

## 4. Theoretische Würdigung und Schluss

---

Nehmen wir jenen erkenntniskonstitutiven Zirkel, von dem im Anschluss an Ulrich Oevermann (1991) in Kapitel 2.1 gesprochen wurde, noch einmal in den Blick, so ist die Untersuchung nun an einem Punkt angelangt, an dem es notwendig ist, die durchgeführten Fallanalysen auf die in Kapitel zwei entfaltete Heuristik und die dabei einbezogenen theoretischen Bestimmungen rückzubeziehen. Dabei werden wir in einem ersten Schritt (Kap. 4.1) der Frage nachgehen, was die Ergebnisse der Fallrekonstruktionen im Hinblick auf den Untersuchungsgegenstand – das nicht-sportliche Marathonlaufen – zutage befördert haben bzw. wie dies auf der Folie der heuristischen Vorbestimmungen aus den Abschnitten »A« und »B« einzuschätzen ist. Anschließend (Kap. 4.2) werden wir eine zeitdiagnostische Perspektive einnehmen und dabei auszuloten versuchen, welche allgemeineren, über die Praxis des freizeitlichen Marathonlaufens hinausgehenden gesellschaftlichen Tendenzen diese Praxis indiziert – Tendenzen, die sich etwa auch im Kontext anderer Freizeit- und Bewegungspraktiken andeuten. Zum Schluss (Kap. 4.3) werden wir – wiederum vor dem Hintergrund der Fallrekonstruktionen – noch einigen Überlegungen zum rekonstruktiven Forschungsparadigma als einem Paradigma für die Sportsoziologie nachgehen.

### 4.1 Nicht-sportliches Marathonlaufen als Kompensationsmedium für eine Autonomie-Bewährungs-Problematik

Ein zentrales Ergebnis, das sich von den Fallanalysen ausgehend formulieren lässt, ist, dass wir es tatsächlich mit *nicht-sportlichem* Marathonlaufen zu tun haben, von dem die hier analysierten Fälle gleichsam Tokens darstellen. Und wir konnten nachweisen, dass es für diese Praxis in der Tat konstitutiv ist, dass sie eine – je spezifisch ausgeprägte – *Autonomie-Bewährungs-Problematik* kompensiert, wobei dieser Mechanismus ein grundsätzlicher zu sein scheint. Das heißt: Es ist *prinzipiell* unabhängig davon, welchen Berufen die kompensierend Laufenden nachgehen, in welchen be-

rufflichen Positionen sie tätig sind und auch, wo sie es auf der Welt sind;<sup>1</sup> es handelt sich, so die Annahme, um eine Strukturlogik, die gleichsam überall dort auftritt, wo das (Marathon-)Laufen als *nicht-sportliche Freizeitpraxis* praktiziert wird; sie ist ihm inhärent. Die Seitenblicke auf die flankierend erhobenen Fälle in den idealtypischen Verdichtungen stützen diese These.

Dementsprechend war das (Marathon-)Laufen in keinem der hier behandelten Fälle im Sinne eines sportlichen Leistungsvergleichs mit anderen, das heißt: im Sinne eines *sportlichen Wettkampfs* relevant; entscheidend war vielmehr das Handlungsproblem der Bewältigung der Strecke, die *individuelle Bewährungsprobe*. Beispielsweise war der Wettkampf für Herrn Gerken vor allem insofern interessant, als dass er ihm die Möglichkeit eröffnete, sich noch mehr an die Substanz gehen zu können; und selbst am Handball, den er objektiv als Sport betreibt, schien ihn in erster Linie nicht das Sportive, sondern das Runterreißen zu interessieren. Gleichwohl schien er nicht abgeneigt, die offizielle Marathonteilnahme auch als Ausweis seiner Durchhaltefähigkeit zu nutzen, wenn er etwa davon berichtete, ein »I-Love-Shirt« erworben zu haben, das heißt: ein Utensil, das die Funktion hat, die jeweilige Marathonteilnahme einer prinzipiell anonymen Öffentlichkeit gegenüber ostentativ zur Schau zu stellen und auf entsprechende Anerkennung abzustellen. Der Anerkennungsbezug stand für Herrn Greipel wiederum im Mittelpunkt; in den Wettkampfteilnahmen sah er eine Chance, bewundert zu werden, sowohl konkret von dem Publikum an der Strecke als auch von den »Leuten«, den er von seinen besonderen Freizeitaktivitäten erzählt. Das scheint auch im Falle Herrn Baumanns ähnlich zu sein: Der Wettkampf eröffnete ihm die Möglichkeit eines direkten Anerkennungsbezugs sowie der Zugehörigkeit zur Marathon-Community, auch wenn er sich damit – im Gegensatz zu Greipel und Gerken – kaum zu »schmücken« imstande war.

Insofern lässt sich mit Blick auf die Bedeutung von Wettkampfteilnahmen im nicht-sportlichen Marathonlaufen von den hier analysierten Fällen ausgehend festhalten, dass ein Zusammenhang zur jeweiligen latenten Motivationsstruktur indiziert ist. Demzufolge scheint eine masochistische Motivation nicht an regelmäßige bzw. überhaupt an Wettkampfteilnahmen gebunden zu sein, lässt sich doch das masochistische Bedürfnis prinzipiell auch »rein privat« stillen. Hingegen können das Inszenierungsbedürfnis sowie das Bedürfnis dazuzugehören letztlich nur dann gestillt werden, wenn an Wettkämpfen teilgenommen wird. Wie häufig bzw. regelmäßig dies geschieht, hängt dann aber wiederum mit der jeweiligen latenten Motivationsstruktur zusammen. Herr Baumann zum Beispiel läuft jährlich »nur« ein bis zwei Marathons, dies gleichwohl konstant seit 17 Jahren. Demgegenüber gehen Motivationsstrukturen, die stärker auf Sinnkompensation abstellen – so etwa bei dem Fall

1 Gleichwohl scheint es naheliegend, dass je nach kulturellräumlichem Setting unterschiedliche Motivationstypen dominieren.

mit der gescheiterten Fußballkarriere oder beim Läufer, der in seinem »ersten Leben« Augenarzt war –, offenbar nicht nur mit regelmäßigeren, sondern auch besonders häufigen Wettkampfteilnahmen einher. Demgegenüber scheint für die Inszenierungsstruktur weniger die Häufigkeit der Teilnahmen entscheidend zu sein als vielmehr das Besonderungspotenzial, das mit einem bestimmten Wettkampf einhergeht. So war es bei Herrn Greipel eben wie selbstverständlich der »Berlin-Marathon«, der sein erster war, und bei jenem Fall, den ich in meiner Masterarbeit interpretiert habe, war es die Besonderung durch das »Projekt«, vor seinem fünfzigsten Geburtstag »auf jedem Kontinent« einen Marathon zu laufen. Lediglich sieben Marathons in rund acht Jahren zu laufen, ist nicht besonders viel; aber »auf jedem Kontinent« einen, das dürfte gleichsam maximale Bewunderung bei vergleichsweise geringem Aufwand »einbringen«. Sich über die Häufigkeit der Wettkampfteilnahmen zu besondern, erfordert hingegen einen enormen Leistungsaufwand, und das freilich ist nicht gut mit der Inszenierungslogik vereinbar.

Dazu, dass der Wettkampf im nicht-sportlichen Marathon eine nicht-sportliche Funktion erfüllt, passt schließlich aber auch, dass das Laufen als solches auch für keinen der Interviewten eine *Leidenschaft* darstellte, was bei tatsächlich *sportlich* Laufenden anders sein dürfte. Für die Interviewees erfüllt es eine *außersportliche* Funktion, eine *Kompensationsfunktion*, und es tut dies insofern und insoweit, wie es ihnen eine, wenn auch künstliche Möglichkeit eröffnet, sich durch *Unterwerfung* zu *bewähren*. Die Art und Weise der Kompensation läuft kurzum auf eine *Bewährung durch Unterwerfung* hinaus, und es scheint dabei geradezu konstitutiv zu sein, dass es sich um eine Praxis handelt, die aus sich selbst heraus *keinen* Spaß macht und *keine* Leidenschaft ist; ja, sie *darf* förmlich keinen Spaß machen, sofern jener Kompensationsmechanismus funktionieren soll. Man kann auch so sagen: Wenn etwas Spaß machen darf, dann allenfalls die Unterwerfung selbst.

Weil ein wesentliches konstitutives Element des nicht-sportlichen Marathonlaufens erwähnensmaßen darin besteht, dass diese Praxis kompensativ auf eine Autonomie-Bewährungs-Problematik bezogen ist bzw. ein Surrogat für eine echte Krisenlösung, eine »Plombe« darstellt, fragt es sich nun weiter, was man anhand der Fallanalysen über die *allgemeine* Struktur dieser Problematik sagen kann. Mit anderen Worten: Was kennzeichnet die Autonomie-Bewährungs-Problematik?

Zunächst kann man sagen, dass der Autonomie-Bewährungs-Problematik grundsätzlich eine dynamische Konstellation aus persönlichkeits- und sozialstrukturellen Motiven bzw. Motivationselementen zugrunde liegt, die wechselseitig aufeinander sowie auf das Kompensationsmedium »Marathonlaufen« bezogen sind. Und die Art und Weise, wie diese Konstellation jeweils konkret ausgeprägt ist, bildet die *latente Motivationsstruktur* eines Falls und ist kennzeichnend für seine Typik. Die Fallrekonstruktionen haben nun gezeigt, dass auf der persönlichkeitsstrukturellen Seite der Autonomie-Bewährungs-Problematik ein Autonomieproblem respek-

tive -defizit steht, was lebenspraktisch in einer *regressiven Autonomie* und damit verbunden in einer *regressiven Bewährungsfigur* sich ausdrückt.

So wird im Falle Herrn Gerkens das autonome Ich ganz im Sinne des autoritär-masochistischen Charakters, den er repräsentiert, von seinem Über-Ich unterdrückt; es geht darin sozusagen auf; seine Selbstcharismatisierung beschränkt sich entsprechend auf die Überzeugung, derjenige zu sein, den man nicht kaputt kriegt. Bei Herrn Greipel hingegen ist es ein, wenn man so will, narzisstisch gekränktes Ich, das geltungsbedürftig ist und dem korrelativ ein künstlich aufgeblähtes Selbstbild gegenübersteht, welches die Kränkung nach innen wie außen durch Inszenierung kompensiert und in einer entsprechend künstlich verstärkten Bewährungsfigur sich niederschlägt. Das Geltungsbedürfnis ist dabei mit einer außengeleiteten, reflexiv-konformistischen (vgl. Voswinkel 2002) Haltung verbunden, sofern man sich nur über etwas erfolgreich inszenieren kann, was sozial anerkannt ist. Im Falle Herrn Baumanns kommt demgegenüber ein unsicheres bzw. gewissermaßen blasses Selbst zum Ausdruck, was insbesondere in seiner Positionslosigkeit sich zeigt: Er hat ein grundsätzliches Problem, als Ich zu sprechen, und entsprechend unsicher bzw. diffus ist sein Selbstbild, es ist kaum existent. Dies manifestiert sich dann in einem Selbstbewusstseinsproblem und einer »schwachen« Bewährungsfigur: Nicht nur ist Baumann ein fast schon zu bescheidener Typ, sondern er ist auch – buchstäblich wie im übertragenen Sinne – bereit, mitzulaufen, sobald ihm jemand das Gefühl vermittelt, gebraucht zu werden und dazuzugehören. Allen Interviewten gemeinsam ist insofern, dass sie ihr autonomes Ich faktisch *externen* Relevanzen – seien es internalisierte Fremdwänge oder spezifische Erwartungsstrukturen – subsumieren. Deshalb scheint es mir auch nur folgerichtig zu sein, dass sie Autonomie und Leistung letztlich regressiv mit *Unterwerfung* gleichsetzen, stellt dies doch die einzige Möglichkeit für sie dar, sich als autonom handelnd wahrzunehmen. Und der Regress auf der Ebene der Bewährungsfigur hängt freilich eng damit zusammen. Denn die Selbstcharismatisierungen der Interviewten stellen, wenn man so will, keine gute Basis dar, um Krisen tatsächlich autonom, das heißt: im Sinne der Erkenntnis und Wahl einer *anderen* Handlungsoption als bisher zu lösen. Herr Gerken scheint dabei zwar gerade aufgrund seiner runterreißerischen Haltung, aufgrund des Vertrauens in seine (vermeintliche) Unzerstörbarkeit beruflich recht weit gekommen zu sein. Allerdings wurde im Interview mit ihm auch deutlich, dass diese Bewährungsfigur ihre im Wortsinn natürlichen Grenzen hat. Es hat sich nämlich gezeigt, dass Herr Gerken eben nicht »unkaputtbar« ist und dass man mit einer solchen Haltung auch grundsätzlich nur sehr begrenzt im Leben weiterkommen kann, weil sich viele Probleme nicht »mit dem Kopf durch die Wand« lösen lassen. Dasselbe gilt auch für die Inszenierung sowie für das Mitlaufen. Und schließlich zeigt sich das Autonomiedefizit der Interviewten aber auch auf der Ebene ihrer Selbstthematizationen: Weder die motivatorischen Zusammenhän-

ge noch die faktischen biographischen Verläufe stehen ihnen – Herrn Baumann freilich am wenigsten – deutlich vor Augen.

Vor diesem Hintergrund kann man nun sagen, dass die Autonomieproblematik auf persönlichkeitsstruktureller Ebene lebenspraktisch geradezu unweigerlich zu Bewährungsproblemen und einem darauf bezogenen Kompensationsverhalten führt. In den untersuchten Fällen deutete sich dies etwa schon darin an, dass die Interviewten ihren ersten Marathon vergleichsweise früh gelaufen sind: Gerken mit 19, Geipel und Baumann mit etwa 24/25 Jahren. Damit war ihr Einstieg ins (Marathon-)Laufen biographisch eng an die Adoleszenzkrisebewältigung und die Positionierung gegenüber dem Bewährungsproblem gebunden. Herr Gerken etwa entwickelte seinen Kompensationsmechanismus dabei bereits im Jugendalter, als es ihm »nimmer ausgereicht« hatte, was er im Rahmen des Handballtrainings gelaufen ist und er auch später in seiner Schul- und Ausbildungszeit sich offenbar nicht genügend an die Substanz gehen und auf diese Weise sich bewähren konnte. Das Laufen kompensierte dies, indem es ihm die Möglichkeit bot, sich jenseits der institutionellen Kontexte an die Substanz gehen zu können, was sich dann auch in seiner beruflichen Praxis so fortsetzte. Im Falle Herrn Greipels und Herrn Baumanns war das (Marathon-)Laufen hingegen von Beginn an eng mit ihrer akademischen Ausbildung bzw. ihrer berufsbezogenen Sozialisation verbunden: Das (Marathon-)Laufen gehörte für sie wie selbstverständlich zum Studium, war ein geradezu konstitutiver Teil davon. Entsprechend eng war es auch mit ihrer Berufspraxis verflochten – bei Herrn Greipel freilich im besonderen Maße. Während dieser die Inszenierung mit dem Marathonlaufen braucht, um sich sowohl sich selbst als auch anderen gegenüber als außergewöhnlich leistend darzustellen, ist Herr Baumann darauf im Sinne eines »Tickets« angewiesen: Die Zugehörigkeit zur Marathon-Community sichert ihm zugleich die Zugehörigkeit in der internationalen Business-Community und kompensiert nach innen gerichtet sein Selbstbewusstseins- und Durchsetzungsproblem, und das wiederum ermöglicht es ihm, in einer beruflichen Position, für die er von seiner Persönlichkeitsstruktur her ansonsten eigentlich nicht gut geeignet ist, dennoch »irgendwie« zu bestehen, sich »durchzubeißen«, wie er selbst sagt.

Damit ist nun bereits angezeigt, dass die wesentlichen *sozialstrukturellen* Bezüge des nicht-sportlichen Marathonlaufens auf der Ebene *arbeitsweltlicher Strukturen* liegen. Und diese sind, wie die Fallanalysen gezeigt haben, durchaus vielschichtig.

Einen zentralen Bezug bildet dabei eine *Leistungsvorstellung*, die sich strukturalomolog zur Bewährungsstruktur des nicht-sportlichen Marathonlaufens verhält und als eine *Leistungsethik des Erleidens* sich kennzeichnen lässt. Diese *strukturell masochistische* Leistungsvorstellung wird grundsätzlich von allen Interviewten geteilt, auch wenn nicht alle wie Herr Gerken über eine masochistische Persönlichkeitsstruktur verfügen. Kennzeichnend für diese Leistungsvorstellung ist ihre tendenzielle Losgelöstheit von einer Sachorientierung – etwas, was sie von der fordistisch-

tayloristischen Leistungsethik klar unterscheidet, für die eine Orientierung an der Sache zentral war/ist; hier waren Anstrengung und Mühe ›immer schon‹ eng an die Verrichtung konkreter Arbeitsvollzüge und damit an die Erreichung *lebenspraktischer* Ziele gebunden; sie waren und dort, wo diese Logik heute immer noch greift, sind sie insofern *begrenzt*, was sich auch in einer entsprechenden Regulierung der Arbeitsvollzüge und Arbeitszeiten niederschlägt. Die Leistungsethik des Erleidens hingegen ist *entgrenzt* und durch eine Orientierung am Durchhalten *jenseits eines lebenspraktischen Zwecks* gekennzeichnet; das Durchhalten hat hier einen Zweck in sich selbst.

Wie in den Fallrekonstruktionen gezeigt werden konnte, korrespondiert dieser Leistungsvorstellung auch das *berufliche Selbstverständnis* der Interviewten. Denn dieses ist, ganz entgegen unserer idealtypischen Annahme (vgl. Kap. 3.2.1), eben nicht um den Komplex ›Entscheiden und Gestalten‹ bzw. um die mit einer Leitungsposition objektiv gegebene Verpflichtung zur Verantwortungsübernahme herum zentriert. Stattdessen setzen die Interviewees die manageriale Tätigkeit im Wesentlichen mit dem Vollzug an die Substanz gehender, außeralltäglicher Kraftakte, kurzum: mit *Durchhalten* und nicht zuletzt auch – was insbesondere für Greipel und Gerken gilt – mit *Führen bzw. Führungskraft-Sein* gleich. Damit ließen sich insofern auch eindeutige Strukturhomologien zu den in Kapitel 3.2.1 herausgearbeiteten Implikationen der Bezeichnung »Marathon Manager« nachweisen. Es liegt letztlich nahe, dass die Leistungsethik des Erleidens eine in der gegenwärtigen Arbeitswelt durchaus verbreitete Leistungsvorstellung darstellt, die auch nicht bloß an die Positionen im Management gebunden ist. Dafür spricht zum einen, dass die Interviewten in sehr unterschiedlichen wirtschaftlichen Sektoren bzw. Branchen tätig sind. Zum anderen spricht dafür aber auch die Selbstverständlichkeit, mit der sie auf diese Leistungsvorstellung rekurrieren; sie sehen da überhaupt keinen Legitimationsbedarf, sondern prahlen umgekehrt mit ihren ›durchhalterischen‹ Fähigkeiten (mit Ausnahme Herrn Baumanns freilich, der nicht prahlt, aber schließlich dennoch deutlich auf das Durchhalten setzt: »man braucht Zähigkeit, Ausdauer, Disziplin«). Und sofern sie eben Leitungspositionen bekleiden und – insbesondere Herr Greipel und Herr Gerken – sich wesentlich als Führungskräfte und Motivatoren verstehen, scheint es nur konsequent, dass sie die Leistungsethik des Erleidens auch als Maßstab an das Arbeitsverhalten der ihnen unterstellten Arbeitenden anlegen und eben anlegen können, weil es sich um eine allgemein anerkannte Leistungsvorstellung handelt.

Daran anschließend ließen sich in den Fallanalysen eindeutige Bezüge zu Strukturen subjektiver und entgrenzter Arbeit (vgl. dazu etwa Voswinkel 2002; Pongratz/Voß 2004; Bröckling 2007; Hochschild 2001) identifizieren, die, so meine These, strukturhomolog zur Bewährungsstruktur im nicht-sportlichen Marathonlaufen sowie zu jener Leistungsethik des Erleidens sich verhalten und unterwerferische, auf Durchhalten und Selbstaussbeutung setzende Haltungen

und Handlungen prämiieren. Auch wenn sich ähnliche Strukturen ebenfalls in den Fällen Baumann und Gerken finden lassen, stellt doch der Fall Greipel meines Erachtens ein herausgehobenes Exempel dafür dar. Denn Herr Greipel ist ein gleichsam vollständig subjektiviertes und der Entgrenzung von Arbeit »erlegenes« Arbeitssubjekt. Seine Freizeit, die er seiner Haltung nach eben auch gar nicht hat, ist durch die Arbeit okkupiert; Lebenszeit ist primär Arbeitszeit, und was dann noch übrig bleibt, ist lediglich »quality time«, wobei selbst diese immer weiter zusammenschrumpft und, wie Herr Greipel selbst sagt, *intensiviert* wird, sofern die Ansprüche der Arbeitswelt stets Vorrang haben und sich in sein Privatleben »durchdrücken«. Dem steht Herr Greipel indes nicht nur förmlich machtlos gegenüber, sondern lässt auch keinen Versuch erkennen, dieser arbeitsweltlichen Okkupation seines Lebens Grenzen zu setzen. Im Gegenteil: Er begrüßt diese »Transfusion«, ist ein gleichsam vorbildlicher Selbstoptimierer. Damit verbunden ist er auch jemand, der, wie in der idealtypischen Verdichtung der Analyse seines Falles gezeigt, mit den Anerkennungsstrukturen postfordistischer Arbeit identifiziert ist und mit seinen Inszenierungsbemühungen ganz klar auf den Anerkennungsmodus der *Bewunderung* und nicht den der *Würdigung* abstellt (vgl. dazu Voswinkel 2002). Dieser *reflexiv-konformistische* Charakter, für den Herr Greipel meines Erachtens in besonderem Maße steht, ist typisch für subjektivierte Arbeitsverhältnisse: Er steht, um noch einmal Voswinkel zu zitieren, für den Typus »eines außergeleiteten Sozialcharakters [...], dessen Subjektivität darin besteht, eigenständig die Erwartungen zu erspüren und das Selbstmanagement zu entwickeln, mit dem er den Fremdanforderungen am besten gerecht werden kann« (ebd.: 82–83). Was in solchen Arbeitsverhältnissen Arbeitenden als autonome Leistung zugerechnet wird und was sie sich selbst als autonome Leistung zurechnen, reduziert sich also faktisch und paradoxerweise auf eine Unterwerfung bzw. Selbstsubsumtion unter fremdgesetzte Relevanzen sowie die selbstständige Erkenntnis dieser. Mit anderen Worten: In solchen Arbeitsverhältnissen scheint es immer »irgendwie gut« zu sein, über, wie Herr Baumann sich ausdrückte, »Marathon-Qualitäten« zu verfügen; entsprechende Haltungen, Vorstellungen und Inszenierungen sind hier gefragt, stoßen auf Anerkennung. Und die paradoxe Struktur dieser Verhältnisse entspricht eben der widersprüchlichen Struktur der kompensatorischen Praxis des nicht-sportlichen Marathonlaufens. Damit haben wir auch eine Erklärung dafür, warum Marathon, wie Neckel sagt, heute als Sport der gesellschaftlichen »Leistungsträger« gilt (2000: 136): Die Struktur der Bewährung durch Unterwerfung, die dieser Praxis zugrunde liegt und die darauf bezogene Leistungsvorstellung, welche primär das Durchhalten und Erleiden in den Mittelpunkt stellt, sind eben Strukturen, die auch für die moderne, entgrenzte, subjektivierte etc. Arbeitswelt charakteristisch sind.

Aus arbeitssoziologischer Sicht sind diese Ergebnisse durchaus überraschend. Denn offenbar finden sich derartige Subjektivierungsstrukturen auch bei Arbeitssubjekten, die vergleichsweise hohe berufliche Positionen bekleiden. Demgegen-



über argumentierte etwa Ursula Holtgrewe (2006) noch, dass Chancen für die Realisierung von berufspraktischer Autonomie, wenn dann tatsächlich eher in höheren Positionen gegeben seien und auch genutzt würden, wogegen die Paradoxien der Subjektivierung insbesondere in hierarchisch niedriger angesiedelten Tätigkeiten sich ›festgesetzt‹ hätten. Von den Fallanalysen ausgehend können wir hingegen sagen, dass dies nicht indiziert ist: Weder treten die Interviewees auf, als hätten sie *qua ihrer hohen Positionen* große Autonomiespielräume (Herr Baumann versucht zwar so etwas für sich zu reklamieren, scheitert damit allerdings eindeutig: »ich bin auch jemand, der Sachen gerne () gestaltet« etc.), noch setzen sie eben den Komplex ›Entscheiden und Gestalten‹ für ihre Berufspraxis und ihr berufliches Selbstverständnis relevant.

Geht man demgegenüber von der Strukturlogik der Subjektivierung selbst aus, dann überraschen diese Ergebnisse womöglich eher weniger. Denn so gesehen ist es vielleicht schlichtweg eine Konsequenz, die sich aus fortgeschritten subjektivierten Arbeitsverhältnissen ergibt: Wenn auch die einfachen Angestellten zunehmend autonom und für den Erfolg am Markt verantwortlich sein und wenn Gestaltungs-ideen zunehmend von ihnen kommen sollen, dann sind die Manager\*innen von all dem immer mehr ›freigestellt‹, was den fehlenden Sachbezug erklären würde.<sup>2</sup> Auch würde es erklären, warum das Führen bzw. Führungskraft-Sein, Motivieren und Inszenieren für sie so im Vordergrund stehen, während ›Entscheiden und Gestalten‹ kaum mehr eine Rolle zu spielen scheinen.<sup>3</sup> Ihre zentrale Funktion bestünde dann vor allem darin, ihr Personal im Sinne der Unternehmensziele zu steuern und dazu zu bringen, sich selbstständig auszubeuten. Und eine Unternehmens- bzw. Arbeitskultur, in der die Leistungsethik des Erleidens sowie die Struktur der Bewährung durch Unterwerfung hochgehalten, reproduziert und in Autonomie umgedeutet werden, dürfte dabei sicherlich förderlich sein bzw. wäre eben Ausdruck des Fehlens eines Sachbezugs und der Umstellung von Verantwortungsübernahme auf Kontrolle und Steuerung. Vor diesem Hintergrund wäre es interessant, mehr

- 
- 2 Passend dazu diagnostiziert beispielsweise David Graeber (2018) der modernen Arbeitswelt eine »Bullshitisierung«. Er vertritt die These, dass die modere Arbeitswelt eine Vielzahl an beruflichen Tätigkeiten produziere, die, »pointless«, also sinnlos und damit gewissermaßen überflüssig seien. Solche ›Tätigkeiten‹ nennt Graeber »Bullshit Jobs«. Es geht dabei also nicht um körperlich anstrengende Arbeit oder Arbeit, die unter erschwerten bzw. miserablen Bedingungen verrichtet wird, sondern um gut bezahlte Tätigkeiten, *auch und gerade auf Managementebene*, die des Sachbezugs entbehren.
  - 3 So wird etwa in Unternehmensberatungskontexten schon länger von Führungskräften als *Coaches* gesprochen, die die Mitarbeitenden lediglich begleiten sollen. Auch Boltanski und Chiapello (2003) haben bereits darauf verwiesen, dass in der Beratungsliteratur der 1990er Jahre die ›neuen‹ Manager\*innen vor allem als visionäre »leader« gelten, wogegen der Rückzug oder Rückgriff auf die mit dieser Position verbundene Amtsmacht immer mehr an Legitimität einbüßt (vgl. z.B. ebd.: 115ff.).



über die *faktische* Berufspraxis der Interviewten zu erfahren: Was machen sie in ihrer Berufspraxis tatsächlich? Wie gehen sie mit Situationen um, in denen sie in ihrer Verantwortlichkeit, die sie qua Position ja nun einmal objektiv haben, von ihren Untergebenen adressiert werden? Geht man von den Fallrekonstruktionen aus, dann wäre es jedenfalls denkbar, dass sie Verantwortlichkeiten tendenziell abweisen bzw. gleichsam nach unten verlagern und Praktiken wie etwa die Inszenierung dazu nutzen, sich auf ihrer Position zu legitimieren respektive Gefolgschaften zu bilden. Insofern wäre es auch interessant, Datenmaterial zu erheben, dass mehr Einblicke in die Art und Weise ermöglicht, wie sich solche Praktiken in konkreten Interaktionen vollziehen und wie genau sie da funktionieren.

Wenn wir abschließend nun wieder auf die Frage aus der Einleitung zurückkommen, warum eine Praxis, die ehemals als höchst seltsam galt und tendenziell auf Ablehnung stieß, zu einem, um noch einmal Neckels (2000) Formulierungen zu bemühen, »Volkssport der vernünftigen Leute« und der gesellschaftlichen »Leistungsträger« avancieren konnte, dann ist vor dem Hintergrund der Ergebnisse dieser Arbeit anzunehmen, dass dies wesentlich mit dem Strukturwandel der Arbeitswelt von fordistisch-tayloristischen hin zu postfordistischen, subjektivierten, entgrenzten, flexibilisierten usw. Arbeitsverhältnissen, wie auch immer man sie begrifflich genau kennzeichnen mag, verknüpft ist. Mit dem Wandel der unternehmensinternen Steuerungsmechanismen im Hinblick auf das Transformationsproblem der Arbeit von direkter Kontrolle hin zu subjektivierten, indirekten Kontrollmechanismen qua Kennzahlen und Projekte haben sich anscheinend auch die darauf bezogenen Kompensationsmechanismen seitens der Arbeitenden gewandelt: Freizeit dient nicht mehr lediglich der Regeneration, auch nicht der Kompensation im Sinne von Habermas' Kompensationstheorie: »man will abschalten, einen Strich ziehen zwischen dem »Dienst« und dem »Leben« (1967[1958]: 36, Hervh. i.O.). Vielmehr geht es, wiederum im Habermas'schen Sinne, um *Suspension* und über Habermas hinaus: um ein nachgerade *symbiotisches* Verhältnis von Arbeit und Freizeit, ähnlich, wie es Adorno in seinem Freizeit-Aufsatz mal angedeutet hat:

»Die alte Begründung, man betreibe Sport, um fit zu bleiben, ist unwahr nur, weil sie die fitness als eigenständiges Ziel ausgibt; fitness für die Arbeit indessen ist wohl einer der geheimen Zwecke des Sports. Vielfach wird man im Sport erst sich selber einmal antun, und dann als Triumph der eigenen Freiheit genießen, was man sich unter gesellschaftlichem Druck antun und sich schmackhaft machen muss.« (2003[1977]: 653)

Freilich scheint es vor dem Hintergrund der hier vorgenommenen Analysen weniger der Sport im Sinne eines Leistungsvergleichs mit anderen als vielmehr der *Nicht-Sport* zu sein, der symbiotisch anschlussfähig an die Anforderungen der Arbeit sich zeigt. Entscheidend ist allerdings zunächst, dass es eine Anschlussfähigkeit, und

zwar in den Facetten, wie sie oben beschrieben wurden, gibt und die Gründe für die Transformation des Marathonlaufens von einer hochgradig erklärungsbedürftigen, Extremsportlichen Außenseiter\*innenpraxis hin zu einer gesellschaftlich nunmehr etablierten, anerkannten Freizeitbeschäftigung nicht ohne die Betrachtung der Transformation der Arbeitswelt im Laufe der vergangenen rund 60 Jahre zu verstehen sind. Ganz im Sinne von Norbert Elias kann man daher sagen: Beide Entwicklung müssen als *interdependente* begriffen und analysiert werden.

Noch ein anderer Punkt zum Schluss: In dieser Arbeit konnten aus genannten Gründen keine genderbezogenen Aspekte im Zusammenhang mit dem nicht-sportlichen Marathonlaufen untersucht werden. Geht man zumindest von den beiden weiblichen Fällen aus, die ich im Kontext dieser Arbeit erhoben und interpretiert, jedoch letztlich nicht systematisch integriert habe, dann liegt die Frage nahe, ob Frauen auf das Marathonlaufen vielleicht eher zurückgreifen, um tatsächlich Psychopathologien zu bearbeiten und in diesem Zusammenhang womöglich Bewährungsfiguren ausbilden, die in stärkerem Maße auf masochistischen Triebtendenzen aufbauen. Wie die damit möglicherweise verknüpften genderbezogenen Strukturzusammenhänge konkret aussehen (könnten), wäre insofern eine Frage, die in weiteren Studien zu verfolgen wäre.

#### 4.2 Bewährung durch Unterwerfung: Ein regressiv-moderner Bewährungstypus?

In diesem Unterkapitel wollen wir nun noch der Frage nachgehen, inwieweit das nicht-sportliche Marathonlaufen möglicherweise Tendenzen indiziert, die darüber hinausweisen und auch im Kontext anderer (Freizeit-)Praktiken sich wiederfinden. Mit anderen Worten: Inwieweit lassen sich die Struktur der Bewährung durch Unterwerfung und die Leistungsethik des Erleidens gegenwartsdiagnostisch einordnen und womöglich als typisch für die Gegenwartsgesellschaft ansehen? Dazu möchte ich mit einem Beispiel beginnen, dass zwar erneut vom Laufen handelt, nicht vom *Marathon*laufen allerdings. Es geht nunmehr um eine Laufpraxis, die nicht nur nicht-sportlich verfasst ist, sondern für die Wettkämpfe generell keine Rolle spielen und welche darüber hinaus mit einem veganen Lebensstil verknüpft ist. Der Hintergrund ist folgender:

Vor rund vier Jahren erschien in einer regionalen Tageszeitung, die jedoch durchaus überregionale Reichweite erzielt, ein halbseitiger Artikel über einen sogenannten »Streakrunner«, der »dank veganer Ernährung zum Dauerläufer« geworden sei. Seit 1.200 Tagen bzw. acht Jahren laufe Karsten M., ein »ganz normaler Bürger« aus der Region, der weder Profisportler ist, noch sonst irgendwie in der Öffentlichkeit steht, mindestens 16 Kilometer *täglich*, am Wochenende sogar bis zu 30 Kilometer. Um sein »Pensum« wochentags »noch vor der Arbeit« zu schaffen, stehe er bereits »gegen 3:30 Uhr« auf. M. – und genau das macht einen »Streakrunner«

aus – läuft ausnahmslos »jeden Tag«, hält einen »Streak«, eine Strähne durch. Doch es scheint wohl nicht nur das zu sein, was ihn für die Redakteure und Redakteurinnen jener Tageszeitung interessant und somit dann doch irgendwie zu einem nicht »ganz normalen Bürger« gemacht hat. Denn es wird auch herausgehoben, dass er sich vegan ernähre, ganz so, wie es auch »Formel-1-Weltmeister Lewis Hamilton« oder »die Weltklasse-Tennisspielerinnen Venus und Serena Williams« täten. Indes ist M., wie erwähnt, nicht nur kein Spitzensportler, sondern scheint das Laufen auch sonst gar nicht als Sport zu betreiben; jedenfalls werden im Artikel keine Wettkampfteilnahmen bzw. -ambitionen erwähnt; entscheidend sind das Jeden-Tag-Laufen und die vegane Ernährung. Warum aber macht M. das? Was ist seine Motivation? Und warum wird sein Fall von den Zeitungsmachenden als öffentlich relevant gesetzt, zumal es sich nicht etwa um eine kurze Randnotiz, sondern einen halbseitigen Artikel mitsamt mehreren Photographien handelt? Oder falls M. die Öffentlichkeit selbst gesucht hat: Warum hat er das gemacht und warum wurde wiederum entschieden, dass es sich bei seinem Fall um etwas Berichtenswertes handelt?

Wie sich im Artikel herausstellt, ist Karsten M. zunächst gar nicht zum Laufen, sondern zum Veganismus gekommen. Dies gleichwohl nicht aufgrund moralischer Überzeugungen in Bezug auf das Tierwohl, sondern schlicht, weil er »damals« abnehmen wollte. »Die Waage«, so wird er von der Journalistin, die den Artikel verfasst hat, zitiert, habe seinerzeit »102 Kilogramm angezeigt«. Seine Körpergröße wird allerdings nicht genannt, sodass man als Leser\*in die Zahl nicht relationieren kann. Sie soll wohl für sich sprechen, im Sinne von: es war sehr viel. Wichtig ist jedenfalls, dass als Anlass, etwas zu tun, nicht etwa eine medizinische Notwendigkeit angeführt wird, sondern eine Gefühlslage: M. habe sich »überhaupt nicht wohl gefühlt«. Es heißt nicht: »Ich bin irgendwann die Treppe nicht mehr hoch gekommen« oder »Mein Arzt sagte, wenn ich so weiter mache, habe ich noch zwei Jahre«. Damit liegt es nahe, dass es von vornherein um mehr ging als um bloßes Abnehmen. Dazu passt denn auch, dass es um abzunehmen, keiner Umstellung auf eine vegetarische oder gar vegane Ernährung bedarf. Ginge es lediglich darum, dann könnte es unter Umständen schon ausreichen, sich lediglich etwas mehr zu bewegen. Und sollte tatsächlich eine Ernährungsanpassung notwendig sein, dann ließe sich diese auch ohne weiteres nicht-vegan bzw. nicht-vegetarisch realisieren. Was aber freilich noch viel mehr ins Auge sticht: Schon gar nicht bedarf es dafür eines derart hohen Laufpensums und eines derart rigiden Selbstunterwerfungsprogramms, wie es sich M. selbst auferlegt hat. Um das zu wissen oder zumindest als erklärungsbedürftig einzustufen, muss man kein Ernährungsexperte bzw. keine Ernährungsexpertin sein. Umso erstaunlicher ist es, dass die von M. angegebenen Motive im Artikel überhaupt nicht problematisiert werden und stattdessen eine Selbstermächtigungsgeschichte erzählt wird: »Aus dem ehemals übergewichtigen« M., der »früher eigentlich nie Sport gemacht« habe und »alles aß«, sei ein »Streakrunner«, soll

heißen: Hochleistungsathlet und -asket geworden, was es für die Journalistin wohl gerechtfertigt erscheinen lässt, ihn auf eine Stufe mit Weltklassemportler\*innen zu stellen. Dabei ist er einfach nur jemand, der jeden Tag läuft, ja, der sich jeden Tag lediglich zum Laufen *zwingt*. Im Artikel allerdings wird genau das positiv herausgehoben: M. läuft »noch vor der Arbeit«, »egal, ob Sommer oder Winter, Regen oder Schnee«. Soll heißen: Er ist besonders »hart und zäh«. Und diese Härte, die Härte gegen sich selbst, erscheint nicht als etwas Problematisches bzw. Erklärungsbedürftiges, sondern wird im Artikel als Ausweis einer außergewöhnlichen Leistungsbereitschaft und -fähigkeit gewürdigt. Statt einer Problematisierung findet eine Heroisierung statt. Dazu passt schließlich auch, dass das Ganze wie selbstverständlich als »Sport« verhandelt wird; es sind eben nicht zufällig echte Sportler\*innen, die als Vergleichsmaßstab herangezogen werden; es sei, so der Duktus des Artikels, eben »nur« Sport, und M., der sein Leben »in die Hand genommen« habe, laufe bloß deshalb so viel, weil er »eine ziemlich gute Regenerationszeit« habe und das Laufen einfach nur liebe. Die Frage, warum jemand sich eigentlich »ohne Not« einem derartigen Regime – und um nichts anderes scheint es mir beim Streakrunning zu gehen, sofern doch der »Witz« genau darin besteht, es wie eine mönchische Askesse gleichsam ausnahmslos und sich selbst gegenüber unbeugsam und unerbittlich durchzuziehen – unterwirft, spielt hingegen keine Rolle. Wer »Sport« macht, so die latente Haltung, der steht sozusagen moralisch auf der richtigen Seite bzw. macht nichts, was es zu hinterfragen gälte.

Was zeigt das Beispiel? Das Beispiel zeigt, dass es in der Gegenwartsgesellschaft offenbar Tendenzen gibt, masochistisches Verhalten bzw. Verhalten, das zumindest auf eine masochistische Leistungsvorstellung abstellt, zu prämiieren. M., so jedenfalls mein Eindruck, scheint nicht etwa deshalb zu laufen, weil er gesund sein möchte, sondern weil es ihm darum geht, sich einem Programm, einem Regime zu unterwerfen; und er ernährt sich vegan nicht, weil er davon überzeugt ist, dass Tiere zu essen, moralisch verwerflich sei, sondern weil es ihm einen Lebensstil bzw. ein vorgefertigtes Lebensmodell bereitstellt, dem er sich subsumieren kann und dessen Kernlogik mit einer selbstzweckhaften Verzichtleistung, mit einem masochistischen Element verbunden zu sein scheint und das wie das Streakrunning vermutlich in einem Passungsverhältnis zu seiner Persönlichkeitsstruktur steht. Zugespitzt könnte man insofern sagen: M. »liebt« nicht das Laufen, wie im Artikel behauptet wird, sondern wohl eher die Unterwerfung. Jemand, dessen Ziel es wirklich wäre, einfach nur »ein paar Kilos« loszuwerden, hätte vielleicht auf das ein oder andere Nahrungsmittel verzichtet, hätte vielleicht seine Essensmenge reduziert oder würde sich mehr bewegen, aber er würde nicht sogleich damit anfangen, sich »rein pflanzlich« zu ernähren und wöchentlich bis zu 140 Kilometer zu laufen, würde kurzum nicht den Verzicht als solchen affirmieren und in den Mittelpunkt stellen. Deshalb würde ich auch in diesem Fall vermuten, und natürlich müsste dieser noch ausführlicher analysiert werden, dass auf der Ebene der latenten Mo-

tivationsstruktur M. eine Autonomie-Bewährungs-Problematik kompensiert und sowohl das Abnehmen wie auch die angedeutete Funktionalisierung des Laufens (es heißt im Artikel: er fühle sich »so viel jünger, wohler, fitter und leistungsfähiger«) Rationalisierungen eines tiefer sitzenden Problems darstellen.

Soziologisch entscheidend ist jedenfalls, dass all dies im Artikel, wie gesagt, verkannt und im Gegenteil als eine Autonomisierungs- und Selbstverwirklichungsgeschichte gerahmt wird. Der faktische Regress auf der Ebene von Autonomie und Bewährungspraxis wird in terms echter Selbstermächtigung und Bewährung gedeutet. Und die Selbstverständlichkeit, mit der dies geschieht und zu einem öffentlich relevanten Thema bestimmt wird, verweist darauf, dass es sich hier um ein gesellschaftlich etabliertes und recht verbreitetes Muster handelt. Und entsprechend findet sich dieses durchaus auch im Kontext anderer Freizeitpraktiken, die nichts oder zumindest nicht im engeren Sinne etwas mit Laufen zu tun haben. Da wären auf der einen Seite diverse Fitness- und Selbstoptimierungspraktiken, die vom sogenannten »Bootcamp« bis hin zur Meditation reichen. So handelt es sich etwa beim Bootcamp faktisch um ein Ganzkörper-Fitnesstraining, das unter Anleitung von Trainer\*innen in einer Gruppe und draußen absolviert wird. Die konkrete Bezeichnung »Bootcamp« weist allerdings deutlich über ein gewöhnliches Fitnesstraining hinaus. Denn Bootcamps kommen eigentlich aus dem Militär und werden insbesondere in den USA in der Soldatinnen- und Soldatenausbildung eingesetzt. Entscheidend ist dabei, dass es darum geht, den Willen der Rekruten und Rekrutinnen zu brechen; entsprechend werden sie nicht nur einem extensiven Fitnessprogramm sowie einem rigiden Tagesregime unterworfen, sondern auch äußerst harsch behandelt, das heißt: angeschrien, öffentlich gedemütigt, bloßgestellt, beleidigt usw. Letzteres findet sich nach allem, was ich darüber herausfinden konnte, bei Fitness-Bootcamps eigentlich weniger; aber es scheint einige Angebote zu geben, die suggerieren, dass man tatsächlich wählen kann, inwieweit man sich zumindest anbrüllen lässt. Meines Erachtens partizipieren Fitness-Bootcamps aber auch jenseits davon an der Logik des Masochistischen. Zum einen eben allein schon durch die Herkunft der Bezeichnung. Zum anderen dann aber auch durch die dahinter stehende Haltung: Der Fokus liegt eindeutig nicht bloß auf der Gesundheitserhaltung bzw. -herstellung, sondern auf einer selbstzweckhaften, umfassenden Erschöpfung der Teilnehmenden einerseits sowie einer selbstzweckhaften Disziplinierung andererseits. Auf vielen Bootcamp-Webseiten heißt es entsprechend, man würde dazu »motiviert«, endlich aus »seiner Komfortzone ausbrechen«, »stark zu bleiben« und »sauber zu essen« – entsprechende Kochbücher gibt es dazu. Kurzum: Faktisch dürfte es in solchen Fitness-Bootcamps zwar nicht so »hart« zu gehen, wie es mit der Bezeichnung anklingt; entscheidend ist jedoch, dass die selbstzweckhafte Härte gegen sich selbst hier grundsätzlich positiv konnotiert ist und mittlerweile viele Menschen sich dafür interessieren.

Auch die Meditation ist vor diesem Hintergrund eine interessante Praxis, und zwar vor allem deshalb, weil sie medial und subjektiv ebenfalls häufig unter ganz anderen Vorzeichen thematisiert wird, als es von ihrer objektiven Sinnstruktur her naheliegend erscheint. Praktiken wie »Achtsamkeit« oder »Mindfulness« werden dabei häufig in einem Atemzug genannt. Der Grundtenor ist dabei stets, dass es um eine Übung oder ein Training von Aufmerksamkeit und Bewusstsein gehe. In der Folge erhöhe sich die Konzentrationsfähigkeit, man nehme Dinge bewusster wahr, werde entspannter, glücklicher etc. In ähnlicher Weise werden in den religiös konnotierten Meditationspraktiken, aus denen sich ja auch die westlich-freizeitlichen Meditationsformen entwickelt haben, »Erleuchtung« und »Erkenntnis« als Ziele ausgegeben. Das Gemeinsame ist folglich die Annahme, dass der menschliche Geist durch die regelmäßige Meditation irgendwie vollkommener werde; dass die Meditierenden zu einem irgendwie besseren Verständnis von sich und der Welt gelangten; dass die Potenziale des menschlichen Geistes auf diese Weise irgendwie maximal ausgeschöpft werden könnten. Erst in der Meditation komme das Denken gleichsam zu sich selbst, während es ohne Meditation verwirrt und chaotisch verbleibe, so die Unterstellung.

Betrachtet man dies jedoch mit Distanz, so erscheinen solche Annahmen erklärungsbedürftig. So lässt allein schon die kulturhistorische Verbindung zu religiösen Meditationspraktiken – ähnlich wie im Falle des Bootcamps – masochistische Tendenzen erkennen; man bedenke etwa, dass Meditationen stets Teil monchischer Askesen sind, die nicht nur tagtäglich »geübt« werden müssen, sondern zum Teil sich gar über Stunden erstrecken und es auch darum geht, diese immer länger durchhalten zu können. Meditationen sind hier also dezidiert *asketische* Praktiken, die auch mit einem insgesamt asketischen Leben verbunden sind, was man nicht zuletzt auch an den typisch hageren, geradezu ausgezehrtten Gestalten sowie den dies akzentuierenden, kahl geschorenen Köpfen vieler religiös Meditierender sieht; die Ästhetik ist stets die einer unerbittlichen Härte gegen sich selbst. Entscheidend ist dabei, dass solche Askesen *außerweltlich* sind, also keinen praktischen Nutzen haben, denn gerade das macht sie der Struktur nach masochistisch.

Auch die säkularen Meditationspraktiken scheinen mir im Kern Askesen zu sein. Auch hier muss man sich darin üben, die Meditation überhaupt durchzuhalten, ohne den Fokus auf den Meditationsgegenstand, welcher zum Beispiel ein Gedanke oder eine Körperfunktion – klassischerweise die Atmung – sein kann, zu verlieren; und man muss die Disziplin aufbringen, sie regelmäßig, im Grunde täglich, zu praktizieren. Zugleich ist meines Erachtens auch die meditative Askese in sich zweckfrei: Es geht um ein Sich-Disziplinieren *jenseits* eines lebenspraktischen Zwecks. Denn entgegen den Selbstdeutungen Meditierender und den medialen Darstellungen der Meditation, man könnte beim Meditieren über bestimmte Sachverhalte bzw. Gegenstände irgendwie besser nachdenken, würde ich argumentieren, dass sich das doch genauso gut auch ohne die Meditation tun ließe;

jedenfalls ist Meditieren keine Voraussetzung für klares, systematisches Denken bzw. für Erkenntnis. Anderenfalls müsste man annehmen, dass etwa Wissenschaft oder die Reflexion des eigenen Lebens ohne Meditation nicht möglich wären bzw. nicht besonders gut praktiziert werden könnten. Ich würde daher nachgerade umgekehrt argumentieren und so weit gehen, zu sagen, dass es beim Meditieren – ähnlich wie beim Marathon – viel eher darum geht, die autonomen Ich-Anteile auszuschalten bzw. zu unterdrücken zu lernen. Wenn es etwa gilt, sich nur auf die Atemzüge zu konzentrieren, dann besteht die Übung ja genau darin, jegliches Denken abzustellen. Daher liegen auch hier meines Erachtens Kompensationsmechanismen nahe, auch wenn man vielleicht die verschiedenen Meditationsformen für sich differenzierter betrachten müsste. Nicht zufällig jedenfalls hat Herr Greipel im Interview ebenfalls erwähnt, dass er nicht nur laufe, sondern auch *im Büro meditiere*. Es scheint eben auch eine Praxis zu sein, die zumindest gut dazu geeignet ist, sich als »großer Geist« zu inszenieren, der dem Gestus nach durch Meditation auf die kompliziertesten Probleme – praktische wie existenzielle – eine Lösung finden könne und seine geistigen Vorgänge vollständig unter Kontrolle habe; auch hier scheint Autonomie also letztlich mit Kontrolle bzw. Selbstdisziplin gleichgesetzt. Greta Wagner (2015) spricht in diesem Zusammenhang passend vom »buddhistische[n] Geist des Kapitalismus«.

Man kann nun noch eine ganze Reihe an weiteren körperlichen und/oder geistigen Selbstoptimierungs- und Fitnesspraktiken aufzählen, die ebenfalls auf selbstzweckhafte Selbstkontrolle bzw. -unterwerfung abstellen – vom sogenannten »Selftracking« bzw. »Lifelogging«, bei dem es um eine umfassende Vermessung und Überwachung insbesondere des Körpers mithilfe von Fitnessarmbändern und ähnlichen Gerätschaften geht (vgl. dazu Selke 2014), über diverse Ernährungsaktesen bis hin zum Extremwandern oder Extremradfahren. Doch masochistische Tendenzen zeigen sich auch in nicht oder weniger fitness- bzw. körperzentrierten Praktiken. Ich will hier nur exemplarisch in knapper Weise auf die »Minimalismus«-Szene und sogenannte »Challenges« eingehen.<sup>4</sup>

Beim Minimalismus handelt es sich um einen ganzen Lebensstil, der im Kern darauf ausgerichtet ist, »sich«, wie es in diesem Milieu bezeichnenderweise häufig heißt, tendenziell in allen Lebensbereichen zu »reduzieren« – vom Konsum bis zur Arbeitszeit. Das Grundthema ist also auch hier *Verzicht*. Man lebt in kleinen Häusern (»tiny houses«), versorgt sich – zumindest dem Anspruch nach – selbst und reduziert die Erwerbsarbeitszeit auf ein Minimum. Neben Konsum- und Kapitalismuskritik wird der Wert der Autonomie entsprechend stark betont. Gleichwohl ist die Selbstzügelung auch hier deutlich überschießend, das heißt: sie geht klar über

4 Aber auch das Prahlen mit überlangen Arbeitszeiten, wie es auch in den hier analysierten Fällen – bei Herrn Greipel und Gerken – zum Ausdruck kam, gehört beispielsweise in diese Kategorie.



das Lebenspraktische hinaus. Niemand muss zur Selbstversorgung zurückkehren, um Kritik an ›der Konsumgesellschaft‹ zu üben bzw. möglichst nachhaltig zu konsumieren. Ja, es erschiene weitaus sinnvoller, sich politisch etwa für eine Veränderung der Produktionsverhältnisse zu engagieren, die ja von *allgemeiner Reichweite* wären. Entsprechend haben diese Praktiken immer auch etwas, wenn man so will, Einsiedlerisches an sich. Und ebenso wenig muss man in einem Mini-Haus wohnen, um Ressourcen zu schonen, denn es könnte ja schon reichen, nicht übermäßig viel Wohnfläche zu verbrauchen. Und auch hier könnte man sich grundsätzlich politisch für die Schaffung von mehr nachhaltigem Wohnraum einsetzen. Der Trend, in Mini-Häusern zu leben, entspringt meines Erachtens also weniger der Intention der Schaffung grundsätzlich vernünftiger Wohnverhältnisse als vielmehr dem latenten Bedürfnis nach Selbstzügelung. Mit anderen Worten: Die Verzichtseleistungen der Minimalistinnen und Minimalisten – der Name ist gleichsam Programm – sind ebenfalls selbstläufig, haben einen Wert in sich selbst und damit vor allem die Funktion, Kontrolle herzustellen; es geht um Schließung von Zukunft und damit letztlich um den Versuch, das Bewährungsproblem stillzustellen. Damit jedoch wird es erneut strukturell masochistisch: Gefochten wird im Grunde ein Kampf gegen sich selbst. Entsprechend tendiert auch das äußere Erscheinungsbild von minimalistisch Lebender typischerweise zum Hageren, Dürren, Ausgezehrten; dies ein Ausweis des Erfolgs der individuellen Verzichtseleistungen, und dafür bekommt man heute Anerkennung, und zwar durchaus nicht nur innerhalb des Minimalismus-Milieus.

Auch die angesprochenen »Challenges« verweisen meines Erachtens auf eine positive Konnotation bzw. Prämierung masochistischen Verhaltens. Gemeint sind damit ebenfalls Disziplinierungs- und Verzichtspraktiken, die recht unterschiedliche Inhalte haben können. Dabei geht es nicht um so etwas wie punktuelle Mutproben, sondern um zeitlich ausgedehntere Askesen. Das kann von wochen- oder monatelangem Verzicht auf Alkohol, Zucker oder andere Lebens- bzw. Genussmittel reichen (bekannt ist hier seit einiger Zeit etwa der sogenannte »dry january« oder der »sober october«, Challenges, bei denen es offenkundig darum geht, in den jeweiligen Monaten keinen Alkohol zu trinken) bis hin zu Challenges wie »jeden Tag 20.000 Schritte gehen« oder »jeden Tag einen Text oder einen Song schreiben«. Es gibt aber auch Challenges, die prinzipiell ins Offene, also ohne zeitliche Begrenzungen angegangen werden. Im Grunde ist daher auch das Streakrunning eine Art Challenge. Entscheidend ist jedenfalls, dass die Verichts- und Disziplinierungsleistungen auch hier selbstläufig sind: Zentral ist die Selbstüberwindung, die Überwindung des »inneren Schweinehundes«, der Ausbruch aus der »Komfortzone« etc. Daher ist mit den jeweiligen Aktivitäten kein hoher Qualitätsanspruch verbunden; es geht nicht wirklich um eine Sache, sondern bloß darum, eine eigentlich unliebsame Aktivität über einen längeren Zeitraum durchzuhalten, sich einem Programm zu unterwerfen und sich dafür ›auf die Schulter zu klopfen‹ – und ›klopfen‹ zu lassen.

Ob der Text oder der Song auch gut ist, ist nicht wichtig; wichtig ist, dass man sich dazu diszipliniert, jeden Tag einen Text oder einen Song zu schreiben. Und ebenso geht es beim »dry january« bzw. »sober october« nicht um Gesundheit. Denn dazu würde es ja ausreichen, Alkohol in Maßen zu sich zu nehmen, das heißt: man müsste nicht gänzlich darauf verzichten. Genau darin besteht aber eben die Challenge. Bei den Challenges scheint es also immer um zweckfreie Selbstunterwerfung zu gehen, das ist etwas, das in diesen Kontexten grundsätzlich als positiv gilt.

Freilich müssten die hier thematisierten Praktiken noch ausführlicher in ihrer je spezifischen Sinnstruktur analysiert werden. Gleichwohl geben sie nach meinem Eindruck adäquate Exempel dafür ab, dass masochistische Tendenzen auch jenseits des Marathonlaufs in der Gegenwartsgesellschaft sich zeigen und selbstzweckhaftes (selbst-)unterwerferisches Verhalten etwas ist, was nicht wie vor einigen Jahrzehnten noch auf völliges Unverständnis und Skepsis stößt, sondern umgekehrt positive Resonanz bzw. Anerkennung evoziert. Heutzutage scheint es in den westlichen Gesellschaften immer ›irgendwie gut‹ zu sein, aus seiner »Komfortzone ausubrechen«, seinen »inneren Schweinehund« zu bekämpfen, »seine Grenzen« bzw. »sich selbst zu überwinden«, kurz: sich einem selbstläufigen, asketischen Programm zu unterwerfen und damit letztlich zu leiden. Gleichzeitig wird genau das subjektiv und medial als Ausweis besonderer Autonomiefähigkeit verstanden: Wer sich in herausgehobener Weise disziplinieren kann, und zwar unabhängig davon, inwieweit die Disziplinierung einem lebenspraktischen Nutzen dient bzw. zu etwas wirklich Neuem führt, gilt heute wie selbstverständlich als besonders leistungsfähig, zielstrebig, rational usw. Insofern haben wir es hier meiner Ansicht nach mit einem paradoxen sozialen Phänomen, genauer: mit einem paradoxen *Bewährungstypus* zu tun, den ich als *regressiv-modern* bezeichnen möchte. Der Regress besteht darin, dass auf das Bewährungsproblem mit zweckfreien Unterwerfungsleistungen geantwortet wird, was de facto auf den freilich vergeblichen Versuch hinausläuft, sich dem Bewährungsproblem zu entziehen. Denn die Bewährungsbemühungen verbleiben am Ende *kompensativ*, und die Bewährungsmedien verbleiben Surrogate. Modern hingegen ist dieser Typus insofern, als dass die zweckfreie Unterwerfung dabei als *autonome* Leistung aufgefasst und zugerechnet und so entsprechend auf eine genuin moderne Wertorientierung rekurriert wird.

Dass dieser Bewährungstypus etwas Charakteristisches an der Gegenwartsgesellschaft bzw. dem gegenwärtigen Zeitgeist erfasst, wird auch dadurch nahegelegt, dass es sich nach meinem Eindruck um ein generationsübergreifendes Muster handelt. Dies indizieren zum einen schon die hier analysierten Fälle: So war Peter Gerken zum Zeitpunkt des Interviews (2016) 35 Jahre alt; seine Adoleszenzphase hatte er damit in den 1990er Jahren. Dagegen durchlebte Thomas Greipel – zum Interviewzeitpunkt 45 Jahre alt – seine Jugendzeit in den 1980ern; und Herr Baumann – 41 Jahre alt beim Interview – wiederum Ende der 1980er bzw. Anfang der 1990er. Zum anderen zeigen sich nach meinem Eindruck aber auch bei den heute Jugendlichen

bzw. jungen Erwachsenen, die im Grunde Kinder der hier Interviewten sein könnten, gewisse Tendenzen, die darauf hindeuten, dass sie masochistischem Verhalten grundsätzlich positiv gegenüberstehen. Zwar wird medial gegenwärtig ein Bild der Jugend gezeichnet, demnach sie eher hedonistisch orientiert sei, sich selbstverwirklichen möchte und Freizeit wichtiger als Arbeit ansehe. Allerdings legt schon die Shell-Jugendstudie (2019) nahe, dass dies differenzierter betrachtet werden muss. Denn auch wenn die sogenannte Work-Life-Balance als wichtig eingestuft wird, so bleiben doch Werte wie Leistung und Arbeit immer noch sehr relevant: Für 93 % der Befragten zum Beispiel sei ein »sicherer Arbeitsplatz« wichtig, für 88 % zumindest das »Gefühl, etwas zu leisten« (vgl. ebd.). Jenseits davon finden sich unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus meiner Sicht aber auch konkrete Anzeichen für die Prämierung strukturell masochistischen Verhaltens.

So beobachte ich seit etwa zwei bis drei Jahren das Aufkommen von YouTube-Videos, die von rund 20- bis 30-Jährigen gemacht werden und in denen die Protagonisten (tatsächlich eher Männer) versuchen, einen »Marathon ohne Training« zu schaffen, eine extrem lange Wanderung durchzuhalten oder an einem Tag 70 Kilometer zu laufen, zwei Stunden Rennrad zu fahren und danach noch ins Fitnessstudio zu gehen. Sicherlich stehen bei vielen Videos auch kommerzielle Interessen dahinter. Entscheidend ist jedoch, dass dabei unterstellt wird, dass zweckfreies Leiden – denn all das wird ohne Wettkampfab sicht bzw. die Intention, professionell Sport zu betreiben, unternommen – rundum positiv konnotiert ist und solche Aktivitäten nunmehr eben auch von jungen Menschen betrieben und honoriert werden. Das bereits zitierte Selbstoptimierungs- und Unterwerfungsvokabular wie die Rede vom Verlassen der Komfortzone, von der Überwindung von Grenzen oder auch – was ich noch nicht erwähnt habe – der Erreichung von »Zielen« als Selbstzweck wird dabei auch hier häufig bemüht. Und nicht zuletzt handelt es sich dabei um Videos bzw. YouTube-Kanäle, die Millionen von Zuschauenden erreichen, die die diese Videos dann auch kaum kritisch kommentieren, sondern vielmehr mit Lob und Anerkennung förmlich überschütten. Ausdrücke wie »Durchhaltevermögen«, »durchziehen« oder »motivierend« sind dabei prävalent. Besonders interessant finde ich dabei den Aspekt, dass versucht wird – zumindest wird in den entsprechenden Videos unterstellt, es sei so –, einen Marathon »ohne Training« zu bewältigen. Denn darin drückt sich einerseits eben ein klares Bekenntnis zur Leistungsethik der Erleidens aus – und zwar mehr noch als beim nicht-sportlichen Marathonlauf, für den ja in der Regel immerhin noch trainiert wird –, nach dem Motto: Marathon *mit* Training kann jede(r). Im Grunde wird damit die Bewährungsprobe intensiviert. Andererseits kommt darin aber auch ein Inszenierungsbedürfnis zum Ausdruck: Offenbar geht es nicht darum, Marathonlaufende(r) zu werden, sondern es bloß einmal zu schaffen und öffentlich darzustellen. Und die Veröffentlichung qua YouTube ersetzt gleichsam die Wettkampfteilnahme, wobei die Laufristanz mittels einer App gemessen und dokumentiert wird. Es gibt allerdings auch Videos, in denen der »Ma-

rathon ohne Training« tatsächlich im Rahmen eines offiziellen Wettkampfs gelaufen wird.

Freilich sind dies viel eher ›impressionistische‹ Beobachtungen und Notizen als ›handfeste‹ Analysen. Ich denke jedoch, dass sich die Tendenz zur Prämierung masochistischen bzw. unterwerferischen Verhaltens darin recht deutlich abzeichnet. Das zeigt sich nicht zuletzt auch darin, dass Fitnesspraktiken, und zwar multiple Fitnesspraktiken, die über gesundheitsbezogene Funktionen hinausgehen, bei Jugendlichen respektive jungen Erwachsenen heute grundsätzlich sich normalisiert zu haben scheinen. So konstatieren Bindel und Theis (2020) etwa, dass Fitness ein »restriktiv-totaler Lebensstil« sei (ebd.: 10), der, so muss man ergänzen, eben zweckfrei ist. Eine Mitgliedschaft im Fitnessstudio, regelmäßiges Joggen, das über das rein Gesundheitliche hinausgeht und eine fitnessorientierte Ernährung scheinen heute wie selbstverständlich zum Standardprogramm der Selbstoptimierung zu gehören, und das auch dann, wenn gleichzeitig bereits ohnehin Wettkampfsport betrieben wird; parallel wird dann noch meditiert, und zwischendurch werden HIIT-Workouts (= »hochintensives Intervalltraining«) absolviert. Gearbeitet oder studiert wird zudem im Stehen an höhenverstellbaren Schreibtischen. Auch ›Urlaubs-‹praktiken wie etwa ausgedehnte Radreisen oder, wie es im einschlägigen Milieujargon heißt: »Bikepacking-Touren«, bei denen es nicht darum geht, täglich nur wenige Kilometer zu fahren und sich auf das Naturerlebnis und das Miteinander zu fokussieren, sondern darum, sogleich 80, 100 oder noch mehr Kilometer am Tag ›runterzureißen‹, zählen dazu. Und schließlich werden solche Praktiken häufig wie selbstverständlich auch von einer optimierten Ernährung begleitet, die typischerweise mit einer rigiden Selbstüberwachung qua Apps und Fitnesstracker einhergeht. War die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln wie Proteindrinks, Vitaminen, hochkalorischen Getränken und Riegeln usw. noch vor wenigen Jahrzehnten etwas, dass nur Extremsportler\*innen und Astronaut\*innen vorbehalten war, und das wohl gemerkt aus dezidiert praktischer Notwendigkeit, so scheint dies heute nunmehr auch im Freizeitbereich und gerade bei Jüngeren ›gang und gäbe‹ zu sein (vgl. dazu wiederum Bindel/Theis 2020) – nunmehr allerdings ohne erkennbaren praktischen Grund. Interessant scheint mir im Kontext von Jugend letztlich auch zu sein, inwiefern jener »restriktiv-totale Lebensstil« (ebd.) möglicherweise ebenfalls auf Autonomie-Bewährungs-Problematiken bezogen ist, sofern diese ja gerade in der Adoleszenz gleichsam akut werden und bearbeitet werden müssen. Das ist unter anderem etwas, das bei Bindel und Theis unterbelichtet bleibt, die zwar von Fitness als einem »Identitätsprojekt« (ebd.: 8) Jugendlicher sprechen, dies jedoch nicht mit dem Thema Bewährung und nicht zuletzt eben auch nicht mit dem Thema der Kompensation von Bewährung koppeln.

Abschließend möchte ich noch etwas betonen, was an einigen Stellen in dieser Arbeit bereits angedeutet wurde: Mir scheint, dass sich im Bereich der freizeithlichen, ausdauerbezogenen Bewegungskultur insgesamt auch eine Tendenz zum

Extremen abzeichnet, was, wie gesagt, gut mit der Logik der Bewährung durch Unterwerfung und der Kompensation einer Autonomie-Bewährungs-Problematik korrespondiert: Aufgrund von Adaption kann die Bewährungsprobe nur durch Extremisierung der Bewährungsbedingungen als solche reproduziert werden. Davon zeugt nicht nur das oben bereits thematisierte Streakrunning, sondern etwa auch die Entwicklung im Bereich des Ultramarathonlaufens und auch des Triathlons. So hat das Ultramarathonlaufen in den letzten Jahren enormen Teilnehmendenzuwachs erfahren und ist in der Alltagswahrnehmung mittlerweile ebenfalls positiv besetzt. Dass Menschen Strecken um die 100 Kilometer und weit darüber hinaus laufen, sorgt heute nicht etwa für Unverständnis, sondern wird im Gegenteil positiv sanktioniert. Ein gutes Beispiel dafür ist ein ›Klassiker‹ unter den Ultramarathonwettbewerben: der »Ultra-Trail du Mont-Blanc« (UTMB). Dieser Wettkampf findet jährlich in Chamonix statt und verläuft rund um das Mont-Blanc-Massiv. Die Laufstrecke beträgt knapp 172 Kilometer, für die die Teilnehmenden in etwa zwischen 24 (Profis) und 46,5 Stunden (dies ist das Zeitlimit) benötigen. Wurden dabei im Erstaustragungsjahr 2003 noch 700 Teilnehmende verzeichnet, so waren es in 2014 7.000 Startende (beworben hatten sich doppelt so viele).<sup>5</sup> Und aufgrund der stark gestiegenen Nachfrage gibt es seit 2007 sogar ein Qualifikationssystem und seit 2009 zusätzlich ein Losverfahren, um die Vergabe der begrenzten Startplätze zu regulieren. Der UTMB ist demnach zu einem Prestigewettkampf geworden, der nicht etwa abschreckt, sondern anzieht und medial auch aufwendig inszeniert wird. Zudem zeigt sich daran, dass selbst innerhalb der bereits extremen Ultramarathonszene der Trend zum noch Extremeren geht – zu Bergrennen nämlich (vgl. dazu Finn 2020).

Eine ähnliche ›Normalisierung‹ zeigt sich auch im Bereich des Triathlons, der in Gestalt des Ironmans, der längsten Disziplin im Triathlon, ja ohnehin schon extremer als Marathon ist. Die alljährlich ausgetragene Ironman-Weltmeisterschaft wird mittlerweile wie selbstverständlich im öffentlich-rechtlichen Fernsehen übertragen; sie ist ein ›Thema‹ in der Tagesschau. Und wenn ein Tagesschausprecher beim selbigen Ironman-Wettkampf als Amateur mitmacht, dann wird dies ebenfalls als berichtenswert eingestuft. Indes hat sich zwischen 2010 und 2020 nicht nur die Mitgliederzahl in den Triathlonvereinen mehr als verdoppelt;<sup>6</sup> vielmehr geht der Trend auch hier in Richtung der Überwindung der klassischen Langdistanz und hin zu Ultrawettbewerben, die dann auch in sich immer extremer werden und wie das Ultramarathonlaufen in der Öffentlichkeit auf positive Resonanz stoßen. Ich will nur ein letztes Beispiel anführen.

5 Vgl. online unter: <https://www.trailrunning.de/meldungen/ultra-trail-du-mont-blanc-utmb/die-ersten-sieger-stehen-fest/4597>, [Letzter Zugriff: 17.11.2020].

6 Vgl. online unter: <https://www.dtu-info.de/triathlon-in-zahlen.html>, [Letzter Zugriff: 19.11.2020].

Vor rund vier Jahren begegnete mir ein Interview mit einem Freizeittriathleten, der buchstäblich vor seiner Haustür einen 30-fachen Ironman an 45 Tagen absolviert hat, womit er einen Guinnessbuch-Rekord aufstellte.<sup>7</sup> Zwar ging es dabei um einen offiziellen Rekordversuch, gleichwohl ist Dirk Leonhardt eben kein Profi, sondern in seinem normalen Leben Beamter bei der Bundesbank; seine Leistungen bei Triathlon- und Laufwettbewerben bewegen sich ansonsten auf einem durchschnittlichen Niveau. Erstaunlich fand ich jedenfalls, dass Leonhardts Rekordversuch eine breite mediale Resonanz ausgelöst hatte, die durchweg positiv und bewundernd war. Gar die Tagesschau und die Deutsche Presseagentur berichteten, während die Bürgermeisterin seiner Heimatstadt es sich nicht nehmen ließ, Leonhardt ein Stück weit laufend zu begleiten. Noch vor wenigen Jahrzehnten wäre so etwas wohl eher unwahrscheinlich gewesen; jedenfalls könnte man sich gut vorstellen, dass die entsprechende Berichterstattung doch eher kritisch ausgefallen und von Unverständnis gekennzeichnet gewesen wäre – zumal Leonhardt während seines Unterfangens, für das er seinen Jahresurlaub opferte, aufgrund von Übermüdung gar in ein parkendes Auto fuhr, sich dabei verletzte und auch sonst nur äußerst lädiert es ins ›Ziel‹ schaffte. Für die Hessenschau etwa stellte dies in der Nachbetrachtung jedenfalls keinen Anlass zur Kritik dar, wo es hieß:

»Am Samstag folgte dann der Zieleinlauf vor der Haustür in Bruchköbel – auf blutigen Füßen. So sehr hatte sich Leonhardt geschunden. Auf der Laufstrecke plagten ihn eine Knochenhautentzündung, Fersenprobleme und zwei blutige Fußsohlen, die von Blasen übersät waren. Joggen war so nicht mehr möglich. Aber wo ein Wille, da ein Weg: Ins Ziel spazierte Leonhardt einfach. Auf die Zeit kam's beim Weltrekord ja nicht an.«<sup>8</sup>

Zwar wird das Schinden durchaus gesehen, doch problematisiert wird es letztlich nicht. Vielmehr scheint es doch so, dass die Aufzählung der Blessuren der Heroisierung Leonhardts dient, der, faktisch durch *ernsthafte Verletzungen* beeinträchtigt, dann eben als ›einfach willensstark‹ dargestellt wird. Und so verwundert es nicht, dass Leonhardt ein Jahr später bereits das nächste extreme Ziel vor Augen hatte: einen Weltrekord im Treppensteigen. Das heißt konkret: 31 Stunden und 31 Minuten ohne Pause ein und dieselbe Treppe hoch und runter laufen. »Es gebe im Grunde nichts Langweiligeres als Treppensteigen«, wird Leonhardt in der Frankfurter All-

7 Das Interview wurde am 03.09.2020 auf der Webseite [www.triathlon-szene.de](http://www.triathlon-szene.de) ausgestrahlt und findet sich hier: <https://tv.triathlon-szene.de/Filmarchiv.html>, [Letzter Zugriff: 19.11.2020].

8 Vgl. online unter: <https://www.hessenschau.de/sport/mehr-sport/ultra-triathlet-dirk-leonhardt-auf-blutigen-fuessen-zum-weltrekord,ultra-triathlet-100.html>, [Letzter Zugriff: 20.11.2020].

gemeinen Zeitung zitiert; es sei zugleich »hardcore und ultralangweilig«. <sup>9</sup> Es sei, so Leonhardt weiter, generell »das Schöne am Ausdauersport«, dass man »nicht so viel trainieren [müsse] wie bei einem Wettkampf«; es ginge vielmehr darum, »so lange wie möglich durchzuhalten.« Mit anderen Worten: Man muss nicht trainieren, um sich quälen zu können, und genau darin scheint der Reiz solcher Aktivitäten für Leonhardt zu bestehen. Entsprechend möchte er auch seinen »inneren Schweinehund« überwinden; der Extremsport sei für ihn gar eine ganze »Lebensphilosophie« und das Weitermachen trotz Schmerzen ein »mentaler Trick«, den er nicht nur im Extremsport anwende. Die Frage des FAZ-Reporters, ob er ein »Süchtiger« oder »Dopamin-Junkie« sei, mag er schließlich nicht verneinen, wirft aber ein: Es wäre für ihn eher, als wäre er »süchtig nach Schokolade«. So kann sich die masochistische Lust an der Unterwerfung auch ausdrücken.

Es gibt mittlerweile nahezu unzählige Beispiele für Menschen, die ähnlich extreme oder noch extremere Läufe, Radtouren, Schwimmstrecken, Bergbesteigungen usw. durchführen und zu denen eben immer mehr auch junge Erwachsene bzw. Jugendliche zu gehören scheinen. <sup>10</sup> Entscheidend ist immer, dass es an die Substanz gehen muss und dass die jeweiligen Aktivitäten in sich zweckfrei sind. Viele von ihnen haben daraus ein Geschäft gemacht; sie publizieren Bücher und Filme über ihre Leidensunternehmungen, drehen YouTube-Videos und, was auch sehr interessant ist, halten Vorträge als sogenannte »Speaker«, und zwar anscheinend insbesondere vor Unternehmensführungen und -belegschaften, womit sie sich ein ordentliches Einkommen verdienen. Die »Spur« führt uns also wieder zurück zu den Strukturen der modernen Arbeitswelt: Sich in einer extremen Weise selbst auszubeuten, ist etwas, das dort auf Anerkennung stößt und worauf die unternehmerischen Motivierungspraktiken abzielen scheinen, wobei die Selbstunterwerfung eben in schier unbändige Autonomie umgedeutet wird; heroisiert und belohnt werden anscheinend weniger die tatsächlichen Neuerer, sondern eher diejenigen, die die größte Leidensfähigkeit an den Tag legen.

#### 4.3 Für eine rekonstruktive Sportsoziologie

Zu Beginn dieser Arbeit habe ich für eine grundsätzlich rekonstruktive Herangehensweise in der Sportsoziologie plädiert und mich damit vor allem in Opposition zu merkmals-theoretisch argumentierenden Ansätzen gestellt, die meines

9 Vgl. online unter: <https://www.faz.net/aktuell/rhein-main/die-qual-ist-das-ziel-hesse-plant-rekord-im-treppensteigen-17230396.html>, [Letzter Zugriff: 27.02.2024].

10 Vgl. zum Beispiel den Fall von Savas Coban (31 Jahre alt), der in 2022 alleine innerhalb von 87 Tagen durch ganz Peru lief und dabei jeden Tag einen Ultramarathon absolvierte (ca. 60 Km). Vgl. online unter: [https://www.ndr.de/sport/mehr\\_sport/Ultralauefer-Savas-Coban-In-87-Tagen-einmal-durch-ganz-Peru,extremsport110.html](https://www.ndr.de/sport/mehr_sport/Ultralauefer-Savas-Coban-In-87-Tagen-einmal-durch-ganz-Peru,extremsport110.html), [Letzter Zugriff: 04.03.2024].



Erachtens nicht nur den strukturlogischen Zusammenhang der Merkmale unterbestimmt lassen, sondern in der Regel – und als Konsequenz daraus – einen »somatischen Fehlschluss« (Werron 2010) begehen. Zum anderen habe ich aber auch die praxeologisch bzw. praxistheoretisch orientierten Ansätze kritisiert. Denn aufgrund des hohen Stellenwerts, den die Materialität sozialer Praktiken hier einnimmt, unterläuft auch diesen häufig eine somatische Reduktion. Zudem fehlt diesen Ansätzen ausgerechnet ein gegenstandsangemessener Praxisbegriff, weil ihnen letztlich ein Regel-, Sinn- und Strukturbegriff fehlt. In der Folge ergeben sich fehlgeleitete Gegenstandsbestimmungen, die auf fehlgeleiteten Vorannahmen beruhen, die als solche innerhalb der Sportsoziologie kaum in den Blick genommen werden (eine Ausnahme stellt die Studie von Werron dar). Was Sport ist bzw. was sportliche Praxis strukturell kennzeichnet, ist damit bislang eher *axiomatisch* gesetzt als mit Bezug auf Regelwissen *rekonstruiert* worden, mit der Konsequenz, dass es zu einer, wenn man so will, Aufweichung des Sportbegriffs gekommen ist, was die Gefahr eines Gegenstandsverlusts impliziert. Und so scheint die Frage nach den Struktureigenschaften sportlicher Praxis in der gegenwärtigen Sportsoziologie ein Stück weit »müßig« geworden zu sein, sofern diese nämlich in den letzten Jahren immer mehr dazu tendiert ist, *weite* Sportdefinitionen zu bemühen, die, überspitzt gesagt, allinklusiv sind und deren kleinster gemeinsamer Nenner in jenem Merkmal einer besonderen körperlichen Anstrengung bzw. Fertigkeit sich zu erschöpfen scheint. Dieses Merkmal fungiert gegenwärtig als wichtigster Indikator für die Einstufung einer Praxis als Sport bzw. Nicht-Sport.

In dieser Arbeit wurde anders vorgegangen und wurde ein anderer, wenn man so will, *enger* Sportbegriff entwickelt, der nicht Ergebnis einer axiomatischen Setzung, sondern einer hermeneutischen Rekonstruktion ist. Wichtig ist hierbei, dass dieser enge Begriff eben *nicht* eine Einschränkung der sportsoziologischen Forschung bedeutet. Vielmehr ist es so, dass er eine gegenstandsangemessene Sportsoziologie überhaupt erst ermöglicht, indem er zu einer möglichst präzisen Bestimmung *auch und gerade nicht-sportlicher Praktiken* zwingt, sodass diese nicht länger einfach unter einen weiten Sportbegriff subsumiert werden können, sondern in ihrer spezifischen Sinnstruktur erst aufgeschlossen werden müssen. Es ist vor diesem Hintergrund schon naheliegend, die Sportsoziologie mit der Körpersoziologie zu verzahnen; dies gleichwohl eben nicht in dem Sinne, dass beide Disziplinen denselben Gegenstand »teilen«, sondern umgekehrt: die Verzahnung muss auf dem Ziel beruhen, auf beiden Seiten eine Schärfung der Gegenstandsbestimmung zu erreichen, und zwar dergestalt, dass eine Präzisierung der Struktureigenschaften des Gegenstands »Sport« zugleich eben auch eine Präzisierung des Gegenstands »Körper« und vice versa ermöglicht. Mit anderen Worten: Man muss in den Blick nehmen, dass man es mit zwei strukturell verschiedenen Praxiszusammenhängen bzw. Gegenständen zu tun hat: mit einer genuin *sportlichen* Praxis, die auf den öffentlichen, wettkampfförmigen Leistungsvergleich ausgerichtet ist einerseits sowie andererseits mit Prakti-

ken, die man – zunächst recht allgemein – als *bewegungs- bzw. körperkulturell* kennzeichnen könnte. Folglich müsste bei neu emergierenden Freizeitpraktiken immer erst geprüft werden, inwieweit sie der genuin sportlichen Strukturlogik folgen oder der Bewegungs- und Körperkultur zuzuordnen sind. Freilich müsste man in Bezug auf letztere dann noch genauer unterscheiden, um welche spezifische Praxis es sich jeweils handelt: Geht es um Selbstoptimierung? Geht es um Gesundheit? Geht es – falls es so etwas gibt – um Bewegungs- und Körpererfahrung? Oder geht es um Spiel? Entscheidend ist aber letztlich, dass die jeweilige Praxis nun tatsächlich in ihrer Eigenlogik bestimmt werden müsste und nicht einfach von vornherein als ›irgendwie sportlich‹ klassifiziert werden könnte.

Damit ist ein großes Weiterentwicklungsbzw. Kritikpotenzial für die Sportsoziologie verbunden. Denn von hier aus lassen sich, wie in Kapitel 4.1. bereits angesprochen, gerade auch diejenigen Sporttheorien kritisieren, die dem eigenen Anspruch nach gesellschaftskritisch zu argumentieren beabsichtigen. So ist es, wie in Kapitel 2.4 beschrieben, aus der Perspektive der Kritischen Sporttheorie eben der *Sport*, der gleichsam immer schon ökonomisch vereinnahmt sei und soziale Machtverhältnisse reproduziere. Echte Freiheitspotenziale berge hingegen nur der »Nicht-Leistungssport« (Rigauer 1969), sofern nur er zweckfrei sowie lust- und spaßgeleitet sei usf. Von den hier vorgenommenen Fallanalysen ausgehend, stellt sich dies gleichwohl gänzlich anders dar: Instrumentell vereinnahmt bzw. mit arbeitsweltlichen Strukturen verquickt ist das Marathonlaufen als eine *nicht-sportliche* Freizeitpraxis; würde man diese jedoch von vornherein als eine sportliche klassifizieren, käme dies nicht in den Blick; dann würde sich die These der KST nurmehr bestätigen und würden die hier zutage beförderten Erkenntnisse womöglich auch nicht gar so sehr verwundern.

Ähnlich wäre es zum Beispiel auch im Sportmodell von Klaus Heinemann (2007[1980]). So könnte man geneigt sein, die hier interpretierten Fälle etwa dem funktionalistischen Sportmodell (vgl. ebd. 58ff.) zuzuordnen, dass Heinemann zufolge durch eine Instrumentalisierung des Sports für Zwecke der Gesundheit, der Körperformung usw. gekennzeichnet sei; vordergründig ist dabei der Nutzen, nicht der Leistungsvergleich, weshalb es sich nach Heinemann auch dezidiert *nicht* um zweckfreie Praktiken handelt. Der Extremtriathlet Dirk Leonhardt, dessen Fall ich soeben angeführt hatte, könnte hingegen im expressionistischen Sportmodell (vgl. ebd.: 58) aufgehen, bei dem es um die »Ausblendung von Alltag« sowie um »Spaß, »Freude« oder »Abenteuer« (ebd.) geht, denn Leonhardt sieht sich auch selbst explizit als »Abenteurer«, den die Neugier »treibt«. Damit würde man aber offensichtlich nicht sehen – zumindest bestünde die Gefahr dazu –, dass es eben nicht einfach nur um Funktionalität oder Spaß, Abenteuer und Ausgleich geht, sondern um auf Kompensationsmechanismen basierende Motivationsstrukturen sowie um *zweckfrei* betriebene Erschöpfungspraktiken, die gerade deshalb strukturell masochistisch sind, weil die Anstrengung und das Leiden keine lebenspraktischen Ziele

fokussieren, sondern selbst der Zweck sind. Zwar hat Heinemann offensichtlich im Blick, dass es einer Differenzierung der Praktiken bedarf; anderenfalls würde er ja nicht unterschiedliche Sportmodelle formulieren. Da er ansonsten aber weiterhin grundsätzlich am Sportbegriff festhält – im funktionalistischen und expressionistischen Modell handelt es sich letztlich immer noch um *Sport* – und seine Modelle sozusagen bloß mechanisch durch Rekombination seiner Merkmale des Sports ableitet (vgl. ebd.: 56), fällt die Eigenlogik der differenten, unter die jeweiligen Modelle subsumierten Praktiken gleichsam unter den Tisch; die Modellbildung erfolgt eher axiomatisch als rekonstruktiv. Insofern könnte man auch sagen, dass ein gleichsam pauschales Festhalten an der Kategorie ›Sport‹ schlichtweg zum Distanzverlust führt und eine eher unkritische Haltung nicht zuletzt womöglich auch dadurch begünstigt, dass aufgrund der grundsätzlich positiven gesellschaftlichen Konnotation von Sport, die als sportlich klassifizierten Praktiken eben weniger begründungs- und damit erklärungsbedürftig erscheinen. Das würde auch erklären, warum die Akteure – so auch die hier Interviewten an mehreren Stellen – eben selbst häufig von »Sport« sprechen, obwohl sie faktisch etwas anderes tun: Sie entziehen sich so gewissermaßen einer Problematisierung ihrer Lebenspraxis, indem sie an der Logik des Sportlichen und ihrer positiven sozialen Attribuierung – wer Sport treibt, lebt gesund, hat sein/ihr Leben unter Kontrolle, ist leistungsstark usw. – partizipieren. Zugleich wird die jeweilige Praxis als ›bloß sportlich‹ gerahmt, als eine zweckfreie Praxis, die eben ›einfach so‹ um ihrer Selbstwillen betrieben wird, einfach, weil sie ›Spaß‹ macht. Der Hang zur Unterwerfung bzw. masochistische Tendenzen kommen so nicht in den Blick.

Um nun *systematisch* bestimmen zu können, ob es sich in einem gegebenen Fall um *Sport* handelt, sind in dieser Arbeit im Wesentlichen zwei grundlagentheoretische Konzepte vorgeschlagen und plausibilisiert worden: das Konzept der strukturellen Handlungsprobleme und das der konstitutiven Regeln. Es handelt sich hierbei um einen eigenständigen Bestimmungsansatz, der als eine Orientierung bei der Bestimmung von (neu emergierenden) Sportpraktiken dienen kann. Dabei sind jene Konzepte eng mit der Theorie und Methodologie der Objektiven Hermeneutik und somit auch mit einem elaborierten Konzept von Sinn und Struktur verbunden. Damit können sie wie letztere als material bzw. empirisch gut angereichert gelten. Gleichsam in der Summe resultiert dies in einem elaborierten Praxisbegriff, in einer, wenn man so will, elaborierten Praxistheorie, die, so habe ich es im Exkurs in Kapitel 2.2 zu zeigen versucht, insofern gegenüber den praxeologischen Praxistheorien einige wesentliche Vorzüge aufweist. Eine Integration beider Konzepte bzw. eine Ergänzung der praxeologischen Perspektive durch die objektiv-hermeneutische würde ich indes zwar nicht kategorisch für unmöglich halten; so ließe sich beispielsweise, wie ich ebenfalls im erwähnten Exkurs argumentiert habe, zumindest das Materialitätsargument der praxeologischen Praxistheorien methodologisch fruchtbar anpassen, sofern soziale Praxis sich immer in Ausdrucksgestal-

ten materialisiert, die sich wiederum als Protokolle konservieren lassen und so einer Interpretation, die mit dem Anspruch auftritt, intersubjektiv überprüfbar zu sein, überhaupt zugänglich werden. Sofern die protokollierte Praxis dann allerdings tatsächlich in ihrer inneren Logik aufgeschlüsselt werden und die Analyse entsprechend nicht bloß auf der Ebene des subjektiven Sinns bzw. des Erlebens verharren, mithin ein Rückfall in empiristische Positionen vermieden werden soll, führt meines Erachtens am Ende kaum ein Weg an der Integration eines angemessenen Regel- und Sinnkonzepts und damit an der Anerkennung der grundsätzlichen »Textförmigkeit sozialer Wirklichkeit« (Wernet 2009: 12) vorbei. Inwieweit dies gelingen könnte – denn schließlich stellen gerade die Betonung der Materialität des Sozialen und eine wechselseitige Abwertung des Stellenwerts von Sprache bzw. Texten einen konstitutionstheoretischen Grundpfeiler der praxeologischen Praxistheorien dar –, muss hier freilich offenbleiben.

Abschließend noch ein Punkt explizit zum rekonstruktiven Vorgehen auf der Ebene der *Datenanalyse*. Wie die Fallrekonstruktionen zeigen, war es wesentlich, eben nicht subjektive Motive bzw. den subjektiven Sinn, sondern *latente Motivations- und Sinnstrukturen* zu rekonstruieren. Dies zum einen schon deshalb, weil der reflexive Zugriff auf ihre Laufpraxis den in dieser Arbeit Interviewten – insbesondere Herrn Baumann – generell eher schwerfiel bzw. im Vorfeld des Interviews kaum erfolgt zu sein schien. Entsprechend zwang das Datenmaterial nachgerade dazu, sich auf die latente Sinnebene zu fokussieren; die entscheidenden motivationsstrukturellen Elemente haben sich auf dieser Ebene gezeigt. Zum anderen wäre die Fokussierung subjektiver Motive auch grundsätzlich nicht sonderlich ergiebig gewesen. So haben etwa alle Interviewten an der einen oder anderen Stelle davon gesprochen, dass das Marathonlaufen für sie ein »Ausgleich« sei; und ich bin mir recht sicher, dass sie etwa in standardisierten Befragungen auch Motive wie Gesundheit, Wohlbefinden und Spaß als für sie bedeutsam angegeben bzw. angekreuzt hätten. Insofern hätte man bei einem solchen Vorgehen gleichsam nichts gewonnen; man hätte lediglich das herausbekommen, was die Lauf- und Marathonforschung ohnehin bereits »weiß«. Die Rekonstruktion latenter Sinnstrukturen hingegen hat es nicht nur ermöglicht, die biographische Genese und Dynamik der Motivationsstrukturen hinter der Laufpraxis der Interviewees intersubjektiv überprüfbar zum Vorschein zu bringen, sondern auch die Wechselwirkungen zwischen persönlichkeits- und arbeitsstrukturellen Motivationsaspekten herauszuarbeiten. Diesen Punkt betreffend lässt sich auch ein Argument gegen die teilnehmende Beobachtung formulieren, die ja etwa von Reckwitz als die »gewissermaßen [...] »natürliche« [...] Methode der Praxeologie« (2019[2008]: 196, Hervh. i. O.) angesehen wird: Denn das »implizite Wissen«, um das es der Praxeologie letztlich geht, lässt sich methodisch kontrolliert gerade erst durch Rekonstruktion der *latenten* Bedeutung der Äußerungen der Akteure heben, die an den jeweiligen Praktiken beteiligt sind – etwa durch Erhebung und Analyse von Interviewdaten. Die teilnehmende Beobachtung dagegen, die

in der praxeologisch ausgerichteten Sportsoziologie nunmehr häufig auch in Form der sogenannten »Autoethnographie« betrieben wird (vgl. Bindel/Theis 2020), birgt nicht nur die Gefahr, Distanz zu verlieren oder gar nicht erst herstellen zu können, sondern ist auch forschungsökonomisch von Nachteil. Denn der zeitliche Aufwand, den man aufbringen muss, um in einen bestimmten Praxiszusammenhang »einzutauchen«, ist enorm. Hinzu kommt der lebenspraktische Aufwand. Ein Beispiel: So hatte Tim Bindel, der sich in der oben zitierten Studie mit dem Thema Fitness bei Jugendlichen beschäftigte, über 18 Monate hinweg sich autoethnographisch selbst dem Fitnesskult verschrieben. Dabei nahm er 17 Kilogramm Fettmasse ab und 17 Kilogramm Muskelmasse zu, stellte seine Ernährung komplett um und passte überhaupt sein Privatleben gänzlich in den Fitnesslebensstil ein (vgl. ebd.). Dadurch hat er ohne Zweifel interessante Einblicke in diese Praxis erlangt. Die Frage ist aber, ob man solche Einblicke und möglicherweise auch noch tiefgreifendere Strukturen nicht auch bzw. sogar besser mittels eines distanzierteren Zugangs hätte herausarbeiten können. Denn letztlich gibt es hier ja kein Datenbeschaffungsproblem: So hätte man gerade jetzt, wo es immer mehr Jugendliche und junge Erwachsene zu geben scheint, die dem Fitnesslebensstil nachgehen, doch diese auch selbst interviewen und/oder beim Training begleiten können; zudem gibt es schier unzählige Trainingsratgeber und nicht zuletzt auch YouTube-Videos und Internetforen, die ebenfalls ausgewertet werden könnten. Dadurch hätte man sich nicht nur die vielfältigen methodischen Probleme *erspart* (beispielsweise mache ich mich in der Autoethnographie ja selbst zum Forschungsgegenstand, womit die methodologisch durchaus schwerwiegende Frage verbunden ist, wie bzw. ob überhaupt man eine methodische Distanz zu sich selbst aufbauen kann, wozu auch gehören würde, zu hinterfragen, warum man ausgerechnet einen autoethnographischen Zugang gewählt hat), sondern hätte eben auch viel Zeit und Aufwand *gespart*. Die im Rahmen dieser Arbeit vorgenommenen Fallrekonstruktionen zeigen hingegen, dass man weder Teil der untersuchten Wirklichkeit werden muss, noch zwingend direkte Protokolle einer Praxis benötigt – auch wenn es nach Möglichkeit natürlich immer sinnvoll ist, solche zu erheben –, um weitreichende, intersubjektiv überprüfbare Aussagen darüber treffen zu können.

