

Benjamin Sprick

## Adam und Crain

agoRadio-Sendung ›Narziß auf den Straßen‹, 11.02.2018

*Optimum* ist das lateinische Neutrum von *Optimus*, was so viel wie ›Der Beste‹ bzw. ›Hervorragenste‹ bedeutet und den Superlativ des Adjektivs *bonus* bildet, was wiederum mit ›gut‹ oder ›tüchtig‹, aber auch ›schön‹ und ›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‹. *Malus* 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 tristlos wären wohl auch etwaige Pessimierungs-Coachings, in denen der ›Coachee‹ sich den inkompetenten Anweisungen seines Coaches systematisch verweigerte, um darin unfreiwillig dem gemeinsamen Ziel zu entsprechen, immer schlechter und unfähiger zu werden. Eine Arbeit am Selbst ist offenbar nur in produktiver Weise denkbar, dann, wenn sie mit einer Steigerung und nicht mit einer Minderung der Vermögen und Fähigkeiten einherzugehen scheint. Strebt das Selbst 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?

Um derartigen Fragen näher zu kommen, kann man im wahrsten Sinne des Wortes bei Adam und Eva anfangen. 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 glücklich und ungestört im Garten Eden, wo sie keine Scham und keine Schuld, keine Zeit und vor allem auch keine materiellen Sorgen kennen. Doch sie werden von einer Schlange überredet einen Apfel vom *Baum der Erkenntnis von Gut und Böse* zu essen, obwohl ihnen das ausdrücklich von Gott, ihrem Vater, verboten wurde. Nachdem sie sich über sein Verbot hinweggesetzt haben, vertreibt Gott sie für immer aus dem Paradies in die Welt, wo sie von nun an unter jämmerlichen

Bedingungen ihre trostlose Existenz fristen. Auf Adam und Eva wartet ein Leben voller Arbeit und Mühsal, das zu allem Überfluss 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 befristeten 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 zeigt sich der erste Mensch 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.

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.

Auch Techniken der Selbstoptimierung verfolgen das Ziel, 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. 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 *narzisstisches Nirwana*, das allerdings mit einer Auflösung des Selbstbezuges und somit einem Verschwinden der Instanz einherginge, die es zu

optimieren gilt und die selbst optimiert. Deshalb kann der Versuch, sich permanent zu optimieren immer verzweifelter werden, je näher er dem angestrebten Ideal kommt. Die Nähe zu sich selbst kann nur die Form einer unendlichen Annäherung annehmen, die immer deutlicher werden lässt, dass das angestrebte Ziel unerreichbar ist. Die sich selbst kontrollierende Operation der Selbstoptimierung geht immer auch mit einer Erfahrung der Unkontrollierbarkeit des Selbst einher, die wiederum zum Wunsch nach mehr Selbstkontrolle führt usw. usf.

Der überzeugte Selbstoptimierer und »Self-Tracker« Brian Crain beispielsweise, dessen Fall kürzlich in der *Süddeutschen Zeitung* vorgestellt wurde, verfolgt laut eigener Aussage das Ziel »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. Crain ist 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 *IPhone* installiert hat.

Wenn Crain sich bewegt, zählt 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. 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 fünfteinhalb 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 er geführt hat, auch wirklich gelohnt hat. Diese Frage ist widersinnig. Je mehr es sich für ihn 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 zunichtemachte. Aus Effizienzgründen wäre es für Crain daher eigentlich sinnvoller, die eigene Lebenszeit wahllos zu verschwenden, um sich auf diese Weise den Übergang ins unvermeidliche Ableben etwas einfacher zu gestalten. Crains Optimierungsgehlüste können 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 der Allmacht. Wenn Crain meint, daran schuld sein zu können, seine Lebenszeit verschwendet zu haben, dann hat er zumindest die Phantasie, vollständig über sie zu verfügen. Er träumt davon seine eigene Endlichkeit kontrollieren zu können. Er möchte der Tüchtigste von allen werden, der *Optimus*, dem zum Lohn für die eifrig dokumentierte Rastlosigkeit der eigene Tod erspart wird. 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 vertreibt *Crain und Adam* nicht. Vielmehr stellt er sie bei sich an, schließlich sind sie seine besten Arbeiter.