

## Das Leben ist schön und sinnlos

Das Wissen um die eigene Endlichkeit hat Einfluss darauf, wie wir über das Leben denken. Zwei Einstellungen kann man unterscheiden: zum einen die *positive*, lebensbejahende, die sagt: «Nach dem Tod kann nichts Besseres mehr kommen. Man lebt nur einmal. Ich will alles rausholen.» Zum anderen die *negative*, hoffnungslose, die sagt: «Alles ist sinnlos. Warum sich anstrengen und kämpfen, wenn doch nichts von mir übrig bleibt?»

Ein besonders eindrückliches Beispiel für die positive Sicht des Lebens ist eine Szene aus der *Odysee*, in der Odysseus im Hades mit dem toten Achill spricht. Der Sage nach hat Achill das kurze ruhmreiche dem langen gewöhnlichen Leben vorgezogen. Er starb auf dem Schlachtfeld vor Troja. Für die Nachwelt ist er der größte Held der Antike, in der Unterwelt der Fürst der Toten. Doch Odysseus gegenüber erklärt er, wie belanglos der Ruhm gegenüber dem Leben ist: «Nicht mir rede vom Tod' ein Trostwort, edler Odysseus! Lieber ja wollt' ich das Feld als Tagelöhner bestellen, einem dürftigen Mann, ohn' Erb' und eigenen Wohlstand, als die sämtliche Schar der geschwunden Toten beherrschen.»

Auch das *carpe diem* des römischen Dichters Horaz steht in dieser positiven Tradition. In seinen *Carmina*, den *Liedern*, heißt es: «Sei weise, kläre den Wein und beschneide langfristige Hoffnung auf kurze Dauer. Da wir noch sprechen, ist die neidische Zeit schon entflohen. Ergreife diesen Tag, und am wenigsten traue dem nächsten.» Im *Alten Testament* findet sich ein ähnlicher

Gedanke: «Alles, was dir vorhanden kommt zu tun, das tue frisch; denn in der Hölle, da du hinfährst, ist weder Werk, Kunst, Vernunft noch Weisheit.» Das ist lebensbejahend, weil es nicht auf ein Jenseits vertröstet. Die Hölle nach dem Tod scheint kein erfahrbarer Ort wie in Dantes *Göttlicher Komödie*, sondern schlicht die Nichtexistenz zu sein: umso wertvoller das irdische Leben.

Im christlichen Abendland überwiegt allerdings die negative Sicht. Im *Alten Testament* steht auch: «Im Schweiß deines Angesichts sollst du dein Brot essen, bis du wieder zu Erde werdest, davon du genommen bist. Denn du bist Erde und sollst zu Erde werden.» Überspitzt gesagt: Es gibt nur Dreck, und das Leben dazwischen ist auch kein Spaß.

Allenfalls auf das Reich Gottes kann man hoffen, gerade weil die Zeit davor elend und sinnlos ist: «Unser Leben währet siebzig Jahre, und wenn's hoch kommt, so sind's achtzig Jahre, und was daran köstlich scheint, ist doch nur vergebliche Mühe, denn es fährt schnell dahin, als flögen wir davon.»

Das kann nur Shakespeare noch treffender ausdrücken. Macbeth sagt: «Das Leben ist nichts als ein wandelnder Schatten; ein armer Schauspieler, der seine Stunde auf der Bühne stolziert und sich quält und dann nicht mehr gehört wird: Es ist eine Geschichte, von einem Idioten erzählt, voller Schall und Raserei, ohne Bedeutung.» In Woody Allens Film *Annie Hall* aus dem Jahr 1977 findet sich ein ähnlicher Gedanke. Zu Beginn erzählt er einen Witz: «Zwei ältere

Damen sitzen in einem Restaurant. Die eine sagt: Das Essen hier ist wirklich furchtbar. Und die andere: Stimmt, außerdem sind die Portionen so klein.» Woody Allen meint, das gelte für seine gesamte Existenz: «Das Leben ist voller Elend, Einsamkeit und Leid, und es ist viel zu schnell vorbei.»

Wer vom sinnlosen «Leben» spricht, lässt meist offen, ob er sein eigenes Leben meint oder das Leben schlechthin. Vielleicht halten nur die Leidenden und Unglücklichen ihr Leben für sinnlos. Doch wie hängen Glück, Leben und Sinn zusammen?

## Drei Stufen des Glücks

Aristoteles zufolge streben alle Menschen nach einem Ziel, der *Eudaimonia*, die traditionell als *Glück* übersetzt wird. Er unterscheidet drei Stufen des Glücks. Die «groschlächtigen Naturen» erreichen nur die erste Stufe. Sie streben nach sinnlichem Vergnügen: Essen und Sex. Die zweite Stufe erreicht, wer sein Leben dem Staatsdienst verschreibt und nach Ehre strebt. Heute würde man vielleicht sagen: wer seine Wünsche und sein Vergnügen höheren Zielen hintanstellt, weil er etwas leisten will, sei es in Politik, Wirtschaft oder Kunst. Die dritte Stufe, das höchste Glück, definiert Aristoteles als «Tätigsein der Seele im Sinne der ihr vornehmsten Tüchtigkeit». Aristoteles hält das Denken für die vornehmste Aufgabe eines Menschen und somit die Philosophie, oder allgemeiner die Wissenschaft, für das höchste Glück.

Man kann sich fragen, ob Aristoteles als Philosoph in seinem Urteil wirklich hundertprozentig objektiv war. Auf den ersten Blick scheint seine Auffassung nicht nur elitär, sondern unzutreffend zu sein. Sicher, es kann Spaß machen, über die Rätsel der Natur nachzudenken. Aber warum soll es nicht drei gleichwertige Quellen des Glücks geben: die leiblichen Genüsse, den Erfolg im Beruf und das Nachdenken? Auch ein vergeistigter Denker freut sich doch über Lob von Kollegen oder ein schönes Stück Käsekuchen. Bei genauerer Betrachtung ist fraglich, ob «Glück» überhaupt die beste Übersetzung von «Eudaimonia» ist, besonders weil wir mit dem Wort «Glück» vieles meinen

können: Genuss, Zufriedenheit oder ein ganzes erfülltes Leben.

Später fügt Aristoteles noch hinzu, es ginge um die Eudaimonia «in einem vollen Menschenleben. Denn eine Schwalbe macht noch keinen Frühling.» Diese Bilanz-Vorstellung des Lebens legt nahe, dass Aristoteles eher von «Erfüllung» spricht. Ihm zufolge könne man ohnehin nur rückblickend die Rechnung aufmachen: Ein Leben ist erst dann erfüllt, wenn es auch den Nachfahren gutgeht. Glück ist also nicht bloß eine Reihe von Momenten des Genusses, der Zufriedenheit und des Denkens, sondern an einem größeren Maßstab abzulesen. Zur Sinnlichkeit des Lebens muss noch etwas hinzukommen: Erfüllung, Bedeutung, Sinn. Aber inwiefern kann man überhaupt von «Sinn» sprechen?

## Sinn und Sinnlichkeit des Lebens

Keine Frage gilt als so zentral für die Philosophie wie die nach dem *Sinn des Lebens* und wird dabei tatsächlich so selten diskutiert. Philosophen gehen bei der Beantwortung typischerweise durch vier Phasen. In der naiven Phase zerbricht man sich den Kopf, was nun die Antwort sein könnte: Glück, Kinder zeugen, etwas erschaffen, die Welt retten? In der zweiten, der trotzig Phase fällt die Antwort kurz und vernichtend aus: «Es gibt keinen Sinn.» In der arroganten Phase weist man die Frage als verwirrt ab, oder als falsch gestellt. Erst in der vierten Phase, der wohlwollenden, fragt man, was «Sinn» und «Leben» eigentlich heißen sollen.

Mit «Sinn» können wir viel meinen, unter anderem den *Wert*, also das, was uns wichtig ist, oder aber den *Zweck*, also das, wofür etwas erschaffen wurde. Auch «Leben» hat mehrere Lesarten. Manche meinen das *eigene Leben*, andere verwenden «Leben» stellvertretend für die *Existenz des Ganzen*.

Bleiben wir beim eigenen Leben. In Anschluss an Aristoteles kann man zwei Diskurse zur Lebensführung unterscheiden: den *Befindlichkeitsdiskurs* und den *Leistungsdiskurs*. Der Befindlichkeitsdiskurs betont die Sinnlichkeit und das Wohlfühlen. Er lebt von der steten Selbstvergewisserung über die eigene Gestimmtheit: Tut mir mein Job gut? Was sagt mein Bauch? Macht mir das Wetter zu schaffen? Brauche ich eine Massage? Zum Befindlichkeitsdiskurs gehören auch die Ästhetisierung des

eigenen Lebens und deren Dokumentation: Beweisfotos auf *Facebook* vom sonnigen Strandurlaub, der lustigen Party, der schönen Stadt und dem feinen Abendessen auf dem perfekten Designtisch.

Den Befindlichkeitsdiskurs bedienen vor allem die Glücksbücher und Wochenendseminare der Lebensberatungsindustrie. In der Antike galt es noch als Aufgabe der Philosophie, anderen Menschen Ratschläge zu erteilen. Heute haben das vor allem Psychologen und psychologisch Interessierte übernommen. Die Empfehlungen reichen vom Seelenfrieden durch Meditation bis hin zu ganz handfesten Anweisungen: «Vereinfache dein Leben – miste den Keller aus!» Die psychologische Glücksforschung, auf die sich die Berater manchmal beziehen, hat übrigens weitgehend bestätigt, was unsere Großeltern schon immer wussten. Die Kurzfassung: kleine Augenblicke bewusst erleben, einen engen Freundeskreis pflegen, Kinder großziehen und die Familie zusammenhalten, die Natur genießen, seinen Mitmenschen eine Freude machen, nicht zu viel auf Äußerlichkeiten geben und sich nicht zu sehr mit anderen vergleichen. Außerdem: Blumen, Musik, Sport und gesunde Ernährung. Klingt wie das totale Spießelerleben. Ist aber der sicherste Pfad zum Lebensglück.

Der englische Philosoph John Stuart Mill meinte, der Mensch strebe immer nach Glück im hedonistischen Sinn: nach Lust. Dazu hat Nietzsche polemisch bemerkt: «Der Mensch strebt nicht nach Glück; nur der Engländer tut das.» Wenn wir

ehrlich sind, suchen wir weit mehr als nur Wohligkeit, nämlich einen Sinn, eine höhere Aufgabe. In diese Richtung argumentiert auch der amerikanische Philosoph Robert Nozick: Kein vernünftiger Mensch würde sich an eine Maschine anschließen lassen, die kontinuierlich Glücksmomente erzeugt, sodass man darüber alles andere vergisst. Nagel macht einen ähnlichen Punkt: Wir wollten uns nicht auf den Verstand eines Kindes zurückstufen lassen, nur um dafür ein ausnahmslos spaßiges Kinderleben führen zu können.

Als Gegenentwurf zum Befindlichkeitsdiskurs kann der Leistungsdiskurs gelten, der bis in die jüngere Vergangenheit dominant war. Der Leistungsmensch definiert sich über Arbeit, Aufgaben und Triebverzicht. Bei Aristoteles ist es die «Tüchtigkeit» des Einzelnen als aktives Moment, nämlich handelnd in die Welt einzugreifen. Der Tüchtige will etwas aus seinem Leben machen, etwas erschaffen. Im Extremfall ist der Leistungsorientierte gerade stolz darauf, vierzehn Stunden zu arbeiten und dabei seine Befindlichkeiten auszublenden. Dazu passt übrigens eine der wenigen Lebensweisheiten des amerikanischen Philosophen Willard Van Orman Quine: «Leben ist, wenn die wenigsten den meisten von uns das Gefühl geben, dass die wenigsten das meiste daraus machen.»

Den Prototyp des Leistungsmenschen hat der deutsche Soziologe Max Weber in seiner *Protestantischen Ethik* beschrieben: Der Kapitalismus habe sich vor allem deshalb verbreiten können, weil in ihm die protestantische



Vorstellung weiterlebe, Gottes Segen zeige sich im irdischen Erfolg. Wer also die Askese der Arbeit über Genuss und Spaß setzt, wird auf Dauer immer erfolgreicher sein als seine Konkurrenten. Leistungsmenschen sehen sich traditionell in diesem größeren Rahmen: Sie handeln im Auftrag Gottes, im Dienst des Staates, aus Pflicht oder aus Ehre. Vielleicht konnte der Hedonismus unserer Zeit erst ins Bild treten, als dieser Rahmen irgendwann zerbrach. Seitdem gilt: Weniger tun, mehr erleben.

Lebensberater bedienen übrigens auch den Leistungsdiskurs. Drei Themen kehren immer wieder: Man soll sich Alltagsroutinen vergegenwärtigen, Schicksalsschläge akzeptieren und sein Leben verändern. Alle drei Punkte liegen nahe. Viele unserer über Jahre eingeschliffenen Verhaltensmuster haben ihre Funktion verloren. Manchmal reicht da ein kleiner Augenöffner von Freunden, und man beginnt, an sich zu arbeiten. Manchmal bedarf es vieler Therapiesitzungen. Schon die antiken Stoiker haben übrigens gepredigt, das Unveränderliche hinzunehmen und das Veränderliche zu verändern.

Das Leben aktiv zu führen hat noch einen weiteren Aspekt, von dem die Lebensberatung oft unwissentlich profitiert. Allen Menschen macht es Spaß zu spüren, wie sie auf die Welt einwirken. Schon für kleine Kinder gibt es kaum etwas Schöneres, als die Türen der U-Bahn zu öffnen: kleiner Knopfdruck, große Wirkung. Diese Lust an der eigenen Kausalität sitzt tief in uns, wahrscheinlich ist sie angeboren.

So freuen wir uns nicht nur über den aufgeräumten Keller, den uns das Beraterbuch empfiehlt, sondern vor allem darüber, dass *wir* es waren, die den Keller verändert haben. Das ist sozusagen der *Heimwerker-Effekt* der Existenzphilosophie. Es ist auf eine tiefe Weise befriedigend, Veränderungen selbst herbeizuführen: die Küche *selbst* eingebaut, die Wohnung *selbst* renoviert, die Firma *selbst* gegründet, den Job *selbst* gewählt, das Bild *selbst* gemalt, den Text *selbst* geschrieben. An den Produkten unseres Tuns können wir dann unseren Einfluss ablesen: Vordergründig sind wir stolz auf die eigene Leistung: die Küche, den Text, die Firma. Hintergründig genießen wir es zu merken, dass wir gehandelt haben, also der Welt nicht ganz passiv ausgeliefert waren.

So hat schon Aristoteles verdeutlicht, dass wir nicht nur für die eigenen Taten verantwortlich sind, sondern auch für die Umstände, die wir durch Taten beeinflussen können, beispielsweise unsere Gesundheit. Das Gleiche gilt für unsere Lebensführung, unseren Freundeskreis, unsere Kleidung. Camus meinte sogar, ab einem bestimmten Alter sei jeder für sein Gesicht selbst verantwortlich. Er hatte gut reden, denn er sah aus wie der attraktive Bruder von Humphrey Bogart. Der Punkt ist dennoch nicht ganz aus der Luft gegriffen: Wer fröhlich durchs Leben geht, hat später sympathische Lachfalten. Nur: Man kann seinen Mitmenschen nicht vorhalten, sie hätten das Gesicht, das sie verdienen. Viele Menschen haben einfach nichts zu lachen, weil sie ums tägliche Überleben kämpfen müssen. Dann ist

es auch nicht ihre Schuld, wenn Ängste und Sorgen tiefe  
Furchen in ihr Gesicht graben.

## Absurd, mysteriös, erstaunlich

Wir sind in diese Welt gestolpert und müssen das Beste draus machen. Unser Leben hat einen Sinn für uns: «Sinn» im Sinn von Bedeutung. Vielen reicht es nicht, glücklich und zufrieden zu sein, sie wollen auch etwas leisten. Doch wozu? Der amerikanische Schriftsteller Walt Whitman meint: «Damit das Spiel der Kräfte weitergeht und du deinen Vers dazu beitragen wirst.» Doch ist das wirklich der Antrieb? Und was kümmert die Kräfte, was ich tue?

Wir können unserem eigenen Leben einen Sinn verleihen, doch wie sieht es mit dem Sinn des Ganzen aus? «Sinn» als «Zweck» scheint nicht auf natürliche Dinge anwendbar: Bäume, Kometen, das Leben und schon gar nicht das Universum. Hier ist tatsächlich der Vorwurf der Begriffsverwirrung angebracht: Wir schauen aus einem zu menschlichen Blickwinkel auf das Universum, wenn wir annehmen, es sei zu einem Zweck geschaffen wie ein Toaster. In seinem Werk *Götzen-Dämmerung oder Wie man mit dem Hammer philosophiert* drückt Nietzsche das so aus: «Wir haben den Begriff «Zweck» erfunden: in der Realität *fehlt* der Zweck ... es gibt nichts, was unser Sein richten, messen, vergleichen, verurteilen könnte, denn das hieße das Ganze richten, messen, vergleichen, verurteilen ... *Aber es gibt nichts außer dem Ganzen!*»

Dem Weltall fehlen Zweck und Bedeutung. Diese Erkenntnis schlägt auf unser Leben zurück. Nichts, was wir heute tun, hat in Millionen von Jahren noch irgendeine Relevanz. Weltraum und Weltzeit sind einfach ein viel zu

großer Maßstab. Unser kleines Leben erscheint uns bedeutend und ist doch bedeutungslos im Großen und Ganzen. Nagel nennt dieses Phänomen das *Absurde*. Damit nimmt er einen Gedanken auf, den der Literaturnobelpreisträger Camus in seinem *Mythos des Sisyphos* geschildert hat, allerdings mit einem etwas anderen Akzent. Camus meint, wir suchen Sinn in einer Welt, die sinnlos ist, weil es Gott nicht gibt. Symbolisch dafür steht die antike Sagenfigur Sisyphos, der in der Unterwelt als Strafe für einen Verrat an den Göttern einen Stein auf einen Berg wuchten muss. Kurz vorm Gipfel rollt er mit Donnergepolter hinunter. Wie Sisyphos müssen auch wir Menschen die Absurdität unserer Existenz erkennen. Warum wählen wir dann nicht gleich den Freitod? Camus zufolge ist der Freitod das einzige «wirklich ernste» Problem der Philosophie. Er meint, wir müssten die Absurdität erkennen und als gegeben akzeptieren: Die leidenschaftliche und doch illusionslose Bejahung des Lebens sei der schieren Verzweiflung des Freitods vorzuziehen. Camus nennt diese Haltung etwas eigenwillig die *Revolte* gegen die Absurdität der Existenz. David Hume, der Philosoph der englischen Aufklärung, hat übrigens schon lange zuvor das Absurde auf den Punkt gebracht: «Das Leben eines Menschen hat für das Universum keine größere Bedeutung als das einer Auster.» Helge Schneider formuliert diesen Gedanken als rhetorische Frage: «Was heißt das eigentlich: Leben ... Ist der Mensch mehr wert wie der Wurm, wie die Amöbe, das Geschnätz, die Suppe?»

Schneiders Annäherung an das Thema ist ganz auf Nagels Linie. Nagel betont, dass wir dem Absurden nicht mit Gelassenheit begegnen sollten, sondern mit Humor und Ironie.

Welche Strategie wir auch wählen: Aus der Erkenntnis, dass die eigene Existenz absurd ist, kann die positive Haltung dem Leben gegenüber folgen, aber ebenso die negative. Wir changieren oft merkwürdig zwischen beiden. Wenn unsere Gedanken weit ins Weltall hinauswandern, können wir uns so winzig vorkommen, dass uns angst und bange wird. Gleichzeitig spüren wir eine Faszination gegenüber dem Ganzen und schöpfen eine ungeheure Stärke: Warum sich um Kleinigkeiten Sorgen machen, wenn die Galaxien noch in Äonen glühen werden? Die englische Komikergruppe Monty Python zeigt in ihrem Film *Der Sinn des Lebens* aus dem Jahr 1983, wie eine Hausfrau verzweifelt, weil ihrem Ehemann gerade bei lebendigem Leib die Leber entnommen wurde. Plötzlich steigt ein Mann aus dem Kühlschrank und singt den *Galaxy Song*. Dessen Botschaft lautet: Wenn das Leben dir übel mitspielt, denk daran, wie viele Millionen Galaxien es im Weltall gibt. Wie unwahrscheinlich und großartig ist daher deine Existenz.

Und wie seltsam – könnte man hinzufügen. Leibniz meint, die Frage sei, warum es eher etwas als nichts gibt. Wittgenstein drückt das so aus: «Nicht wie die Welt ist, ist das Mystische, sondern *dass* sie ist.» Wir können über diese Tatsache nachdenken, sie aber nicht so richtig erfassen.

Und doch verspüren wir etwas, nämlich das, was Kant die *Erhabenheit* nennt: Als kleine Menschen empfinden wir im Angesicht der großen Naturkräfte einen Anflug von Furcht und Schaudern, gemischt mit Wohlgefallen. Kant stellt fest: «Zwei Dinge erfüllen das Gemüt mit immer neuer und zunehmender Bewunderung und Ehrfurcht, je öfter und anhaltender sich das Nachdenken damit beschäftigt: der bestirnte Himmel über mir und das moralische Gesetz in mir.»

Im Wunderland sagt Alice, noch ganz benommen vom ständigen Schrumpfen und Wachsen: «Ich wollte fast, ich wäre nicht in das Kaninchenloch gefallen – und doch – es ist schon merkwürdig, dieses Leben hier!» So wie das Wunderland für Alice erscheint uns manchmal die Wirklichkeit «merkwürdig und merkwürdiger»: Wir wissen nicht, was das alles soll, und staunen.

Wir sind endlich und wollten doch, wir wären ewig jung und glücklich. Kein Argument kann uns dann davon überzeugen, dass der Tod bedeutungslos oder gar wünschenswert ist. Im großen kalten All machen Ironie, Humor und vielleicht sogar Gelassenheit unsere Existenz erträglich, jedenfalls für den kurzen Augenblick, der uns wie eine Ewigkeit vorkommt.

Einmal war eine Konferenz über die Philosophie des Todes auf einem E-Mail-Verteiler angekündigt. Bei der Bewerbungsfrist stand: «deadline extended». Das lässt aufatmen. Doch nur für einen träumerischen Moment. Denn das Ende ist uns allen gewiss.