



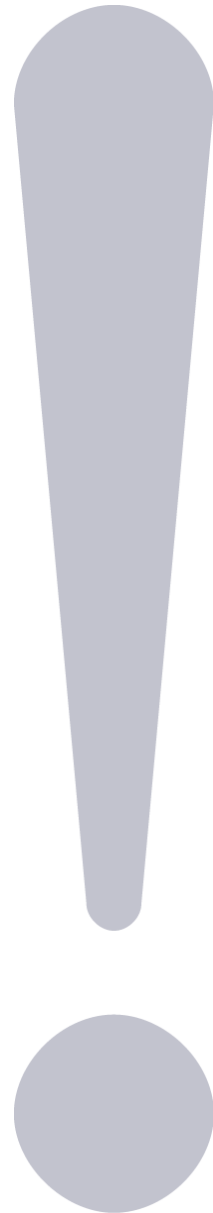
Stehen Sie über der **ABSURDITÄT** des Lebens

»Manchmal stürzen die Kulissen ein. Aufstehen, Straßenbahn, vier Stunden Büro oder Fabrik, Essen, Straßenbahn, vier Stunden Arbeit, Essen, Schlafen, Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag, Samstag, immer derselbe Rhythmus – das ist meist ein bequemer Weg. Eines Tages aber erhebt sich das ›Warum‹, und mit diesem Überdruß, in den sich Erstaunen mischt, fängt alles an.«

–ALBERT CAMUS,
Der Mythos des Sisyphos

Das Leben ist absurd, und das ist in Ordnung. Niemand hat dies treffender in Worte gefasst als Albert Camus in *Der Mythos des Sisyphos*.¹¹ Der Titel des Buches, ein Klassiker der existenzialistischen Literatur, geht zurück auf die Legende von Sisyphos, einer antiken griechischen Figur, die den Göttern trotzt und dafür eine ewige Strafe erhält: Sisyphos ist bis in alle Ewigkeit dazu verdammt, einen Felsblock einen Berg hinaufzuwälzen, nur um ihn, fast am Gipfel angelangt, wieder hinunterrollen zu sehen und wieder von vorne beginnen zu müssen. Für Camus war Sisyphos ein Held des Absurden, ein Phil Connors der griechischen Mythologie. Phil Connors ist der Wettermann des pennsylvanischen Lokalfernsehens in dem Film *Und täglich grüßt das Murmeltier*. Er versucht alles, einschließlich Suizid, um aus der Monotonie seiner profanen Existenz auszubrechen. Doch Connors wird jeden Morgen in der immer gleichen Stadt von dem immer gleichen Lied im Radio geweckt, dazu verdammt, immerfort dem sinnlosen Lauf seines Lebens zu folgen. Er sagt: »Ich war mal auf den Jungferinseln, da habe ich ein Mädchen kennengelernt. Wir haben Hummer gegessen und Piña colada getrunken. Und bei Sonnenuntergang haben wir uns geliebt wie die Seeotter. Das war gar kein schlechter Tag. Warum erlebe ich nicht diesen Tag wieder und wieder und wieder?« Wer von uns kann dieses Gefühl nicht nachempfinden? Selbst an guten Tagen fühlt sich unser Leben oft an wie eine Endlosschleife.

Selbstverständlich sind Sie als Autor/in Ihres Lebens zutiefst davon eingenommen. Und doch kann es sein, dass Sie bisweilen von dem Gedanken überrascht werden, dass Ihr Leben aus Sicht des Universums winzig und zufällig und darüber hinaus ziemlich unbedeutend ist. Diese Diskrepanz zwischen dem *Gefühl*, dass Ihr Leben äußerst wertvoll ist, und dem *Wissen*, nicht in der Lage zu sein, dieses Gefühl zu rechtfertigen, macht das Konzept der Absurdität aus. Der Philosoph Todd May bezeichnet es als »die Konfrontation von unserem Bedürfnis nach Sinn mit dem Unwillen des Universums, uns diesen bereitzustellen«. ¹² Es ist



das Dilemma, das entsteht, wenn man nicht mehr in der Lage ist auszudrücken, warum das eigene Handeln oder Leben von Wert ist. Dazu kommt es, wenn man den Kontakt zu einem Gerüst verliert – persönlich, familiär, gesellschaftlich –, das einem vermittelt, was wirklich wertvoll ist.

In der westlichen Welt tritt genau dieses Phänomen zunehmend auf. In *Gewohnheiten des Herzens*, einer zeitlosen Analyse der amerikanischen Gesellschaft, beschreibt der Soziologe Robert Bellah, wie sehr die moralische Landschaft im heutigen Amerika zu Präferenzen eigennütziger Individuen abgeflacht sei, sodass die ultimativen Ziele eines guten Lebens im Grunde eine »Frage der persönlichen Wahl«¹³ geworden seien. Die Menschen fühlten sich nicht länger geleitet von einem soliden kulturellen Gerüst. Statt zu *wissen*, wie man zu leben habe, fühle man sich verpflichtet, selbst darüber zu *entscheiden*. Oder wie Jean-Paul Sartre es formuliert, es »ist alles erlaubt, wenn Gott nicht existiert«.¹⁴

2007 wurden bei einer weltweiten Gallup-Umfrage mehr als 140 000 Menschen aus 132 verschiedenen Ländern befragt. Eine der zahlreichen Fragen, die gestellt wurden, lautete: »Hat Ihr Leben Ihrer Meinung nach Sinn oder Bedeutung?« Im Rahmen großer internationaler Studien zu Glücksempfinden oder Lebenszufriedenheit erhalten Wissenschaftler wieder und wieder die gleichen Ergebnisse: Bürger reicher Nationen – gemessen am Bruttoinlandsprodukt pro Kopf – sind tendenziell glücklicher als Bürger armer Nationen.¹⁵ Doch das Gegenteil traf zu, als Forscher das Sinnempfinden der Befragten untersuchten: Während 91 Prozent der weltweit Befragten einen Sinn in ihrem Leben sahen, neigten Menschen aus reichen Ländern wie Großbritannien, Dänemark, Frankreich und Japan am stärksten zu der Angabe, dass es ihrem Leben an Sinn oder Bedeutung *mangele*, wohingegen in armen Ländern wie Laos, Senegal und Sierra Leone im Prinzip alle Befragten angaben, dass ihr Leben über Sinn *verfüge*.¹⁶ Die reicheren Länder, in denen ein Mangel an Sinn häufiger beklagt wurde, verzeichneten auch höhere Selbstmordraten.

Für die meisten von uns ist existenzielles Unbehagen wie eine Welle, die schnell, aber spürbar über uns hinwegrollt und dabei den Eindruck bzw. das Gefühl hinterlässt, dass das Leben womöglich nicht das hält, was es verspricht – und schon klingelt wieder der Wecker. Ein neuer Tag, und das Sich-Abstrampeln geht von vorne los. Schließlich ist da ein Felsbrocken, der ordentlich angeschoben werden will. Aber es gibt einen anderen Weg. Es ist möglich, eine Sicht auf die Welt zu konstruieren, die der Herausforderung des Absurden widersteht; eine Sicht, die nicht nur kompatibel ist mit dem, was die moderne Wissenschaft uns über das Universum und die Position des Menschen darin lehrt, sondern auch Raum lässt für

gerechtfertigten Wert, Sinnhaftigkeit und nachhaltige Zufriedenheit. Doch werfen wir zunächst einen Blick auf das Konzept des Absurden, um besser verstehen zu können, wie es die Illusion einer großen kosmischen Sinnhaftigkeit ruiniert. Nur so können wir echte Schritte in Richtung persönlicher Befreiung machen.



Ihr Leben ist kosmisch bedeutungslos, unbeständig und willkürlich – und das ist **OKAY**

»Die Entdeckungen unseres Jahrhunderts –
undenkbar groß und unvorstellbar klein, geologisch
grenzenlose Zeitspannen, als es uns noch nicht gab,
unzählige Galaxien, deren subatomisches Verhalten
undefinierbar scheint, eine Art irrer Mathematik im
Herzen der Materie – haben uns mehr geprägt, als
uns bewusst ist.«

– JOHN UPDIKE,
Critical Essay on Evolution