnmacht der eigenen Endlichkeit zu entkommen, unternimmt er den Versuch, sein Leben optimal zu nutzen. Dabei erscheint Glück und Zufriedenheit – Crain zufolge – als Abwesenheit eines Schuldgefühls, das mit der Annahme einhergeht, nicht genug zu arbeiten (= zu leben). Dieses Schuldgefühl könnte Crain jedoch trotz aller Sicherheitsvorkehrungen am Ende des Tages einholen. Denn Schuld erscheint immer als die letzte Bastion einer Allmachtsphantasie. Wenn Crain meint, daran schuld sein zu können, seine Lebenszeit verschwendet zu haben, dann hat er zumindest die Phantasie, vollständig über

sie zu verfügen und somit in letzter Konsequenz seine eigene Endlichkeit zu kontrollieren. Diese Omnipotenz aber – die Allmacht über Tod und Leben – wäre die Position Gottes, die sich qua Definition jedem menschlichen Zugriff entzieht.

Der Gott des Christentums hat Adam und Crain aus dem Paradies vertrieben, weil sie zu viel über sich selbst wissen wollten. Der Gott der Kontrollgesellschaft aber, dem man den Namen ›Biopolitik‹ geben könnte, vertreibt Crain und Adam nicht. Vielmehr stellt er sie an, schließlich sind sie seine besten Arbeiter.

Ich danke für die Aufmerksamkeit.