

Addictive Self Design?

Wie Soziale Netzwerke und Smartphones das 'Gymlife'
verändern

Prof. Dr. Jörg Scheller
Zürcher Hochschule der Künste

1. Selbstoptimierung in allgemeiner Sicht –
Differenzierungsversuch wider Sensationalismus
und Alarmismus

2. Aktuelle Formen körperlicher
Selbstoptimierung – Gymlife, Addictive Design,
Smartphones und Social Media

1. Selbstoptimierung in allgemeiner Sicht – Differenzierungsversuch wider Sensationalismus und Alarmismus

- Einseitige Fokussierung auf Wahn, Sucht, Zwang, Körper, Smartphone, Self-Tracking
- Notorische Ineinssetzung von Optimierung (pragmatisch, offen) und Perfektionierung (idealistisch, geschlossen).
- Klassismus? Kritik an vermeintlich ‚einfacher‘, primär körperlicher Selbstoptimierung „von unten“ statt akademische Selbstoptimierung mit Goethe & Co.
- Selten zu hören: Kritik bspw. an Professoren für ihre Selbstoptimierung

Optimierung \neq Perfektionierung



Giovanni Pico della
Mirandola (1463–1494)

„Endlich beschloß der höchste Künstler, daß der, dem er nichts Eigenes geben konnte, Anteil habe an allem, was die einzelnen jeweils für sich gehabt hatten. Also war er zufrieden mit dem Menschen als einem Geschöpf von unbestimmter Gestalt, stellte ihn in die Mitte der Welt und sprach ihn so an: ‚Wir haben dir keinen festen Wohnsitz gegeben, Adam, kein eigenes Aussehen noch irgendeine besondere Gabe, damit du den Wohnsitz, das Aussehen und die Gaben, die du selbst dir auserstiehst, entsprechend deinem Wunsch habest und besitzt. [...] Weder haben wir dich himmlisch noch irdisch, weder sterblich noch unsterblich geschaffen, damit du wie dein eigener, in Ehre frei entscheidender, schöpferischer Bildhauer dich zu der Gestalt selbst ausformst, die du bevorzugst. Du kannst zum Niedrigeren, zum Tierischen entarten; Du kannst aber auch zum Höheren, zum Göttlichen wiedergeboren werden, wenn deine Seele es beschließt.““

Pico della Mirandola, *Rede von der Würde des Menschen*, 1486



Universal Zulu Nation, gegr. in 70er Jahren von Afrika Bambaataa. Hip-Hop-Tugenden: „Self-improvement“, „Positivity“, „Self-reliance“, „Self-help“, „Self-pride“

„It is your duty to not burn your own house down for anger with an enemy. It is your duty to fortify your own house, so that you may be a house of refuge in times of organisation. And now is the time to plot, plan, strategise, organise, and mobilise.“

Killer Mike, Statement zum gewaltsamen Tod George Floyds und der Folgen, 30.5.2020

- Einseitiges zeitgenössisches Verständnis von Zahlen und Quantifizierung
- Zahlen und Quantifizierung KÖNNEN zu Sucht, Oberflächlichkeit und Einseitigkeit führen – MÜSSEN aber nicht
- Statt reiner Negativkritik anderes Potenzial von Zahlen, andere Sichtweisen auf Zahlen aufzeigen
- These: Zahlen und Quantifizierung sind heute attraktiv, weil sie Ordnung und Neutralität in einer unübersichtlichen Welt versprechen

Moderne kulturkonservativ-kulturkritische Sicht auf Zahlen:

„Ein ‚objektiv‘ langer Weg kann kürzer sein als ein ‚objektiv‘ sehr kurzer, der vielleicht ein ‚schwerer Gang‘ ist und einem unendlich lang vorkommt. *In solchem ‚Vorkommen‘ aber ist die jeweilige Welt erst eigentlich zuhanden.* Die objektiven Abstände vorhandener Dinge decken sich nicht mit Entferntheit und Nähe des innerweltlich Zuhandenen.“

Martin Heidegger, *Sein und Zeit*, 1927

Früheres theologisches Verständnis von Zahlen:

„Nach Augustins Auffassung sind mathematische Beziehungen allem Zweifel enthoben ; sie seien selbst dann in Geltung, ‚wenn die Menschheit schnarcht‘. [...]

1. **Gewißheitssicherung:** [...] Zahlen [stellen] den Zugang zur absoluten Wahrheit sicher; sie dienen als Instrument von Unsterblichkeits- und Gottesbeweisen.

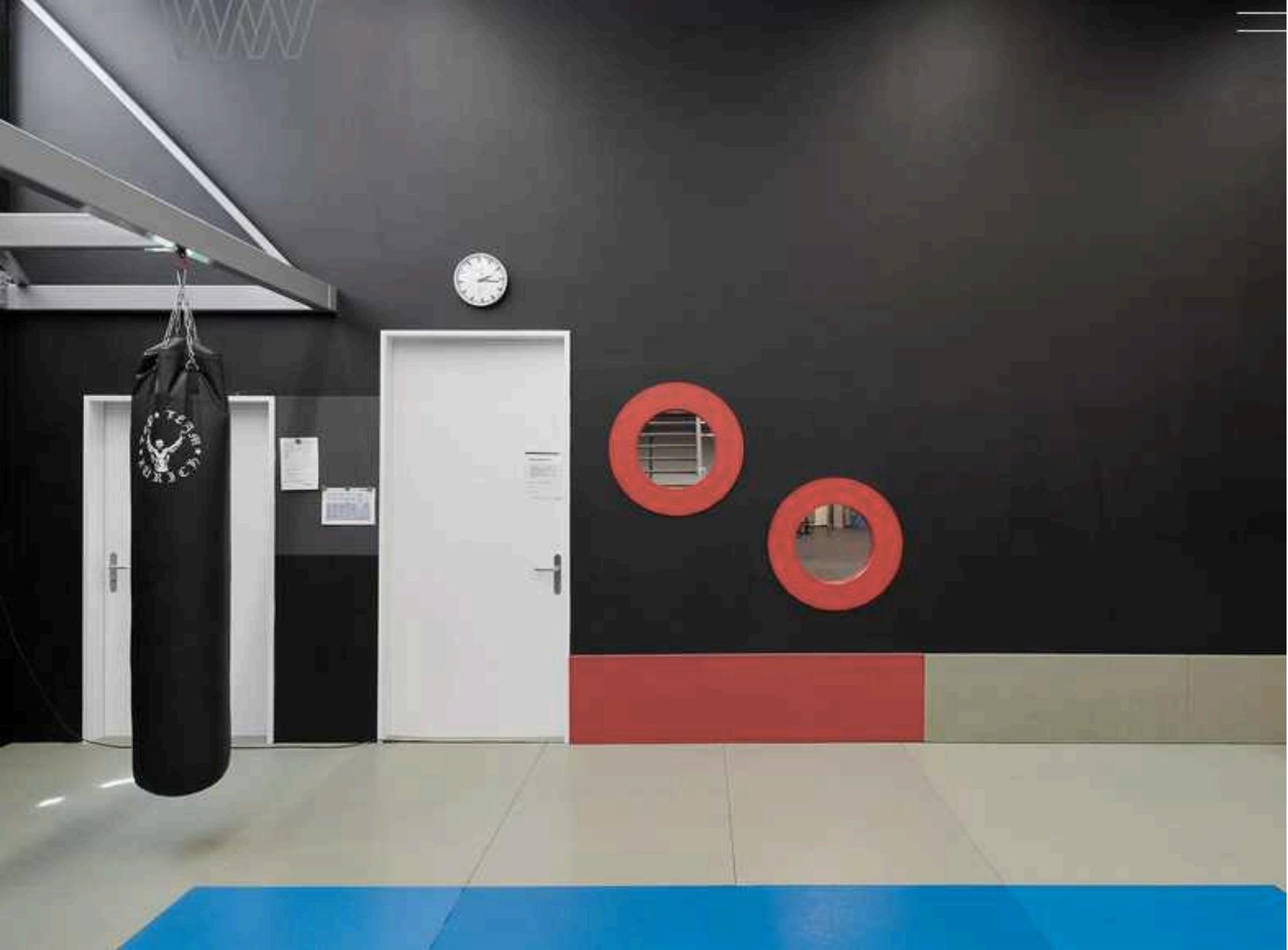
2. **Ordnungsleistung:** für Augustinus gibt es eine umfassende Zahlenordnung, die zugleich den individuellen Formaspekt wie die universelle **providentia** erklärt; mit ihr verbindet sich eine Reihe naturphilosophischer Spekulationen.“

Christoph Horn, „Augustins Philosophie der Zahlen“, 1994

2. Aktuelle Formen körperlicher Selbstoptimierung – Gymlife, Addictive Design, Smartphones und Social Media



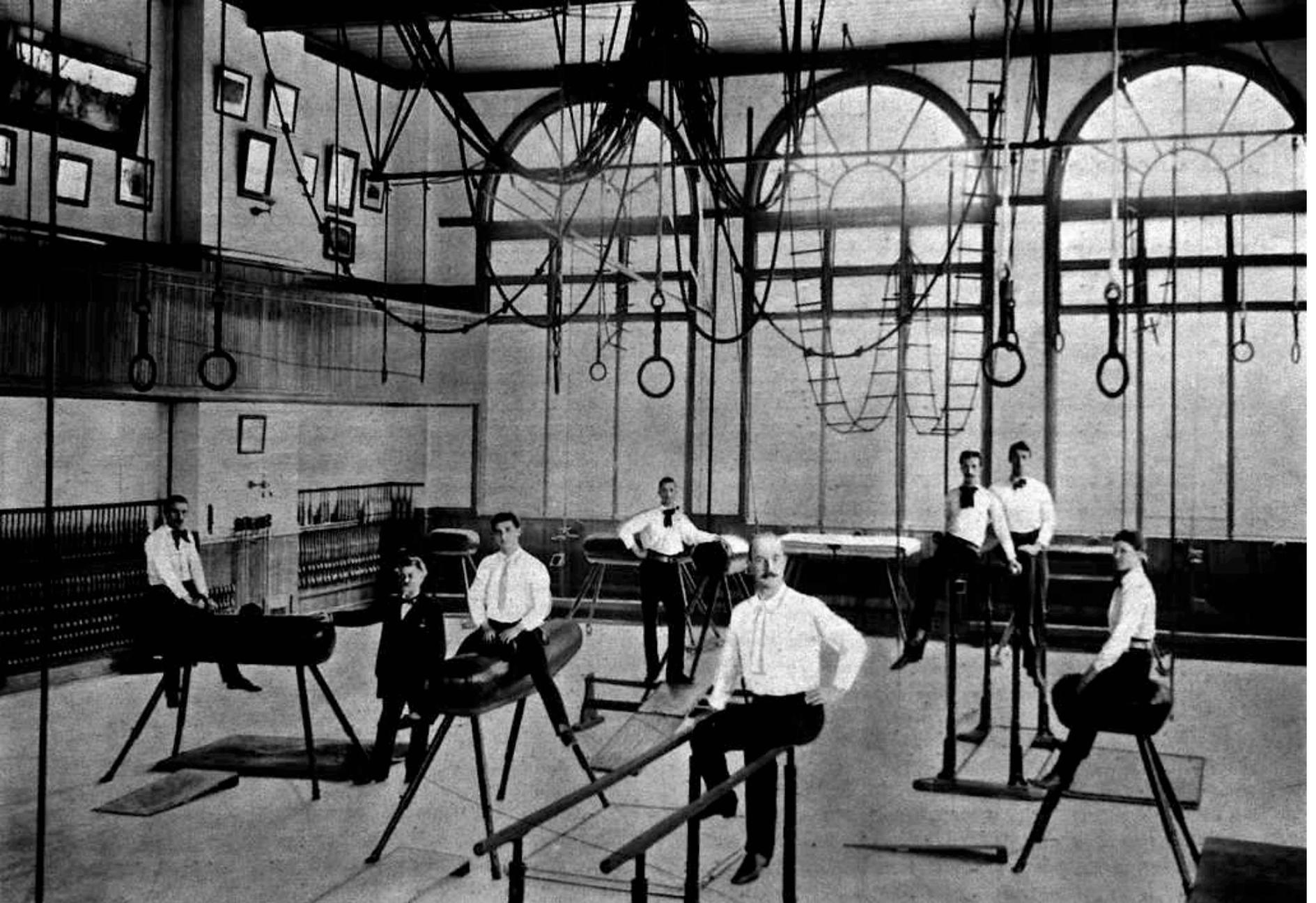
David Gym Schlieren



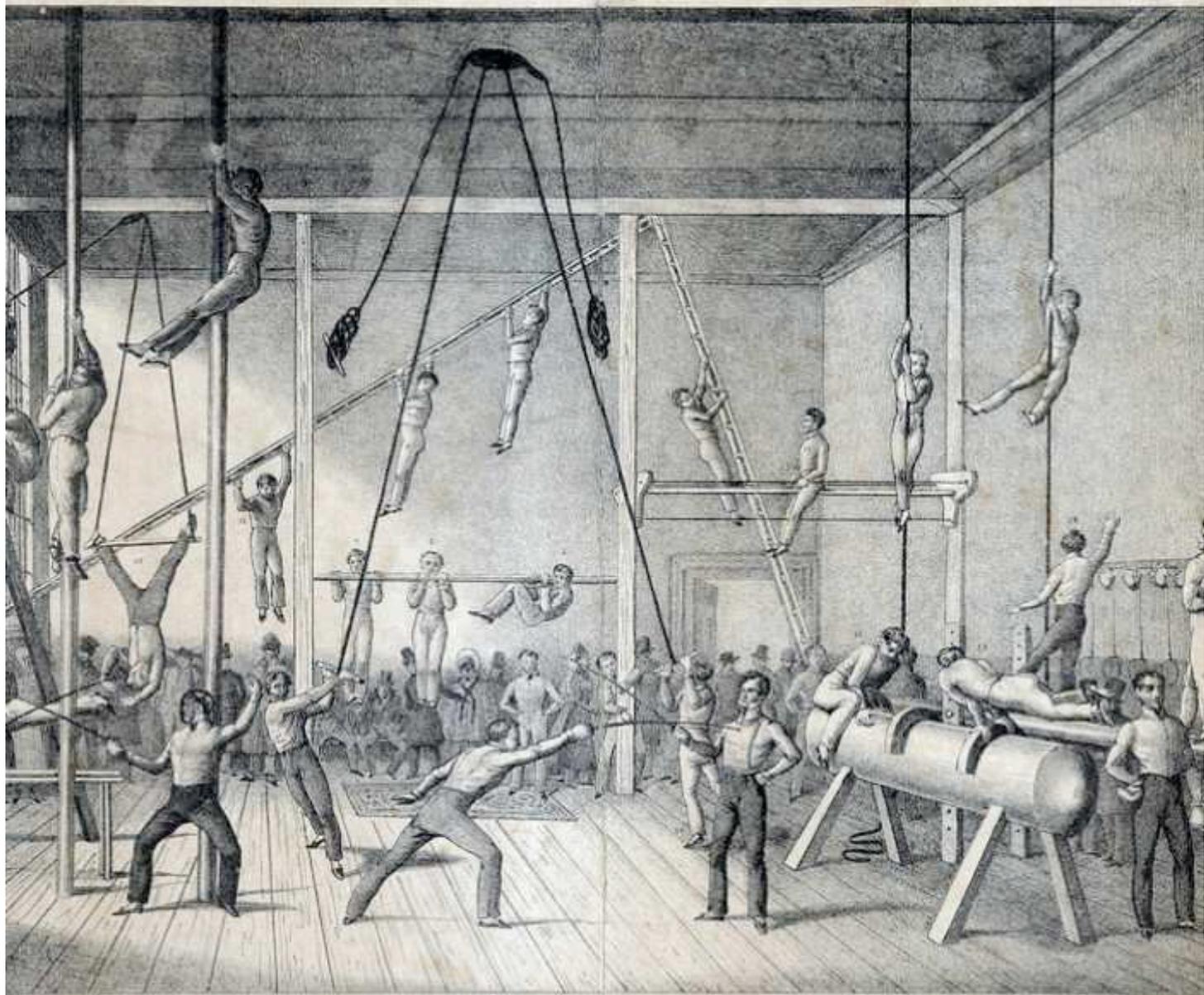
Fotografie aus der Serie „Kraftorte der Schweiz“, Tania & David Willen, 2019



Fotografie aus der Serie „Kraftorte der Schweiz“, Tania & David Willen, 2019



Turner-Halle, Milwaukee, um 1900



ROPER'S GYMNASIUM.

276 MARKET STREET PHILADELPHIA.

HEALTH, STRENGTH & POWER

By
Dudley Allen Sargent, A. M., Sc. D., M. D.
Director of Hemenway Gymnasium
HARVARD UNIVERSITY

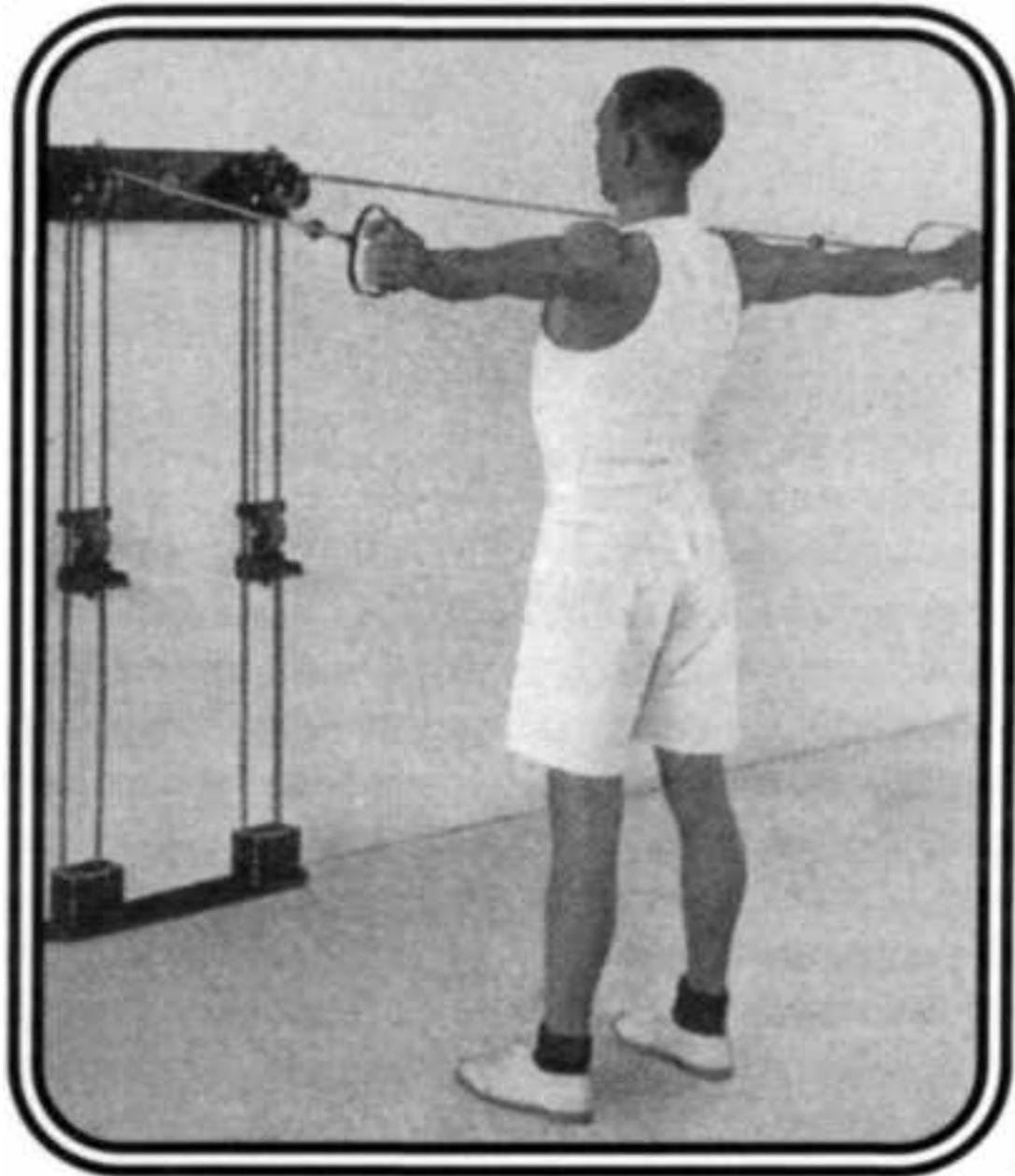
Illustrated



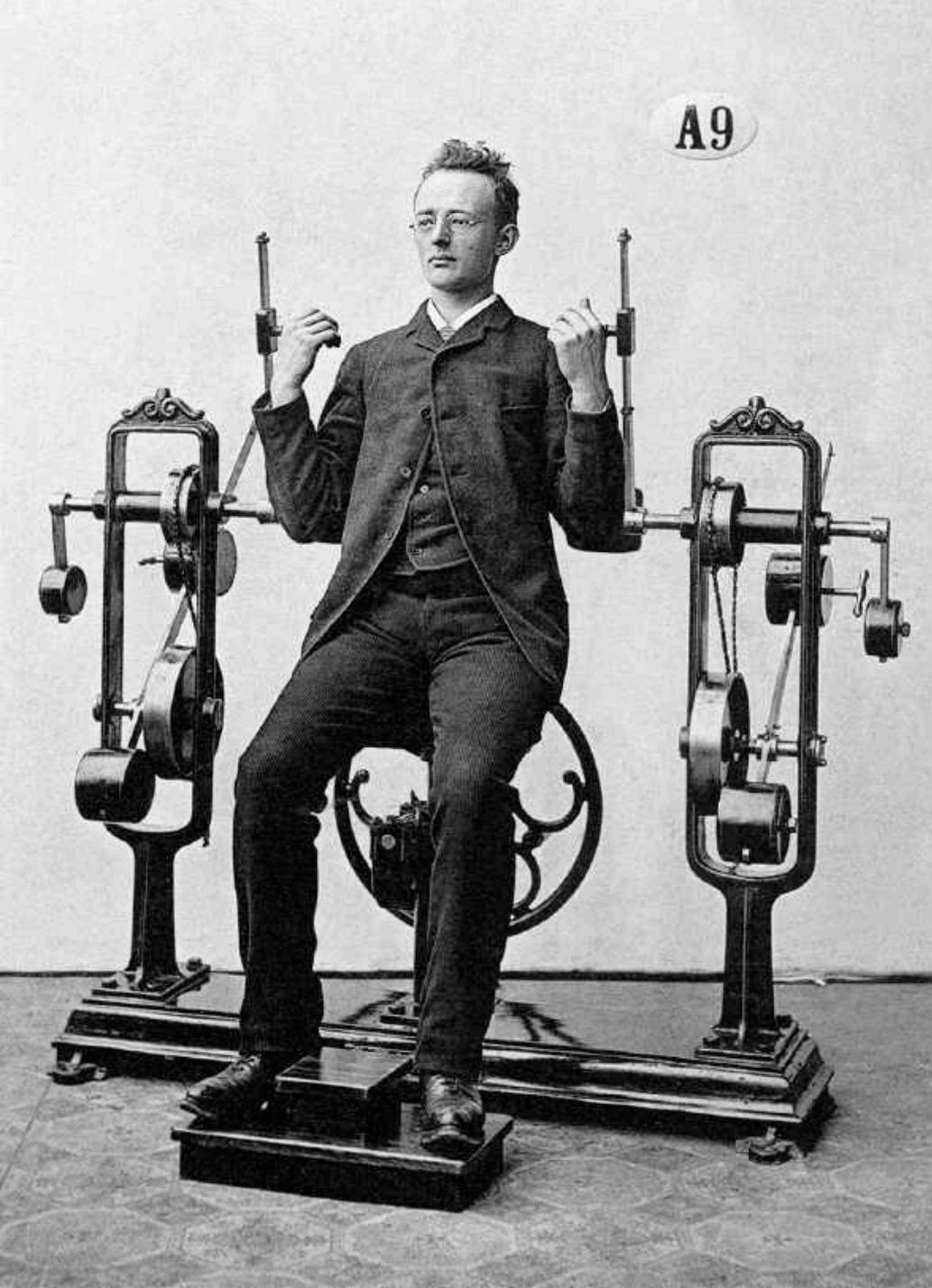
NEW YORK
DODGE PUBLISHING COMPANY
220 East Twenty-third Street



D. A. Sargent.

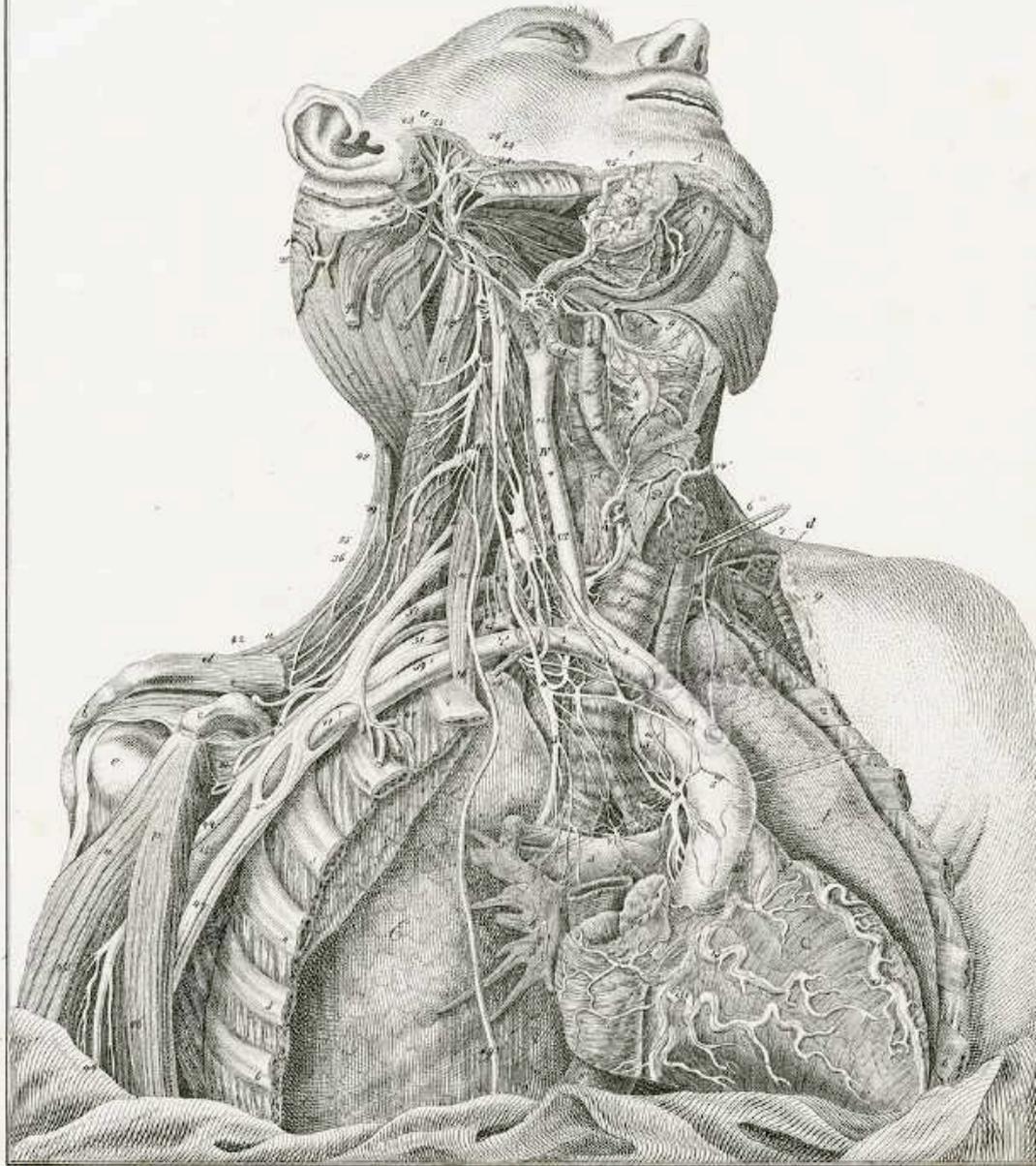


1 Trainingsgerät von Dudley
Allen Sargent (1849 – 1924)



Trainingsgerät von Gustav Zander (1835 – 1920)

Hals. Arm. und Herz. Nerven.



Lorenz Oken, Anatomietafel,
1843

Gym als Raum der *Kontingenzminderung*

- Rituale
- Askesen
- Disziplin
- Kontrolle
- Systematik
- Berechenbarkeit
- Sicherheit
- Autorschaft

UND als Raum der *Intensitätssteigerung*

- Verausgabung
- Energie
- Kraft
- Wachstum
- Transgression

- Durch seinen *rationalen, nüchternen* Charakter suggeriert das Gym die *realistische* Möglichkeit und *Planbarkeit* eines steten Zuwachses an Muskelmasse (Bodybuilding) oder steter Verbesserung der allgemeinen Fitness, und generell der steten Optimierung des körperlichen Selbst.
- Darin weist das Gym eine paradoxe Form des „Addictive Design“ auf (Begriff meist mit Blick auf Smartphones und Apps verwendet).

Armin Nassehi: „Ich behaupte, dass das Problem, für das die Digitalisierung eine Lösung ist, bereits in einer digitalen Gesellschaft existierte, in der es noch keinen Computer gab. Ich datiere das ungefähr auf die Entstehung moderner westlicher Nationalstaaten Ende des 18., Anfang des 19. Jahrhunderts.“

- Sozialplanung für grössere Räume
- Überkommene Erfahrungswerte reichen nicht aus, Berechnung und Statistiken sind nötig
- Unübersichtlichkeit der Gesellschaft wächst, deshalb bedarf es Mittel zur Mustererkennung
- Immer feinere Erfassung der Gesellschaft, um Planung und Kontrolle zu ermöglichen
- Kulminationspunkt: heutige digitale Technologien

MUSTER
MUSTER
MUSTER
MUSTER
MUSTER

Armin Nassehi

Theorie der C.H.Beck
digitalen Gesellschaft

MUSTER

These:

- Wachsendes Potenzial substanzungebundener Abhängigkeit: noch mehr Planung, noch mehr Kontrolle, noch mehr Wachstum...
- Analogie zum Gym: rationaler, nüchterner, systematischer Prozess
- Marx & Engels 1948: „... die Menschen sind [im Kapitalismus] endlich gezwungen, ihre Lebensstellung, ihre gegenseitigen Beziehungen mit nüchternen Augen anzusehen.“



nicole_von_schwiler • Folgen



The Gym by Bikini Angels



nicole_von_schwiler No words needed



#fitness #gym #motivation #workout
#fit #fitspo #fitfam #training #healthy
#lifestyle #fitnessmodel #health
#fitnessaddict #diet #strong #eatclean
#muscle #cardio #instagood #getfit
#exercise #train #determination
#photooftheday #gymlife #cleaneating
#abs #shredded #instahealth #active

210 Wo.



ashleighgass rock it



210 Wo. Antworten



anaiszanotti 🙌👍👉



Gefällt 184 Mal

23. AUGUST 2016

Kommentar hinzufügen ...

Posten

„Aus dem mit der Eigenleistung einhergehenden positiven Empfinden des Stolzes, kombiniert mit gleichzeitigem Defizitbewusstsein (*the sky is the limit*), erwächst ein Anreiz, intensiver zu trainieren. Kommt nun das Smartphone als Bildproduktions- und Distributionsmaschine, die wiederum *individuell* bedient werden kann, im Verbund mit den *Sozialen* Netzwerken hinzu, so wird die *intrinsische Motivation* der Trainierenden, das sogenannte ‚Seeking System‘, zusätzlich stimuliert. Likes, Retweets und Kommentare erhöhen die Spannung, versprechen einen nie versiegenden Strom von *Neuem* und *Zufälligem*, der den berechenbaren, repetitiv-rituellen Charakter des Individualtrainings im Gym dialektisch ergänzt [...], bis hin zur annähernden Gleichzeitigkeit im Extrem-, also Suchtfall. Pumpen, Posieren, Posten, Pumpen, Posieren, Posten, Pumpen, Posieren, Posten...“

Auszug Buchmanuskript Jörg Scheller „Body Bilder“, 2021