



SUSIE ORBACH BODIES

Im Kampf mit dem Körper



A R C H E

Susie Orbach

Bodies

Im Kampf mit dem Körper

Aus dem Englischen von Cornelia Holfelder-von der Tann



Für Luke, Lianna, Lilli, Judah, Lahn, Lila, Max und Myla

Ein verlässlicher Ort

Vorwort von Margarete Stokowski

Es ist nicht übertrieben zu sagen, dass dieses Buch von allen Menschen gelesen werden sollte, die ab und zu mit Mädchen oder Frauen zu tun haben. Oder selbst welche sind. Also: von allen. Auf den ersten Blick mag es ein Buch sein, das von oberflächlichen Dingen wie Schönheitsnormen und Fotos in sozialen Netzwerken handelt. Tatsächlich aber geht Susie Orbachs Untersuchung viel tiefer. Sie zeigt, wie sehr wir uns daran gewöhnt haben, den Körper als etwas Formbares zu betrachten, das unsere Persönlichkeit ausdrücken soll. Dabei erklärt sie nicht nur die psychologische Wirkung der Körperbilder, mit denen wir im Alltag konfrontiert sind, sondern auch, welche Rolle der kapitalistische Aufruf zur ständigen Selbstoptimierung spielt und wie tief sich die misogynen Abwertungsmechanismen des Patriarchats in unser Denken eingegraben haben.

Die Idee ist dabei aber nicht zu zeigen: Schaut mal, wie schwach ihr alle seid und wie sehr ihr euch von den Medien und der Schönheitsindustrie manipulieren lasst. Sondern: Wer selbstbestimmt leben und sowohl sich selbst als auch anderen Menschen gegenüber fair sein will, muss wissen,

woher unsere Impulse kommen, uns zu vergleichen, zu präsentieren oder zu schämen.

Damit ist *Bodies* auch ein Buch, das die feministische Idee, »das Private ist politisch«, sehr ernst nimmt: Es reicht nicht, wenn einzelne Frauen stark genug sind, gesellschaftlichen Vorstellungen nicht zu entsprechen. Denn kollektive Probleme lassen sich nicht lösen, indem ein paar Leute sich Mühe geben, sich nicht von den geltenden Regeln beeindruckt zu lassen. Vorbilder können wichtig sein, ersetzen aber keine Ideologiekritik, die zeigt, was am System falsch läuft.

Es ist diese Verknüpfung von persönlicher und gesellschaftlicher Ebene, die Susie Orbachs Arbeit von so riesigem Wert für die feministische Bewegung macht. Einerseits zeigt sie sehr genau und nie auf verurteilende Art, wie Menschen ihre Körper behandeln und bewerten und wie viel Leid dabei entstehen kann. Andererseits bleibt sie aber nicht auf dieser Ebene individuellen Verstehens, sondern sagt auch deutlich, wo Dinge komplett aus dem Ruder laufen. In einem Interview erklärte sie mal, wenn ein Kaiserschnitt im OP-Paket mit einer Bauchstraffung angeboten werde, sei das »einfach nur pervers«.

Es wäre leicht, als Lösung dieser Probleme so etwas wie eine »neue Natürlichkeit« zu fordern, aber diesen Fehler macht Orbach nicht, denn sie weiß: Es gibt keinen natürlichen Körper. Was sollte das für einer sein? Schon Zähneputzen ist eine kulturelle Technik, und niemand hat ein Interesse daran, dass Menschen damit aufhören.

Es kann Menschen glücklich machen, sich zu schminken oder sich die Haare zu färben, und nichts daran ist falsch. Gefährlich ist es erst, wenn die Beschäftigung mit dem Körper so obsessiv wird, dass sie in Körperhass und Gefühle der Minderwertigkeit mündet oder immer neue Operationen her müssen, weil das eigene Bild nie gut genug scheint.

Zum Thema Operationen kann man anmerken, dass Susie Orbach Teil einer Generation von Feministinnen ist, von denen sich leider viele schwertun, trans Frauen als Frauen anzuerkennen. Ich würde Orbach hier in den Bereich derer zählen, die dazugelernt haben. Sie beschreibt einerseits die Probleme, die sie zu Beginn ihrer Arbeit als Therapeutin hatte, mit Geschlechts-OPs umzugehen, erkennt aber inzwischen an, dass diese für manche trans Frauen die einzige Möglichkeit darstellen, sich in ihrem Körper zuhause zu fühlen, und dass es Menschen gibt, die sich weder als weiblich noch als männlich kategorisieren lassen und als solche respektiert werden sollten.

Die Grundidee von Orbach gilt, auch wenn sie viel über Frauen schreibt, sowieso für Menschen jeden Geschlechts: Da wir unseren Körper nun mal nicht ignorieren können, müssen wir einen Weg finden, ihn »zu einem verlässlichen Ort zu machen, von dem aus wir leben können«.

August 2020

Einleitung

Unser Körper ist Gegenstand eines Krieges. Es ist ein Krieg mit unerwarteten Kontrahent*innen und ungewissem Ausgang. Wie in jedem Krieg fallen Ressourcen mal dieser, mal jener Seite in die Hände. Wie in jedem Krieg hüllen die ins Feld geführten Ideologien die Gegner*innen und den Schauplatz in den Nebel des Ungefährten: Manchmal erkennen wir, dass etwas unseren Blick verstellt, ein andermal ist es Teil unseres Normalzustandes, wie die Schwerkraft, unsichtbar, aber unentrinnbar.

Das Terrain des Körpers verändert sich. Neue Entwicklungen und Erkenntnisse – *#MeToo*, Künstliche Intelligenz, Epigenetik, die Trans-Bewegung, das Einfrieren von Eizellen, Schönheits-OP-Apps für Sechsjährige, Selfies, Snapchat-Dysmorphie, die Kardashians, das Spiegelneuronensystem, Influencer*innen, *Black Lives Matter*, Vergewaltigung als Kriegswaffe, Politik aus dem Bauch heraus, Leihmutterschaft, Implantate, Sexpuppen – erfordern neues Denken. Zwei Trends stoßen aufeinander: die Schwierigkeit, in unserem derzeitigen Körper mit seinen vielen Dilemmata zu leben, und die Verheißung einer problemlosen, nahezu körperlosen Existenz in einer Zukunft, die durch Algorithmen, KI-Chemie und synthetische Biologie bestimmt ist.^[1] Und dann ist da noch

die Dystopie, die die *New York Times* kürzlich in einem Editorial entworfen hat: die Wahrscheinlichkeit, dass ein konservativer Supreme Court die Rechte des Fötus über die der Mutter stellt. Jetzt, da einige Bundesstaaten mit ihrem Abtreibungsverbot diese Rechte umgewichtet haben, so argumentierte der Artikel, könnten womöglich auch Trinken und Rauchen während der Schwangerschaft strafrechtlich verfolgt werden. Eine Frau, die sich einer Brustkrebsoperation unterziehen musste, erfuhr beispielsweise, dass ihr, wäre sie schwanger, die Krebsbehandlung verweigert würde, da die Rechte des Fötus Vorrang hätten. [2]

Unseren Körper als einen biologischen Organismus mit entsprechenden Beschränkungen zu begreifen, ist nicht mehr hinreichend. Der Spätkapitalismus verändert Arbeitsbedingungen und Wesen der Arbeit, verändert Klima und Umwelt, die Konzepte von Regieren und Governance sowie die Definition derer, die dazugehören dürfen, und derer, die als »andere« gesehen werden und außen vor gehalten werden müssen. Soziale Medien bestimmen neu, was Interaktion heißt und was es bedeutet, gesehen und gehört zu werden. In solchen Zeiten wird auch der Körper zum Austragungsort von Kämpfen. Ihm werden ganz neue Formen der Selbstpräsentation und Identität abgerungen, während man uns gleichzeitig auf eine entmaterialisierte Existenz hin coacht, bei der fast alles, was wir unter Leben verstehen – Essen, Atmen, Bewegung, Fühlen,

Beziehungen - im Geist stattfinden wird und nicht im physischen, irdischen Körper.

In Südkorea ist das Abtragen des Unterkieferknochens zur Erschaffung eines zierlichen Kinns eine so häufige Schönheitsoperation, dass bereits Kunstwerke ausgestellt werden, die aus dem entfernten Knochenmaterial bestehen. Noch beliebter sind Kontaktlinsen, die die Pupille so vergrößern, dass die Trägerin wie eine Puppe mit riesigen blauen, grauen, violetten, grünen, braunen, türkisen oder schwarzen Augen wirkt. YouTube-Star Anastasiya Shpagina aus Odessa, deren Make-up-Tutorial, wie sie sich als Miley Cyrus schminkt, 5 Millionen Mal aufgerufen wurde, und Kande Johnson aus Los Angeles, deren Verwandlung in Barbie es auf 35 Millionen Aufrufe bringt, zeigen minutiös, wie man sich das Aussehen nahezu jeder prominenten Person zulegen kann, indem man Kosmetika, Filler und Hairstyling-Techniken so kompetent und raffiniert einsetzt wie die besten Maskenbildner*innen Hollywoods. Jede*r, so scheint es, kann wie jede*r aussehen. Auch wie Barbie oder Ken. Tatsächlich hat Justin Jedlica, ein Instagrammer, 125 Eingriffe auf sich genommen und 185000 Dollar ausgegeben, um wie Ken auszusehen; er ließ seinen Oberkörper, sein Gesicht, seine Oberarmmuskeln und seinen Haaransatz operieren. Sein Video haben über 16 Millionen Menschen gesehen. In China ist Beauty-Blogging ein Riesengeschäft. Eine spezielle Handy-App von Meitu ermöglicht sieben Stufen der Verschönerung von Selfies, und mindestens 3 Milliarden der 6 Milliarden

Fotos, die jeden Monat hochgeladen werden, sind damit bearbeitet worden. Laut HoneyCC, einer geschäftstüchtigen Bloggerin und Influencerin, die es durch Werbung für Beauty- und Bodystyling-Produkte zu beträchtlichem Reichtum gebracht hat, sind bearbeitete Selfies inzwischen Teil der chinesischen Kultur. Der Begriff *wang hong lian* (Internet-Celebrity-Gesicht) bezeichnet den charakteristischen Look dieser Fotos. Hautton, Gesichtsform, Weißheit der Zähne und Styling sind mittlerweile Sache eines Tastendrucks.

Auch bei uns vermarkten Influencer*innen – d.h. Individuen, die auf Instagram und anderen Plattformen über ein Publikum von 30000 Followern aufwärts verfügen – sich selbst und ihre Schönheits- und Körpergestaltungspraktiken. Diese Art von Arbeit wird nicht als Schönheitsarbeit anerkannt, ist aber genau das. Unter dem Begriff der Schönheitsarbeit müssen wir nicht nur die Werbetätigkeit der Blogger*innen ansehen, sondern die Arbeit, die wir alle verrichten, wenn wir uns zurechtmachen. Meine dreijährige Enkelin war kürzlich auf eine Geburtstagsparty in einem Nagelstudio eingeladen, in dem die Kinder von zwei Müttern und zwei Nageltechnikerinnen betreut wurden. Heute habe ich einen Mann gesehen, der sich in einem Kaufhaus fast schon öffentlich die Augenbrauen mit dem Faden zupfen ließ. Schönheitsarbeit gilt zunehmend als unabdingbar für Mädchen, Frauen und Männer. Die Frage ist: warum? Und wie ist diese Arbeit, ob sie nun durch Chirurgie,

Zahnmedizin oder Filter geleistet wird, zu etwas Erstrebenswertem geworden?

Dieses Buch vertritt die These, dass der Körper »gemacht« wird. Er gilt nicht mehr nur als etwas, das gewaschen, deodoriert, gekleidet und parfümiert werden muss, bevor wir unseren Tag beginnen. Der Körper ist heute unsere unendlich formbare Visitenkarte, er tilgt oder verkündet unsere Schichtzugehörigkeit, unsere geografische Herkunft, unseren ethnischen Hintergrund, unser Genderzugehörigkeitsgefühl. Aber das ist nicht immer ungefährlich. Die Körper Schwarzer Jungen und Männer sind, speziell in London, Angriffen ausgesetzt. Die Körper von Mädchen und Frauen waren immer schon Angriffsziele, und wir erfahren jeden Tag mehr darüber, was sie in Kriegsgebieten in aller Welt weiterhin erleiden müssen – man denke an die Jesidinnen, an den sogenannten Islamischen Staat, an weibliche Genitalverstümmelung. Wir sehen die schwerwiegenden Angriffe schon in frühen Jahren, wenn Flüchtlingskinder von ihren Eltern getrennt, wenn Mädchen der Genitalverstümmelung unterzogen, wenn Jungen und Mädchen Pädophilen preisgegeben werden. Gleichzeitig mehren sich auf den Straßen die Angriffe auf die, die nach Meinung anderer der falschen Schicht oder dem falschen Geschlecht angehören oder einfach schlechthin »falsch« sind.

Auf einer weiteren Ebene, parallel dazu, intensivieren sich Künstlichkeit und Konstruktion – eine Angriffsform, die so anders ist, dass sie vielleicht gar nicht als schädigend

erkannt wird, zumal sie als etwas präsentiert wird, das Spaß macht (was sie auch tatsächlich sein kann), und manchmal sogar als etwas Notwendiges.

Sie möchten aussehen wie ein Filmstar? Eine Akademikerin mit genau dem richtigen Maß an Sex-Appeal, aber nicht zu viel? Ein Banker mit einer künstlerischen Ader? Sie möchten Smokey Eyes, Kulleraugen, Augen, die sexy sind, glamourös, aufreizend, lasziv etc.? Kein Problem. Diese Looks, online wie offline erhältlich, sind mittlerweile gefühlte – wenn nicht sogar tatsächliche – Voraussetzung für Jobs, die nichts mit Aussehen zu tun haben: Es kommt immer und überall aufs Aussehen an.

Das Äußere ist alles, wie Shoppingtempel für Mode und Make-up zeigen. Operative Eingriffe erschaffen Wadenmuskeln, prägnante Wangenknochen, schmalere oder aufgefüllte Lippen, runde oder flache Po, vergrößerte oder verkleinerte Brüste, flache Bäuche, ewig jugendliche Kinnlinien. Rigide Geschlechterstereotype werden dadurch gesprengt, dass operative Brustentfernung sich ebenso mit einem Penis wie mit einer per Testosteronbehandlung vergrößerten Klitoris kombinieren lässt. Aussehen ist entscheidend, für die Ärztin wie für den Büroassistenten. Der einmal erreichte Look muss über Selfies und Sexting endlos geteilt und bestätigt werden. Die visuelle Dauerberieselung untergräbt, was einst privat oder intim war. Erleben – ob es darin besteht, dem eigenen Kind beim Purzelbaum schlagen zuzuschauen oder eine Mahlzeit zu sich zu nehmen – ist eine unsichere Sache, solange man es

nicht postet, damit es gesehen wird. Wir ertappen uns dabei, wie wir unser Erleben dokumentieren, als wäre ohne die visuelle Dauerberieselung nichts gewesen.

Das Bedürfnis nach Bestätigung und danach, gesehen zu werden, ist so mächtig, dass es schon verwunderlich, ja, geradezu ein bisschen pervers wirkt, eine Zeitlang nicht in den Spiegel zu schauen. Aber vielleicht ist das ja nötig, um die zwanghafte Selbstbespiegelung zu durchbrechen, die wir betreiben, ohne zu merken, wie sehr wir sie brauchen. In *Mirror, Mirror off the Wall* beschreibt Kjerstin Gruys, Dozentin für Soziologie an der University of Nevada, ihren Selbstversuch, ein Jahr ohne Spiegel zu leben. Wohl die wenigsten würden das auch nur eine Woche ertragen, geschweige denn ein Jahr (in Gruys' Fall das Jahr, in dem sie heiratete), schon gar nicht im Zeitalter der Selfies, in dem junge Mädchen ihr Äußeres wie ein Kunstwerk gestalten, um Likes und Anerkennung zu ernten, was leider nur selten klappt. Eine von der Kommunikations- und Marktforschungsagentur Edelman/StrategyOne für *Dove* durchgeführte und im Oktober 2015 beim Weltfrauengipfel präsentierte Untersuchung ergab, dass 124 Likes nötig sind, um den jungen Frauen das Gefühl zu geben, okay zu sein, die meisten es aber nicht mal auf ein Fünftel dieser Zahl bringen, was nicht an ihnen liegt, sondern daran, dass alle hinter Likes herjagen und die Zeit gegen sie arbeitet.

[3] Ein Online-Dasein zu führen, online Anerkennung zu suchen, durch Identifikation zu leben und Celebritys wie Kim Kardashian imitieren zu wollen, ist heute unter

Mädchen und jungen Frauen weit verbreitet, aber wieder gilt es zu fragen: warum?

Gleichzeitig ist da der Austausch von Bildern sexualisierter Körperteile im Sexting zwischen Jugendlichen – eine aktualisierte Version von »Zeigst du mir deins, zeig ich dir meins«. Nur dass meins in diesem Fall nicht deins bleibt, sondern auf den Handys deiner Klassenkamerad*innen landet und von Kontinent zu Kontinent wandert, um schließlich vielleicht als Pornofutter für Pädophile zu enden und zur generellen Übersetzung von Sex in Sehen beizutragen – einer Erotik, die als allgemeine Fetischisierung kaum noch eine solche ist.

Wir sind verrückt geworden, was unser Verhältnis zum Körper angeht. Hochprofitable Industrien – darunter die Kosmetik-, Mode-, Ernährungs-, Diät-, Gesundheits-, Anti-Aging-, Wellness-, Schönheits-OP-, Pharma- und Fitnessindustrie – führen Krieg gegen uns, indem sie den idealen Körper propagieren. Das sind keine kleinen Industrien, es sind riesige Wirtschaftsbranchen, die weiterwachsen. Der Umsatz der Modeindustrie in Großbritannien im Jahr 2017 betrug 32 Milliarden Pfund (gegenüber 1,2 Milliarden Umsatz der Stahlindustrie). Schönheit und Mode dominieren unsere Kaufhäuser – die echten wie die digitalen. Der Preis, den wir dafür bezahlen, sind psychische Auswirkungen auf uns als Individuen und ökologische Auswirkungen auf unseren Planeten – beides bisweilen tödlich. Zwei der reichsten Männer Europas, Bernard Arnault von LVMH und Amancio Ortega von Zara,

haben ihr Vermögen mit Mode gemacht. Die reichste Frau, Françoise Bettencourt-Meyers, ist Erbin des L'Oréal-Vermögens. Doch auch der gesellschaftliche Preis ist beträchtlich, da Äußerlichkeitsideale, wie ein 2014 für die britische Regierung erstellter Bericht zeigt, das Selbstwertgefühl von Mädchen und zunehmend auch Jungen untergraben, sie von dem, was ihnen guttut, ablenken und ihre schulischen Leistungen schmälern.^[4] Hinzu kommen die medizinischen Kosten durch die Zunahme von Körperbild- und Essstörungen, sei es, dass sie sich als Magersucht, Fettleibigkeit oder Bulimie manifestieren, sei es, dass sie wie die meisten Essprobleme unsichtbar bleiben, da die Figur der betroffenen Person nicht anzeigt, welche Qualen sie leidet. Es gibt wenig spezialisierte Hilfseinrichtungen, wenig Wissen über die exponentielle Zunahme von Ess- und Körperproblemen und deren Ursachen. Solange die Gesundheitsbehörden auf Adipositas fixiert sind, entgeht ihnen die enorme Zahl von Menschen, die ihren Körper durch bizarres Ess- und Nichtessverhalten, durch Ritzen, ein Übermaß an Sport oder Fitnesstraining oder durch exzessives Markieren für sich selbst real und lebendig zu machen versuchen. Selten wird gefragt: Was ist das Problem, auf das dieses Verhalten (Essen, Nichtessen, Erbrechen, Ritzen, Fressanfälle, zwanghaftes Training) reagiert? Das Problem der Körperunsicherheit und Körperinstabilität, das epidemische Ausmaße erreicht hat und zunehmend auch Jungen und Männer betrifft, führt eine Lückenexistenz. Es wird

allenfalls als mysteriös beklagt, obwohl seine Zunahme proportional zur Kommerzialisierung des Körpers mit all ihren tödlichen physischen, ökologischen und psychischen Folgen verläuft.

Der ganze Wahnsinn fordert seinen Preis, die Flut von gefährlichen Brust- oder Pectoralis-Implantaten, die eine Wiederentfernung notwendig machen, ebenso wie die wachsende Nachfrage nach riskanten Schamlippenkorrektur-OPs. Und zugleich bedeutet er enorme Profite für jene Industrien, die Spaß versprechen, in Wirklichkeit jedoch das Selbstgefühl von Menschen und den Körper, in dem diese sich sicher fühlen sollten, auf verheerende Weise attackieren.

Körpertransformation ist in einem Maß alltäglich geworden, wie wir es uns bis vor Kurzem nicht hätten vorstellen können. Als Kinderspielzeug gibt es heute Schönheits-OP-Apps, die für Mädchen ab sechs vermarktet werden. Dieses Spielzeug wirkt auf den ersten Blick recht harmlos und lustig, ist es aber nicht. Die Apps zerlegen den Körper und zeigen auf, was man alles verändern kann: nicht nur Nase, Mund, Stirn, Kinn, Wangenknochen, Augen und Haaransatz, sondern auch Brüste, Taille, Hüften, Po und die Form der Beine und Füße. Auffallend ist, dass diese chirurgische Markierung eines Körpers die Kleinen nicht schockiert, weil Körpertransformation Teil der Welt ist, in die sie hineinwachsen. Sie benutzen von klein auf iPads und Filter. Fotos von kleinen Mädchen, die glamourös-aufreizend in die Kamera blicken, sind nichts

Außergewöhnliches. So wenig wie Fotos von kleinen Jungen, die für die Kamera tanzen oder akrobatische Kunststückchen vollführen. Da draußen gibt es ein Publikum, vor dem man sich darstellt. Das innere Auge wird die erste prüfende Instanz, wenn das kleine Mädchen oder der kleine Junge entscheidet, wie sie oder er sich optimal präsentiert. Wenn wir hören, dass jede dritte junge Frau nicht zur Abstrich-Untersuchung geht, weil sie den eigenen Körper so schrecklich findet, wird klar, wie die frühzeitige Prägung auf kritische Selbstbewertung zum durch und durch »abjekten Körper«^[5] führt.

Die Kommerzialisierung beschränkt sich nicht auf die Kindheit. Bis eine Frau in die Fünfziger kommt, hat sie bereits gelernt, dass die Menopause ein lästiges Übel ist und mitnichten den Übergang von einem Lebensstadium in ein anderes markiert. Bioidentische Hormone oder eine Hormonersatztherapie mögen für einige Frauen hilfreich sein, vermarktet aber wird beides von großen wie kleinen Pharmaunternehmen mit der Botschaft, dass es das einzig Vernünftige und die optimale Art zu leben sei, diese hormonelle Umstellung zu bekämpfen. Natürlich ist es für manche Frauen physisch und/oder psychisch schwierig, wenn ihre Menstruation ausbleibt, aber die Botschaft, dass das Übel unbedingt bekämpft werden muss, wird mit der dringenden Warnung vor Gedächtnis- und Knochenschwund in die Welt hinausgepumpt. Wir dürfen nicht altern. Altern gilt als Schande, nicht als Ausdruck von Wissen und Weisheit und dann auch eines Abbauprozesses.

Siebzig ist das neue Fünfzig. Nur dass das nicht stimmt. Zwanzig Jahre verändern einen Menschen biologisch und auf der Erfahrungsebene. Wünsche und Verlangen verlagern sich, neue Herausforderungen stellen sich, das Denken reflektiert eine längere persönliche Geschichte usw. Das alles liegt auf der Hand und wird dennoch ignoriert.

Frauen werden ermutigt, die Grenzen der Fortpflanzungsfähigkeit zu verschieben und deren lästige Begleiterscheinungen zu kontrollieren. Eine junge Frau mag heute durchgängig die Pille nehmen, um keine Periode mehr zu haben, und sich dann einer Behandlung mit follikelstimulierenden Hormonen unterziehen, um sich Eizellen entnehmen zu lassen. Altern gilt nicht mehr als absolute Fortpflanzungsgrenze. Das Scheinargument lautet, dass es nie eine Rolle gespielt hat, wie alt der Vater war, warum also Bedenken wegen des Alters der Mutter haben? Altern und Sterben werden heute als Gebrechen und als potenziell unnötig begriffen. Fast jede Woche findet sich in britischen oder US-amerikanischen Zeitungen eine Story über den jüngsten Durchbruch bei der Verhinderung des Alterns. Kryonik, Fasten und die Erforschung der Rolle von Genen wie dem MC1R-Gen gehören zum neuen Wissenschaftsgebiet der Alternsforschung. Senolytika genannte Wirkstoffe sollen alternde Zellen töten, und Krebsmedikamente wie Dasatinib oder der Radikalfänger Quercetin werden dazu eingesetzt, die Lebensspanne von Zellen zu verlängern.^[6] Es wird nicht mehr lange dauern,

bis Gentherapie-Kosmetika auf den Markt kommen, die die »Behinderung« aufzuheben versprechen, dass man so alt aussieht, wie man ist, während uns KI helfen wird, verloren gegangene Erinnerungen und Fähigkeiten wiederzuerlangen.

Zugleich verändern Umweltchemikalien den Körper. Penelope Jagessar Chaffer zeigt in ihrem Film *Toxic Baby* (2016), dass puertoricanische Mädchen, die in der Nähe von Produktionsstätten für Verhütungspillen wohnen, bereits menstruieren, bevor sie in die Schule kommen. Das ist ein schwerwiegender Befund. Eine 2010 in *Pediatrics* erschienene Studie ergab, dass mittlerweile 15 Prozent der US-amerikanischen Mädchen schon mit sieben in die Pubertät kommen.^[7] Warum? Man nimmt an, dass die Chemikalie Bisphenol A und verschiedene in Kunststoffen und Dosenbeschichtungen vorkommende Phthalate im Verbund mit den Hormonmengen, die durch die industrielle Landwirtschaft in unsere Nahrungsmittel und unser Grundwasser gelangen, das endokrine System beeinflussen. Wir lernen immer mehr über die Auswirkungen der menschlichen Zivilisation auf das Wasser. Während ich dies schreibe, zeigt ein Bericht der *New York Times* auf, wie sich das Ökosystem des Pazifiks in Nordkalifornien dadurch verändert, dass die wärmere Wassertemperatur Purpur-Seeigel anzieht. Diese Seeigel-Art grast nämlich den Tang ab, der das Meer reinigt.^[8] Nicht nur unser Körper, auch die Körper anderer Arten erfahren unerwartete Veränderungen. Ein schlagendes

Beispiel sind Frösche, die Atrazin ausgesetzt sind, einem Herbizid, mit dem Mais, Salat und andere Anbaupflanzen gespritzt werden. Wenn dieses Herbizid in Frosch-Habitate einsickert, macht es Kaulquappen zu Zwittern. Dr. Tyrone Hayes von der University of California in Berkeley hat nachgewiesen, dass Atrazin den Testosteronspiegel nominell männlicher Frösche unter den weiblicher Frösche senkt.

Menschliches Gender-Bending stellt die engen und einengenden Konzepte von Weiblichkeit und Männlichkeit infrage. Nicht ohne Grund erfahren in jüngerer Zeit Hyperfeminität und Hypermaskulinität eine Renaissance – es ist eine Reaktion auf die in den 1970er-Jahren eingeleitete Aufweichung der Geschlechternormen, die nicht nur ein breiteres Bewusstsein der Tatsache mit sich brachte, dass es Personen gibt, die trans sind, sondern es auch Individuen vermehrt ermöglichte, ihre sekundären Geschlechtsmerkmale zu ändern. Doch diese kulturelle Entwicklung, die viele Menschen sehr begrüßen, lässt sich nicht auf Frösche übertragen, da bei ihnen kein freier Wille vorliegt. Das Paradoxe ist: Die Kultur verändert sich schnell, aber die Natur verändert sich noch schneller, weil Chemikalien, Bohrungen und die Umleitung von Wasserressourcen unseren Planeten schädigen. Und diese Veränderungen könnten irreversibel sein.

Dieses Buch geht der Frage nach, wie und warum unser Körper ein so williges Objekt der Transformation geworden ist – warum er für Transformationen zu haben ist, die

zunächst reizvoll sind, sich dann aber als außerstande erweisen, die Leiden und Schrecken einzudämmen, denen wir Individuen ebenso ausgesetzt sind wie unsere Umwelt. Es untersucht, was in unserer Zeit mit dem Körper geschieht und warum. Es stellt einige Extrembeispiele vor, fordert aber gleichzeitig dazu auf, die ganz alltäglichen Dinge, die wir heute tun, kritisch zu überdenken. Es präsentiert eine Entwicklungstheorie aus der Perspektive des Körpers, zeigt auf, wie die Ursprungsfamilie verschiedene Arten von Körperunsicherheit fördern kann, wie sie das Gefühl erzeugen kann, dass der Körper, den wir haben, irgendwie nicht unser wahrer Körper ist. Das Buch erörtert die visuelle Kultur und die Mechanismen, über die sie uns beeinflusst, uns eine Form der Zugehörigkeit in Aussicht stellt, wenn wir nur selbst den Bildern entsprechen, die wir sehen. Und es untersucht, wie die visuelle Repräsentation eines bestimmten verwestlichten Körpertypus junge Menschen in jenen Ländern, die qua Globalisierung in die Moderne eintreten, dazu treibt, sich einen Körper zulegen zu wollen, der möglicherweise mit dem Körper, den sie haben, im Widerstreit liegt. Die Versuche junger Menschen in Japan oder Fidschi, Saudi-Arabien oder Kenia, ihren Körper umzumodeln, stehen symptomatisch für das Problem des Unwohlseins im eigenen Körper rund um die Welt. Körperhass ist mittlerweile ein heimlicher westlicher Exportschlager.

Ein Streben nach Selbstannahme, das sich auf den eigenen Körper fixiert, ist kennzeichnend für unsere Zeit.

Durch die nähere Betrachtung von Menschen mit Körperproblemen hoffe ich, Antwort auf diese Frage geben zu können: Warum ist Zufriedenheit mit dem eigenen Körper so schwer zu erlangen? Ich befasse mich mit Phantomgliedmaßen und als überzählig empfundenen Gliedmaßen, und ich beleuchte Formen der Körpertransformation vom Ritzen bis zur Schönheitsoperation, in dem Bemühen herauszufinden, warum solche Praktiken immer verbreiteter werden. Warum ist Sex ein Must-have, beherrscht von Normerfüllung und getränkt mit Fantasien, die Freud schwindelig gemacht hätten? Wie lässt sich das Versprechen, dass der Körper durch Perfektionierung erlöst werden könnte, verstehen? Was ist an unserem Körper, so wie er ist, verkehrt und warum?

Indem ich diesen Fragen nachgehe, hoffe ich, dahin zu kommen, eine Theorie des Körpers unserer Zeit zu entwickeln. Körper sind in keiner Weise naturgegeben, das schlichte Produkt unserer DNA. Gefangen zwischen einer Epoche, in der im Westen für viele Menschen der Körper nicht mehr dazu dient, Güter zu produzieren, und einer Ära, die uns Körperersatzteile aller Art verheißt – von KI und der mit ihr einhergehenden Entkörperlichung ganz zu schweigen –, sind wir verständlicherweise verwirrt. Was genau ist dieser Körper, in dem wir zu leben versuchen? Welchen Teil von uns stellt er dar? Welches Verhältnis haben wir zu ihm? Wie lange werden wir ihn haben? Dieses Buch möchte ein erweitertes Körperverständnis schaffen,

unsere Widerstandsfähigkeit gegenüber neuartigen Angriffen stärken und unserem Körper eine nachhaltige Stabilität geben, damit wir friedlicher mit ihm und durch ihn leben können.

Gegen Körperunterdrückung, Fat-Shaming und Körperhass zu kämpfen, mag trivial klingen, ist es aber nicht. Hinter diesen Phänomenen stecken einerseits scheinbar »weiche«, in Wahrheit aber äußerst eindringliche und hartnäckige Marketingpraktiken und andererseits brutale Produktionsprozesse, die Raubbau an der Umwelt betreiben und Arbeitskräfte in aller Welt ausbeuten, von den Nagelstudio-Arbeiterinnen in New York bis zu den Näherinnen in Bangladesch, Vietnam oder auch Sizilien.^[9] Zusammengenommen ergibt das einen massiven Angriff auf die Körper von Frauen und Mädchen. Wenn wir dann noch die bekannteren Formen von Gewalt hinzunehmen, Vergewaltigung als Kriegswaffe, sexuelle Gewalt, sexuelle Belästigung, Genitalverstümmelung usw., wird klar, wie verletzlich Frauen gerade dort sind, wo sie am sichersten sein sollten: im eigenen Körper.

Die Protestwelle gegen Übergriffe und Gewalt ist wichtig, genau wie die Millionen Gespräche darüber und die Tausende von Blogs und Websites, die den Status quo herausfordern und sich für das Existenzrecht des Körpers in all seiner wunderbaren Vielfalt und mit all seinen Stärken und Verletzlichkeiten einsetzen.

Durch den Friedensnobelpreis 2018 für Denis Mukwege und Nadia Murad wurde die Bedeutung des Kampfs gegen

sexuelle Gewalt anerkannt, und doch machen Wirtschaft und Warlords ungestraft weiter, bereiten ein Feld, auf dem Frauenkörper als eine Art erntereife Frucht zur beliebigen Verwendung gelten. *#MeToo* ist eine wichtige Form der Gegenwehr. Die Bewegung entspringt aus derselben Quelle wie die Argumentation dieses Buchs, dass und wie wir unser Verhältnis zu unserem Körper verändern müssen. Die Züchtung von Körperunsicherheit macht uns anfällig für Ausbeutung in vielerlei Form. Indem wir dieses Thema ernsthaft angehen, werden wir einen neuen Diskurs entwickeln, nicht nur, um unserer Verzweiflung Ausdruck zu verleihen, sondern auch, um individuelles Leid in Handeln zu überführen, das dieser Grausamkeit ein Ende bereitet.

London 2019

1

|Der Körper in unserer Zeit

Können Sie sich vorstellen, Ihre beiden gesunden Beine loswerden zu wollen, weil sie Sie furchtbar stören – so sehr, dass Sie sich deformiert fühlen, gefangen in einem Körper, der sich falsch anfühlt, nicht so, wie Ihr Körper sein sollte? Und können Sie sich vorstellen, fünfzig Jahre – in denen Sie sechs Kinder in die Welt setzen – mit dem Gedanken zu leben, dass nur eine beidseitige Amputation oberhalb des Knies Ihnen das Gefühl geben kann, ganz und vollkommen zu sein?

Das war das Dilemma von Andrew,^[10] der von der Vorstellung beherrscht war, sich zuerst von einem seiner Beine und dann vom anderen befreien zu müssen. Als er niemanden fand, der ihm dabei half, seine lästigen Beine loszuwerden, suchte er im Internet und fand eine Community von Menschen, die amputiert werden möchten.

Einen Mann, der seine Beine loswerden will, würden wohl die meisten Leute für verrückt halten. Dieser Wunsch scheint so bizarr und so außerhalb aller Normalität, dass es schwer ist, sich über diese spontane Bauchreaktion hinwegzusetzen. Doch genau das gelang dem Psychologen Dr. Bert Berger, als ihn Andrew im Milwaukee VA Medical

Center konsultierte. Wie jeder vernünftige Arzt versuchte sich Dr. Berger in das Leiden seines Patienten hineinzusetzen. Sein ärztlich-psychologisches Ethos hielt ihn davon ab, Andrew die Operation anzubieten, von der dieser glaubte, sie würde ihn heil und ganz machen. Also versuchte er die psychische Situation zu verstehen, die diesen paradoxen Wunsch hervorgebracht hatte.

In seinen frühen Schriften über Hysterie vertrat Freud die Ansicht, dass man sonderbare körperliche Symptome, wie etwa eine psychische Armlähmung oder das In-fremder-Sprache-Reden, nicht nur verstehen, sondern auch behandeln könne. Wo in der Volksmedizin Heiler*innen und Schaman*innen auf ihre Art das Unbewusste zu beeinflussen versucht hatten, schlug er eine Redekur vor, bei der durch eine spezielle Form des Zuhörens und Assoziierens Ärzt*in und Patient*in den unbewussten Ursachen für die nicht physiologisch begründeten Symptome auf die Spur kommen würden. Durch Reden würden sie die darin eingekapselten Konflikte aufdecken, und die Symptome würden verschwinden. Freuds Fallgeschichten aus dem Jahr 1895 waren revolutionär und überzeugend. Sie bewogen so viele Menschen, die neue Wissenschaft der Psychoanalyse zu studieren, dass es zu der Zeit, als Dr. Berger mit Andrew zusammentraf, für Psychotherapeut*innen jedweder Couleur längst selbstverständlich war, psychologische Methoden für die wirksamste und ethischste Herangehensweise an

nichtorganische Körperprobleme zu halten. Wenn Andrew nur tiefgehend verstünde, woraus sich sein Wunsch speiste, so die Theorie, würde er auf eine Operation verzichten können. Oder genauer gesagt: Wenn er sein emotionales Leiden und das psychische Bild, das er von sich nach der Operation hatte, beschreiben könnte, würde ihm das wahrscheinlich neue Wege eröffnen, seinen Körper so, wie er faktisch war, zu akzeptieren.

Diese Art zu denken ist seit 120 Jahren etabliert. Sie hat Menschen mit Körperstörungen geholfen, anders und besser mit und in ihren Körpern leben zu können. Doch wenn es um den Wunsch nach Amputation oder Geschlechtsangleichung geht, reicht reden nicht immer aus. Bei Andrew genügte es jedenfalls nicht. Er wollte nicht nur reden, er wollte die Operation. Und er fand sich durch die Arbeit des Schotten Dr. Robert Smith ermutigt, der in zwei ähnlichen Fällen die Operation befürwortet hatte, nachdem er zu dem Schluss gekommen war, dass dies die humanste aller möglichen Behandlungsweisen sei.

Obwohl ich selbst jahrzehntelang mit Menschen mit Körperproblemen gearbeitet hatte, stellte mich Andrews Amputationswunsch vor Rätsel. Und er beunruhigte und schockierte mich auch und zwang mich, mein ganzes Einfühlungsvermögen zu mobilisieren, um irgendwie zu verstehen, welche Umstände einen solchen Wunsch so dringend und zwingend machen können.

Heute wissen wir eine ganze Menge über das umgekehrte Phänomen: Empfindungen und Beschwerden

in einem Phantomglied – einem Körperteil, der gar nicht mehr da ist. [11] Es ist bekannt, dass Witwen oft noch lange, nachdem sie ihren Mann verloren haben, weiter zwei Kaffeetassen auf den Frühstückstisch stellen. Wie es dazu kommt, können wir verstehen. Unverständlicher ist uns auf den ersten Blick das irritierende Erleben eines Menschen, der versucht, mit einem Arm, den er gar nicht mehr hat, dem Kellner zu winken oder das Telefon abzunehmen. Von geisterhaften Sinnesempfindungen in einem nicht vorhandenen Körperteil geplagt, was ebenso demütigend wie verstörend sein kann, wird dieser Mensch vielleicht befürchten, verrückt zu werden. [12]

Die Witwe, das verstehen wir, macht einen Entwöhnungsprozess durch, löst sich nur langsam von einem langen Leben mit einem Ehemann und von der damit verbundenen Identität. Sie hat ihre neue Realität nicht immer parat. Verdrängung befördert das vorübergehende Einlullen in Vergesslichkeit. Der Mensch mit dem Phantomglied weiß, dass ihm das Körperglied fehlt, aber sein Körper scheint unabhängig zu agieren – so als wäre das Körperglied noch da. Das Bewusstsein dieses Menschen ist in gewisser Weise gespalten: in das kognitive Wissen um eine körperliche Realität und die fortdauernde sinnliche Wahrnehmung des nicht vorhandenen Körperglieds. In der Tat ein verrückt anmutender Zustand, insbesondere ehe die Erkenntnisse des Neurologen Dr. Vilayanur Ramachandran – auch der Sherlock Holmes

des Phantomschmerzes genannt – einer breiteren Öffentlichkeit bekannt wurden.

Ramachandran zeigte, dass die von ihm untersuchten Patient*innen keineswegs verrückt waren. Ihre Gehirne hatten sich auf eine kuriose Weise an das Fehlen des betreffenden Körperteils angepasst: Die Neuralbahnen des jetzt nicht mehr vorhandenen Arms, Beins oder Fingers hatten stattdessen andere Körperregionen übernommen. Durch Stimulieren beispielsweise eines bestimmten Wangenbereichs seiner Patient*innen konnte Ramachandran die Empfindungen einer Phantomhand intensivieren. Empfindungspunkte auf der Wange waren jetzt mit Gehirnregionen verschaltet, die eigentlich für die Hand zuständig gewesen waren.

Ramachandrans Erkenntnisse brachten vielen Menschen Erleichterung. Seine bemerkenswerten Fallstudien erhellen die Fähigkeit des menschlichen Körpers, etwas, das gar nicht da ist, auf verblüffendste Art und Weise zu spüren. So schildert Ramachandran etwa den Fall eines Ingenieurs aus Arkansas, der nach einer Unterschenkelamputation ein enorm erweitertes sexuelles Empfinden verzeichnete, da sich sein Orgasmus vom Penis in den Bereich seines Phantombeins ausdehnte.^[13] Ramachandrans Pionierarbeit hat uns dargelegt, wie phänomenal adaptionsfähig wir sind. Er zeigte, dass Phantomempfindungen keineswegs Einbildung oder Verrücktheit sind, sondern eine materielle Grundlage in der neuronalen Verschaltung des Gehirns haben.^[14]