

DAS NÄCHSTE LEVEL

Kann man sein Gehirn mit Tabletten dazu bringen, schneller, schlauer und kreativer zu sein? Eine Neurologin kennt Antworten



Die kleine, pinke Pille macht alles einfach. Tagelang bin ich wach, ohne Müdigkeit auch nur zu erahnen, ich kann mir alles merken und bin maximal konzentriert. Ein Buch lese ich in drei Stunden, um eine neue Sprache zu lernen, brauche ich nur einen Tag. Hei, nimeni on Julia eikä tämä ole todellista.

Das war finnisch und bedeutet: Hallo, ich heiße Julia, und das hier ist nicht real.

Es gibt keine Superpille, die das kann, aber es gibt Stoffe, die versprechen, unser Gehirn zu optimieren. Ohne Anstrengung soll ich meine kognitive Höchstleistung erreichen, so das Versprechen. Manches davon ist legal, das meiste verschreibungspflichtig – und was wirkt?

Isabella Heuser leitet die psychiatrische und psychologische Klinik der Charité in Berlin. Vor zehn Jahren schrieb sie gemeinsam mit anderen Wissenschaftlern „Das optimierte Gehirn“, ein Memorandum, in dem sie einen aufgeklärten Umgang mit Neuro-Enhancern forderte, so nennt man jene Mittelchen.

Es geht ganz einfach los: Koffein ist ein Neuro-Enhancer, es macht uns wacher und konzentrierter. Auch Nikotin steigert die Konzentration. Beides ist legal. Doch einigen reicht das nicht, sie schlucken Methylphenidat, gedacht für Menschen mit ADHS. Kokain, Ecstasy sind Neuro-Enhancer, wir nennen sie nur nicht so. „Nichts davon macht Menschen klüger oder kreativer“, sagt Isabella Heuser, der IQ bleibe immer gleich. „Aber man kann länger durchhalten, länger als mit Koffein.“ Dennoch ist das Medikamentenmissbrauch.

Medikamente zu schlucken, die das Gehirn verbessern, aber nicht dafür gedacht sind, das ist ein unfairer Vorteil, rufen viele. Dabei ist die Einteilung in legal und illegal willkürlich. Ritalin nur für jene, die krank sind, Zigaretten für alle. Wie schnell etwas von der Droge zum Medikament werden kann, sehen wir alle gerade an Cannabis.

Das neue Ding sind Smart Drugs, Brain Hacks oder Nootropics. Diese Stoffe sind legal, es sind Kapseln gefüllt mit Pulver aus Pilzen und Baumblättern, mit Vitaminen und Nährstoffen, sie sollen unserem Gehirn geben, was es braucht, um perfekt zu sein.

Auf der Website eines dieser Nootropics berichtet Nigel Short, professioneller Schachspieler, wie gut er sich dank der Kapsel konzentrieren kann, dass er ein bisschen schneller, ein bisschen aufmerksamer ist. Eine Anwältin erzählt, dass sie sich jetzt viel besser erinnert. „Stellen Sie sich vor, 100 Prozent Ihres geistigen Potenzials zu nutzen!“, sagt die Website. Alles sei wissenschaftlich geprüft, alles wirke. Keiner der Nootropics-Produzenten antwortet auf Interviewanfragen.

„Placebo ist auch ein Effekt“, sagt Isabella Heuser, als ich sie frage, ob das nicht alles Humbug ist. Wer daran glaubt, der wird besser. „Aber Placebo nutzt sich ab.“ Seit sie mir erzählt hat, dass Nikotin die Leistung steigert, rauche ich sehr viel konzentrierter.

Selbstoptimierung lediglich in Form von Meditation oder dem Ändern der eigenen Gedanken zu erreichen, sei eine

privilegierte Position, sagt Heuser. Man müsse monatelang meditieren, bis sich wirklich etwas ändert, Zeit und auch Kraft, die längst nicht jeder hat. Pillen sind schneller.

Trotzdem ist klar: „Zur dauerhaften Leistungssteigerung taugen verschreibungspflichtige Medikamente nichts.“ Wer seinem Körper keine Ruhephasen gönnt und nur noch arbeitet, der wird zusammenbrechen, ganz egal, was er in welchen Mengen schluckt. Und auch die Nebenwirkungen und Langzeitfolgen sind bis heute nicht absehbar.

Wird bald etwas auf den Markt kommen, das nur dazu gedacht ist, den gesunden Menschen zu verbessern? „Alle Pharmafirmen haben sich offiziell dem Heilen verschrieben“, sagt Heuser und verweist trocken auf die Anti-Baby-Pille. Aber natürlich werde an Medikamenten geforscht, die das Vergessen und die Langsamkeit bei alten Menschen beheben sollen. So wie bei Viagra kann man davon ausgehen, dass auch junge Menschen diesen Wirkstoff probieren werden.

Frau Heuser, was ist denn nun dran an dem Mythos, dass wir nur 40 oder 50 Prozent unseres Gehirns nutzen und nur die richtige Pille fehlt? „Die Frage ist unsinnig“, sagt sie, „wer soll die denn beantworten?“

Es sei ein tröstlicher Gedanke, das es so ist. Wir müssen uns nicht mit dem Status quo abfinden, sondern wir können mindestens versuchen besser zu werden.

Gäbe es eine kleine, pinke Pille, die alles einfach macht – warum sollte ich sie nicht schlucken?