

ZEITGEIST

Sehe ich gut aus?

Ein Coach sorgt für privates Glück und Botox für glatte Haut. Die Selbstoptimierung hat uns fest im Griff. Doch die Sehnsucht nach dem Nichtperfekten wird größer. Der neue Trend heißt: Du sollst nicht funktionieren.

Das Kleid war eng, es war gelb und alles andere als vorteilhaft. Am Po zog es Querfalten, und über dem Rand der Korsage zeigten sich blasse Wülste. Lena Dunham sah aus, wie man nun mal aussieht, wenn man sich in ein Abendkleid zwingt, das nicht wirklich passt.

Einige Wochen ist es her, dass Dunham so über den roten Teppich der Golden-Globes-Verleihung in Los Angeles schritt. Den Reportern sagte sie, sie wäre auch gern zu Hause geblieben. Dann würde sie im Schlafanzug vor dem Fernseher sitzen, Junkfood essen, den Auftakt der dritten Staffel ihrer Fernsehserie „Girls“ gucken und begeistert twittern.

Die 27-jährige Lena Dunham ist die Erfinderin, die Drehbuchautorin, die Regisseurin und Hauptdarstellerin von „Girls“. Solch ein Auftritt im gelben Kleid bei den Golden Globes braucht einen gewissen Mut, aber das ist nichts im Vergleich mit ihrer Rolle bei „Girls“, in der sie ziemlich oft nackt zu sehen ist und ihre Cellulite zeigt.

Die Serie erzählt von vier Mittzwanzigerinnen in New York, die entweder keinen, langweiligen oder schlechten Sex haben, in einem Alter, in dem Sex eigentlich der allergrößte Spaß sein sollte; die als Freundinnen ständig voneinander enttäuscht sind und sich Sorgen machen, wie sie dauerhaft Geld verdienen sollen. Die meisten Charaktere aus dieser Fernsehserie wären gern Künstler, zumindest Lebenskünstler, doch ihr Leben, wie Dunham es zeigt, ist eine Strapaze.

Die Autorin, Regisseurin und Schauspielerin gehört zu einer Avantgarde junger Künstler, die nach einer Gegenposition suchen zu jenem

Optimierungswahn, der mittlerweile fast unser ganzes Leben erfasst hat. Und Dunhams Red-Carpet-Auftritt im gelben Kleid sagt: Ich mache nicht mit bei eurem Zirkus ums Perfektsein.

Es geht um Verweigerung und Aufrichtigkeit und um die Frage, welchen Preis wir zahlen für das Streben nach dem vermeintlichen Optimum. Zwei Bücher erscheinen in diesem Frühjahr, die das Thema aufgreifen. Da ist das Sachbuch „Du sollst nicht funktionieren. Für eine neue Lebenskunst“, geschrieben hat es die Autorin Ariadne von Schirach, und aus Kanada kommt ein Roman von Sheila Heti mit dem Titel „Wie sollten wir sein?“*

Schirach schreibt im Vorwort ihres Buchs: „Wenn Berechnung, Eigennutz und Konkurrenzdenken nichts mehr sind, wogegen man ankämpfen sollte, weil es verwerflich ist und widerwärtig, sondern etwas, das richtig scheint, gewinnbringend und sogar glückverheißend, dann haben wir ein Problem.“ Und die Kanadierin Heti, die ihren Roman aus Gesprächsprotokollen zusammengesetzt hat, aus fiktionalen und biografischen Passagen, beginnt ihr Buch mit folgender Betrachtung: „Wie sollten wir sein? Jahrelang fragte ich das jeden, den ich traf. Ich achtete immer darauf, was Leute in irgendwelchen Situationen taten, damit ich es auch tun konnte. Ich lauschte ihren Antworten, damit ich sie zu meinen machen konnte, wenn sie mir gefielen. Ich beobachtete, wie sie sich kleideten, wie sie ihre Liebespartner behandelten – alle hatten irgendetwas Beidenenswertes an sich.“

Beide Autorinnen beweisen große Geduld im Wenden und Betrachten des Lebens. Schirach, 35, und Heti, 37, nehmen dabei immer wieder die Perspektive des Futur II ein: Wie werde ich gelebt haben? Für 30-Jährige ist



Aktueller US-„Vogue“-Titel
Kulleräugig und ebenmäßig

Autorin, Regisseurin und Schauspielerin Dunham:

das eine ungewöhnliche Perspektive, schließlich liegen noch einige Jahrzehnte Lebenserfahrung vor ihnen. Aber die Frage danach, wie das Leben gelingen kann, und der Wunsch, mit der eigenen Biografie eine sinnvolle Erzählung liefern zu können, führen zu Abscheu vor dem „schöner – klüger – erfolgreicher“ des Optimierungswahns.

Die Optimierung an sich ist kein neues Phänomen, sie liegt unserem Leben zugrunde. Die Evolution ist nichts anderes als eine ewige Optimierung; auch dass

* Ariadne von Schirach: „Du sollst nicht funktionieren. Für eine neue Lebenskunst“. Tropen Verlag, Stuttgart; 192 Seiten; 17,95 Euro.

Sheila Heti: „Wie sollten wir sein?“. Aus dem Englischen von Thomas Überhoff. Rowohlt Verlag, Reinbek; 336 Seiten; 19,95 Euro.



„Lebe deinen Traum ... Fehler für Fehler“

wir nicht mehr mit Pferdekutschen fahren und der Strom aus der Steckdose kommt, kann als Resultat unseres Strebens nach einem besseren Leben verbucht werden. Die Philosophie beschäftigt sich seit Jahrhunderten mit der Besserung des Menschen und stellt Fragen nach Moral und Vervollkommnung. Heute aber scheint sich alles um die eigene Person, den eigenen Körper zu drehen. Kosten-Nutzen-Rechnungen würden längst auch unser persönliches Leben beherrschen, schreibt Ariadne von Schirach.

Wir überantworten Coaches die Sorge um unser privates Glück und den beruflichen Erfolg. Wir benutzen Self-Tracker, die unsere körperlichen Aktivitäten messen und bewerten. Wir dopen uns mit Ritalin, um unsere Leistungsfähigkeit zu

steigern. Kaum jemand isst einfach das, was ihm schmeckt. Es wimmelt nur so von Vegetariern und Veganern, von Leuten, die Weizen oder Zucker vermeiden. In den vergangenen zehn Jahren hat sich die Zahl der Mitglieder in Fitnessstudios fast verdoppelt. Die Deutsche Gesellschaft der Plastischen, Rekonstruktiven und Ästhetischen Chirurgen meldet, dass sich im gleichen Zeitraum die Anwendung von Botox mehr als vervierfacht habe.

Ariadne von Schirach hat das erste und beste Kapitel ihres Buchs „Stresskörper“ genannt. Sie beschreibt darin, dass uns nicht allein Eitelkeit treibt, sondern auch der Wunsch nach Kontrolle über den eigenen Körper, der Wunsch, die Vergänglichkeit aufzuhalten, den Tod zu verdrän-

gen. Jeder weiß, dass das unmöglich ist. Und doch wird ein immer größerer Aufwand betrieben, so lange wie möglich und noch ein bisschen länger jung und schön zu bleiben.

Für Kosmetik und Körperpflege wurden 2013 in Deutschland rund 13 Milliarden Euro ausgegeben. Doch wir investieren nicht nur Geld in das Projekt „Körper“, sondern auch Zeit. Die Nobelpreisträgerin Christiane Nüsslein-Volhard hat vorgerechnet, wie viele Stunden junge Wissenschaftlerinnen mit Schminken und Schönmachen verschwenden, sie ging dabei von einer halben Stunde aus, die junge Frauen jeden Tag damit verbringen. In einem Jahr summiert sich das auf über 180 Stunden, das ist eine Menge Zeit. Was Nüsslein-Volhard bei dieser Rechnung



Autorinnen Schirach, Heti: Abscheu vor „schöner – klüger – erfolgreicher“

außer Acht ließ: Auch junge Männer sind heute ausführlich mit ihrem Aussehen und ihrem Körper beschäftigt.

Allerdings muss die Schönheit selbstverständlich wirken wie ein Geschenk der Natur. Den Satz „So bin ich eben“ entlarvt Schirach als „miese kleine Lüge, die in aller Beiläufigkeit die ganze Arbeit verschleiern, die hinter dieser lässigen Perfektion steckt: die ausgedehnte Körperpflege, das strikte Essregime, die unendliche Zeit, die aufgewendet wird, immer up to date zu sein“.

Es ist der Bruch mit dieser „miesen kleinen Lüge“, der den Erfolg einer Serie wie „Girls“ ausmacht. „Lebe deinen Traum ... Fehler für Fehler“ lautet der Werbeslogan für die erste Staffel. Dunham dürfte mittlerweile mehrfache Millionärin sein, weil sie erkannt hat, dass es ein Bedürfnis nach dem Nichtperfekten, dem Nichtgelingen gibt. Im Herbst erscheint ein Anti-Ratgeber-Buch von ihr, sie bekam mehr als drei Millionen Dollar Vorschuss dafür. Dunham hat mit der Serienfigur Hannah eine junge Frau erfunden, die keinen Hehl daraus macht, wie unzulänglich sie sich fühlt und wie anstrengend es ist, vor allem die eigenen Erwartungen zu erfüllen. Für viele Zuschauerinnen hat das etwas Entlastendes und Tröstliches. Und der Erfolg von „Girls“ zeigt, wie hoch der Druck sein muss.

Dieser Druck, analysiert Schirach in ihrem Buch, baut sich vor allem durch die vielen Bilder auf, die uns umgeben. Das Wort „Selfie“ ist im Sprachgebrauch noch ziemlich neu, aber mit der Flut der Fotos, die heute jeder von sich und seinem Leben schießen kann und die binnen Sekunden bei Instagram oder Facebook ausgestellt werden, entsteht eine neue Perspektive auf das eigene Leben. Man schaut ständig von außen darauf und versucht, sich mit dem Blick der anderen zu betrachten. Sehe ich gut aus? Bin ich am richtigen Ort? Habe ich die richtigen Freunde? Die richtigen Klamotten? Die

richtigen Attitüden? Das eigene Leben wird zur Inszenierung.

„Diese Brutalität steckt unserer Zeit in den Knochen“, schreibt Schirach, „sie ist dem kalten Kamerablick geschuldet, seiner gewaltsamen Entblößung und Vergrößerung. Denn der eigene Leib muss es nicht nur mit den echten Körpern auf der Straße und im Fitnessstudio und mit der ins Unendliche angewachsenen Anzahl an virtuellen Vergleichskörpern aufnehmen, sondern auch mit den digital retuschierten.“ Spätestens an diesem Punkt mündet alle Selbstoptimierung in völlige Vergleichenheit, denn durch Photoshopping erzeugte Perfektion ist unmenschlich. Doch das retuschierte Bild breitet sich aus wie eine Seuche, längst werden

Wie sollten wir sein? Keine leichte Frage in Zeiten von Postfeminismus und Selbstoptimierung.

auch die Strandfotos vom letzten Urlaub retuschiert und die besagten Selfies. Der Zweifel hält Einzug. Wir misstrauen den Bildern, wir misstrauen der Faltenlosigkeit berühmter Gesichter, am Ende misstrauen wir der Schönheit.

Im ersten Kapitel von Sheila Hetis Roman „Wie sollten wir sein?“ trifft sich eine Gruppe 30-Jähriger in einem Café in Toronto. Sie sprechen über Hässlichkeit und darüber, ob man mit hässlichen Menschen befreundet sein könne. „Aus solch fauligen Früchten erwuchs der Wettbewerb ums hässlichste Bild.“ Dieser Wettbewerb, die Herausforderung, Talent und Zeit in etwas wahrhaft Hässliches zu investieren, zieht sich durch die Erzählung.

Sheila Heti erzählt ihren Roman in einer Art Tagebuchstil aus dem Blickwinkel der frisch geschiedenen Ich-Erzählerin

Sheila, einer Autorin, die an einem feministischen Theaterstück arbeitet, zu dem ihr rein gar nichts einfällt. Der Roman kokettiert mit dem Autobiografischen, eröffnet literarischen Spielraum für Beobachtungen aus dem eigenen Leben und der Gegenwart.

Die Protagonistin Sheila ist auf der ernsthaften Suche nach einer Antwort auf die Frage: Wie sollten wir sein? In Zeiten von Postfeminismus und Selbstoptimierung ist die aber nicht leicht zu finden. Sex und Drogen jedenfalls bieten keine Antwort, obwohl sich Sheila bereitwillig auf Experimente einlässt. Sie versucht, die Phantasien ihres dominanten Liebhabers zu befolgen, setzt sich ohne Slip in ein Restaurant, so dass ein älterer Herr ihr zwischen die Beine gucken kann, und schreibt währenddessen einen Liebesbrief an den besagten Liebhaber. Doch am Ende flüchtet sie schamerfüllt. Sheila notiert auch die Antwort ihrer Analytikerin auf die Frage „Wie sollten wir sein?“: „Sie müssen das verstärken und weiter aufbauen, was bereits in Ihrem Leben ist, statt in der Hoffnung, jeder Gefahr aus dem Weg zu gehen, immer wieder von vorn anzufangen.“ Nur, was ist da, fragt sich die zitternde Sheila.

Es macht Spaß, Schirachs Essay und Hetis Roman nacheinander zu lesen, denn während Schirach gut ist im Beschreiben der Zustände, aber mit Ratgeberbetulichkeit nach Ansätzen für eine neue Lebenskunst sucht – die Natur spüren, mit den Augen eines Kindes gucken –, buchstabiert sich Heti spielerisch durch die Unwägbarkeiten des urbanen Lebens, um am Ende zu verstehen, dass Arbeiten, Ausprobieren und Spielen vielleicht schon die ganze Antwort ist.

Die Frage ist nur, ob ihr essayistisches und literarisches Nachdenken nicht in eine Art Selbstoptimierung für Fortgeschrittene mündet. Ob ihre Bücher und auch eine Serie wie „Girls“ nicht nur einen noch elaborierteren Code entwerfen für das vermeintlich richtige Leben. Womöglich ist das Nichtfunktionieren auch nur ein neuer Trend. Die Erkenntnis jedenfalls, die sich bei allen drei Autorinnen findet, dass Freundschaften wichtiger sind als der ganze Optimierungssquatsch, war schon vorher in der Welt.

Wenige Tage nachdem Lena Dunham im gelben Kleid über den roten Teppich der Golden-Globes-Verleihung geschritten war, erschien die amerikanische „Vogue“ mit ihr als Covergirl. Sie war kulleräugig geschminkt, die Fotos im Heft zeigten sie groß, schlank und ebenmäßig – die Aufnahmen waren retuschiert worden. Auch Lena Dunham wollte vielleicht einfach einmal die Schönste sein, und ein Fotoshooting mit Annie Leibovitz ist dafür keine schlechte Gelegenheit.

CLAUDIA VOIGT