



Leseprobe

Susie Orbach

Bodies

Schlachtfelder der Schönheit

Aus dem Englischen von Cornelia Holfelder-von der Tann

176 Seiten. Klappenbroschur

17,90 € [D] / 18,40 € [A]

ISBN 978-3-7160-2631-1

Erstverkaufstag: 22. Februar 2010

www.arche-verlag.com

Einleitung

Wie die meisten Menschen mit Internetzugang finde ich täglich in meiner Mailbox Aufforderungen, mir den Penis verlängern oder die Brüste vergrößern zu lassen, das Lust- und Potenzsteigerungsmittel Viagra zu erwerben, das neueste pflanzliche oder pharmazeutische Mittel zur Gewichtsreduktion auszuprobieren. Diese Ermunterungen überlisten den Spamfilter, und auch die populärwissenschaftlichen Websites singen Loblieder auf Implantate und Pillen zur Optimierung von Körper oder Gehirn und auf neue Fortpflanzungsmethoden unter Umgehung der herkömmlichen Biologie. Unterdessen können kleine Mädchen auf die Miss-Bimbo-Website gehen, um eine virtuelle Puppe zu kreieren, sie mittels Diätpillen ultraschlank zu halten und ihr Brustimplantate und Facelifts zu spendieren. Diese kleinen Mädchen werden zu Teenagern abgerichtet, die von neuen Oberschenkeln, Nasen und Brüsten träumen, während sie in Zeitschriften blättern, wo Seite um Seite ein Look präsentiert wird, der uns noch vor zehn Jahren erschreckt hätte, da die skelettdürren Models an Opfer von Hungerkatastrophen erinnern. Gleichzeitig warnen uns staatliche Stellen vor einer Fettleibigkeits-epidemie. Dein Körper, rufen uns alle diese Phänomene zu, ist

dein Kunstwerk, das es zu korrigieren, umzumodeln und zu verbessern gilt. Mach mit! Gönn dir das Vergnügen! Gehöre dazu!

Als praktizierende Psychotherapeutin und Psychoanalytikerin sehe ich die Auswirkungen dieser Aufrufe zur Veränderung, Verschönerung und Vervollkommnung des Körpers täglich in meinem Sprechzimmer. Die Leute suchen mich nicht unbedingt wegen bestimmter Körperprobleme auf, aber welcher Art ihre seelischen Nöte und Konflikte auch sein mögen – früher oder später kommen fast immer Probleme mit dem Körper zum Vorschein, als ob es absolut alltäglich wäre, eine Geschichte über sich selbst zu erzählen, in der die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper eine zentrale Rolle spielt. Wie so viele von uns haben die Menschen, mit denen ich arbeite, den Wunsch, dies oder jenes an ihrem Körper zu verändern, und viele tun es auch. Sie finden ihren Körper mangelhaft und erklären, durch die Behebung dieser Mängel würden sie sich wohler und selbstsicherer fühlen. Wie die meisten von uns glauben sie sich nicht ungebührlich von außen beeinflusst, ja, weisen es weit von sich, für Manipulation empfänglich zu sein. Es mag durchaus sein, dass wir uns gar nicht für besonders trendbewusst in Sachen Mode oder Gesundheit halten, sondern einfach nur davon ausgehen, dass wir uns besser fühlen, wenn wir selbst mit unserem Aussehen zufriedener sind. Und doch ist da ein subtiles Geflecht von äußeren Einflüssen, das auf uns wirkt und ein neues, oft unzufriedenes Verhältnis zum eigenen Körper erzeugt.

Die Auffassung, dass Biologie nicht mehr Schicksal sein muss, wird immer populärer und mit ihr die Einstellung, dass sich da, wo ein (subjektiv so wahrgenommenes) körperliches Problem ist, auch eine körperliche Lösung finden lässt. Doch der Glaube, dass der Körper perfektionierbar ist und wir freudig oder zumindest willig die dazu angebotenen Möglichkeiten nutzen sollten, hat

das Problem nicht gelöst. Er hat es im Gegenteil verschärft und das mit hervorgebracht, was wir heute beobachten – einen zunehmend instabilen Körper, einen Körper, der in alarmierendem Maß zum Ort erheblicher Unzufriedenheit und schwerwiegender Störungen wird.

Unser Körper wird immer stärker als ein Objekt erlebt, das es zu bearbeiten und zu optimieren gilt. Männer werden zur Zielgruppe für Steroide, sexuelle Hilfsmittel und speziell auf sie ausgerichtete Diätprodukte. Kinderkörper sind ebenfalls betroffen. Fotografen bieten heute digital bearbeitete Baby- und Kinderfotos an: Sie korrigieren das Lächeln, entfernen Zahnlücken oder fügen welche ein, begradigen mollige Knie, machen aus kleinen Mädchen Porzellanpüppchen. Wenn diese Magier unter Webadressen wie etwa www.naturalbeauties.homestead.com firmieren, ist das keineswegs ironisch gemeint, da sie tatsächlich glauben, verschönerte Fotos seien eine Form natürlicher Schönheit. Auf sexy getrimmte kleine Mädchen gelten als bezaubernd. Den Körper auszustellen und ihm ein »attraktives« Erscheinungsbild zu verleihen wird als vergnüglich, wünschenswert und leicht realisierbar präsentiert. Der schöne Körper und das Streben nach Vervollkommnung sind demokratisiert worden. Indem der richtige Körper als etwas dargestellt wird, das jeder Mensch erlangen kann, egal wo er lebt und in welcher ökonomischen Situation er sich befindet, wird dieser Körper als Mittel propagiert, in unserer heutigen Welt »dazuzugehören«. Unseligerweise erscheint dieser demokratische Appell in zunehmend homogener und homogenisierender Form: Die Bilder und Namen globaler Stilikonen werden den Menschen – vor allem den jungen Leuten – in aller Welt eingeprägt. Während einige in der Lage sein mögen, freudig mitzumachen, kann dies die große Mehrheit nicht. Denn die demokratische Idee erstreckt sich nicht auf ästhetische Vielfalt,

im Gegenteil, die Schönheitsnormen haben sich paradoxerweise in den letzten Jahrzehnten verengt. Das Ideal der Schlankheit – mit ausgeprägten Brustmuskeln bei Männern und großen Brüsten bei Frauen – quält alle, die ihm nicht entsprechen, und selbst diejenigen, die ihm entsprechen, tragen oft eine beklemmende Körperunsicherheit in sich.

Ständige ängstliche Selbstbeobachtung und -kontrolle beherrschen viele Menschen vom Aufwachen bis zum Einschlafen. Ihre Körper sind in höchstem Alarmzustand. In anderen Zeiten hätte man eine solche Ängstlichkeit als Krankheit bezeichnet, und angesichts der vielen Menschen, die daran leiden, hätte man von einer Epidemie gesprochen. Aber das tun wir nicht. Wir sind – vor allem als Frauen oder Mädchen – selbst so in die ängstliche Beschäftigung mit dem eigenen Körper verstrickt, dass sie uns zur zweiten Natur geworden ist und wir sie deshalb fast nicht mehr wahrnehmen.

Wenn wir jedoch hinschauen, erkennen wir, dass die ängstliche Beschäftigung mit dem eigenen Körper etwas sehr Beunruhigendes ist, weil sie nahezu das ganze Leben, von der Kindheit bis ins hohe Alter, bestimmt. Wenn Jungen einst den Bewegungskünsten großer Sportler nacheiferten, richtet sich ihr Streben jetzt darauf, auch so ein Sixpack zu haben. Mädchen sind sich heute schon mit vier Jahren auf eine antrainierte Art ihres Körpers bewusst und üben vor dem Spiegel aufreizende Posen, die eher gruselig als niedlich sind, und immer mehr Frauen in Altersheimen weisen chronische Essstörungen auf. Kaum jemand würde sagen, dass diese Art der Beschäftigung mit dem eigenen Körper allein von äußerem Druck herrührt. Wir erleben den Wunsch nach einem perfekteren Körper als unseren ureigenen Wunsch, und das ist er auch, aber wie Körper gesellschaftlich gesehen werden, wie über sie gesprochen und geschrieben wird, ist

schwer von der Wahrnehmung des eigenen Körpers und fremder Körper zu trennen. Der Körper ist heute ein neuer Fokus im Leben von Frauen und Männern, nicht mehr etwas, das als solches sicher oder normal ist. Eine neue Rhetorik von Detoxing, Gewichtstraining, Hautbürsten, Darmspülungen, Körperreinigung jedweder Art greift um sich und veranlasst uns, entschlossen und auf der Hut zu sein, was den eigenen Körper betrifft. Menschen, die sich bisher wenig um Mode oder Gesundheit gekümmert haben, sehen sich plötzlich bemüht, das Richtige für sich zu tun und Verantwortung für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu übernehmen. Das Individuum gilt heute als haftbar für seinen Körper und wird nach ihm beurteilt. »Sich um sich selbst zu kümmern« ist ein moralisches Gebot. Der Körper wird so etwas wie ein wertvoller persönlicher Besitzgegenstand.

Zeitschriften-Features erteilen uns spaltenweise Ratschläge, wie wir am besten für uns sorgen können. Fernsehsendungen widmen sich dem Lohn, der Notwendigkeit und der moralischen Wertigkeit individueller Gesundheits- und Schönheitspflege. Politiker drängen uns, Eigenverantwortung zu übernehmen. Unsere visuelle Welt wird von Bildern überflutet, die uns durch die Darstellungsweise des Körpers und seiner Teile raffiniert vermitteln, dass unser Körper ständiger Neugestaltung und Aktualisierung bedarf. Ohne es auch nur zu merken, kommen wir der Aufforderung bereitwillig nach, weil wir unbedingt up to date bleiben wollen.

Die Fixierung auf Schlankheit und Schönheit, die seit Jahren das Selbstwertgefühl der Einzelnen unterminiert, wird in jüngster Zeit noch durch ein neues Schreckgespenst verstärkt: die steigende Übergewichtsrate. Das normale Vertrauen darauf, dass der Körper seine Nahrungsbedürfnisse selbst signalisiert, scheint verschwunden, ersetzt durch extreme Wachsamkeit und

das verzweifelte Bemühen, einen Körper zu kontrollieren, der jetzt als gefräßig dargestellt wird. Diätmittelhersteller boomen, und ein Newcomer, NutriSystem, gehört laut *Fortune* zu den 500 schnellstwachsenden Unternehmen, da er in nur zwei Jahren seinen Jahresgewinn von einer Million Dollar im Jahr 2004 auf 85 Millionen steigern konnte. Ständig eröffnen neue Fitness-Gyms und Health Bars, werden neue Nahrungsmittel erfunden. Zeitschriften, in denen es um Gewicht, Figur und Gesundheit geht, steigern ihre Auflage. Der Wunsch, den eigenen Körper umzugestalten, wird allerorten geschürt. Schönheitschirurgische Prozeduren verschlingen immer mehr Fernsehsendezeit und (bei einem Wachstum von einer Milliarde Dollar jährlich) immer mehr Geld; suggeriert wird, dass die Umgestaltung leicht und Ausdruck von Selbstwertschätzung ist. Zu alledem wird auch noch die Fortpflanzung umkonfiguriert: Junge Frauen frieren Embryonen für den künftigen Gebrauch ein und haben immer früher Zugang zu In-vitro-Fertilisation, und ein neues Phänomen tritt auf: der Transgender-Mann, der Kinder zur Welt bringt.¹

Der Spätkapitalismus hat uns aus jahrhundertealten körperlichen Praktiken hinauskatapultiert, die in erster Linie mit Überleben, Fortpflanzung, der Beschaffung von Obdach und Nahrung zu tun hatten. Heute sind Geburt, Krankheit und Altern zwar immer noch Teil des natürlichen Lebenszyklus, zugleich aber auch etwas, das man durch persönlichen Einsatz unter Nutzung des medizinischen Fortschritts und der zur Verfügung stehenden chirurgischen Maßnahmen verändern oder stoppen kann. Unser Körper gilt jetzt als unser eigenes Produkt. Wir können ihn auf künstlichem Weg, mit bio-organischen Mitteln oder durch eine Kombination von beidem gestalten, doch welche Methode wir auch wählen, der Körper ist unsere Visitenkarte, das, was unsere Wachsamkeit und harte Arbeit oder andernfalls

unser Versagen und unsere Schlamperei signalisiert. Während einst der Arbeiterschicht-Körper leicht an Schwielen und Muskeln zu identifizieren war, muss jetzt der Mittelschicht-Körper anzeigen, dass an ihm gearbeitet wurde – im Fitness-Gym, durch Yoga oder sonstige Körperpraktiken. Der Körper hat zu demonstrieren, was der/die Einzelne durch fleißiges Üben erreicht hat. Für junge Leute gilt: Tu etwas für dich, oder dir wird etwas ange-tan. User von sozialen Internet-Netzwerken posten oft extrem unvorteilhafte Fotos von anderen, die dann »gesnarkt«, d. h. mit sarkastischen Kommentaren überzogen werden.² Das öffentliche Anprangern von Körpern kam mit der Verbreitung von Bildern übers Internet auf.

Kommerzieller Druck über die Celebrity-Kultur, durch Branding und durch Industrien, die ihren Profit mit der Destabilisierung des spätmodernen Körpers machen, hat unser einstiges Körperverständnis ausgelöscht. Unsere Körper stellen keine Dinge mehr her. In der westlichen Welt haben Automatisierung, mechanisierte Landwirtschaft, vorgefertigte Produkte von Nahrungsmitteln bis zu Häusern, motorisierter Transport, Hightech-Kriegsführung etc. einen Großteil der schweren körperlichen Arbeit ersetzt. Wir reparieren auch kaum noch Dinge, da es in der Massenproduktion billiger ist, sie zu ersetzen. Wo einst Arbeiterkörper durch muskelbildende körperliche Schwerarbeit geformt wurden, hinterlassen heute schlecht bezahlte Jobs im Dienstleistungsbereich und computerbasierte Jobs quer durch die Schichten keine solchen physischen Indikatoren mehr. Ja, viele von uns müssen sich schon gezielt bemühen, sich bei der Arbeit oder während ihres gesamten Tagesablaufs überhaupt noch zu bewegen. Früher war es ein Privileg der begüterten Schichten, die keine körperliche Arbeit leisteten, sich zum Zeitvertreib und als soziale Kennzeichnung zu schmücken und zu

verschönern. Im Zuge einer Modernisierung und Demokratisierung dieser Sitte sind wir heute alle dazu angehalten. Daher beobachten wir etwas Neues. Der Körper ist zu einer Form von Arbeit geworden. Er verwandelt sich vom Produktionsmittel in das zu Produzierende.

Den Fallout dieser Veränderung sehen wir in den Sprechzimmern von Psychotherapeuten, Psychologen, Psychoanalytikern und Ärzten. Hier finden wir immer häufiger das, was ich Körperinstabilität und Körperscham nenne. Es wird immer offensichtlicher, dass unser Körperverständnis auf neue Erklärungen und Theorien angewiesen ist. Ob es um die Bereitschaft und den Wunsch so vieler Menschen geht, die Größe oder Form ihres Penis, ihrer Brüste, ihres Gesäßes oder Bauchs zu verändern, ob wir uns bemühen, das Erleben eines Mannes mit einem Phantomglied zu verstehen, quälende psychosomatische Symptome zu decodieren, mit Anorexie, Bulimie oder einer der sonstigen Körperdysmorphien umzugehen – das kartesianische und freudianische Konzept des Körpers erscheint heute unzulänglich. Das Psyche-Körper-Verhältnis verändert sich. Orthodoxe psychoanalytische Theorie über die Fähigkeit der Psyche, den Körper zu beeinflussen, reicht nicht mehr aus. In dieser Zeit der Körperinstabilität wird immer klarer, dass der natürliche Körper eine Fiktion ist. Wir müssen dringend neu über den Körper nachdenken.

Wenn man sich in der Welt umschaute und die vielen verschiedenen Arten von Körpersprache und Körperschmuck sieht³, wird klar, dass Körper immer Ausdruck einer zeitlichen, geografischen, geschlechtsspezifischen, religiösen und kulturellen Einbindung sind. Halsringe, Gesichtsbemalung, Verschleierung, entblößte Fußgelenke, Businessanzüge, gefärbte Haare, Tätowierungen, absichtlich deformierte Füße, Goldzähne, Kopf-

bedeckungen, Beschneidung, lackierte Fingernägel sind allesamt Formen der Kennzeichnung oder Selbstkennzeichnung von Individuen als Mitglieder einer bestimmten Gruppe. Unsere Körper charakterisieren sich durch die Kleidung, den Gang und/oder sonstige Zeichen, die der Gruppe entsprechen, aus der wir kommen, zu der wir gehören oder mit der wir uns identifizieren wollen. Unsere Körpercodes und unser Körperverhalten konstituieren, wer wir sind. Ob wir die jeweiligen Codes für sinnvoll halten oder nicht, zeigen sie doch in jedem Fall, dass unser Körper weder naturgegeben noch unverfälscht ist, sondern geformt und geprägt durch das Zusammenspiel von Myriaden kleiner kultureller Praktiken. Wir sehen jetzt, dass es in gewisser Weise nie so etwas wie einen simplen, »natürlichen« Körper gegeben hat. Es gab immer nur einen Körper, der sozial und kulturell geformt ist. Meine These in diesem Buch lautet: Der derzeitige kulturelle Diskurs über den Körper evoziert eine neue Epoche der Destabilisierung des Körpers und eine neue obsessive Beschäftigung mit ihm, beides induziert durch gesellschaftliche Kräfte und vermittelt in der Familie – dort, wo wir unser Körpergefühl erwerben.

Das heißt nicht, dass wir unsere Körperpraktiken als fremd erleben. Wenn wir unser Fitnessstraining machen, uns frisieren und kleiden, unterstreichen wir, wie wir gesehen werden wollen und wie wir uns selbst sehen. Wir machen uns mit Vergnügen zurecht. Unsere Körperpraktiken werden uns nicht von oben vorgegeben wie eine Art Katechismus, den es zu befolgen gilt. Kulturelle Identität wird in der ganz alltäglichen, elementaren Interaktion zwischen Babys und Eltern vermittelt. Sie ist das Eltern-Kind-Verhältnis. Die Art, wie Babys getragen, gehätschelt, gefüttert werden, wie man mit ihnen spricht und schmust, sich mit ihnen beschäftigt, ist nicht nur ein Set von kulturel-

len Praktiken, die Mütter, Väter, Kinderfrauen und Großeltern selbst als Kinder absorbiert haben und jetzt weitergeben, sie ist auch entscheidend dafür, wie das Kind seinen eigenen Körper erlebt.

Das war immer schon so und lief weitgehend unreflektiert ab. Jungen, die zu Kriegern erzogen wurden, entwickelten die dazu nötigen physischen und psychischen Eigenschaften, während Mädchen dazu erzogen wurden, brav und sittsam zu sein, still und nett mit übereinandergeschlagenen Beinen dazusitzen. Die Körper nahmen automatisch den entsprechenden Ausdruck an. Ein englischer Schuljunge der 1960er-Jahre war auf den ersten Blick zu erkennen und von seinem deutschen oder chinesischen Gegenstück zu unterscheiden: durch seine Haltung, seine Kleidung und das räumliche Feld, das sein Körper einnahm. Der Verkörperungsprozess eines jeden Jungen war konstitutiv für sein Selbstgefühl. Körper werden im Säuglingsalter geformt, je nach den gesellschaftlichen und individuellen Gebräuchen der Familie, in die sie hineingeboren werden, sodass sie zu der Sorte Körper werden, die das vor ihnen liegende Leben erfordert.

Aber natürlich ging das manchmal auch schief. Nicht auf der medizinisch-organischen Ebene – Körper weigerten sich aus irgendeinem Grund, sich so zu verhalten, wie sie sich hätten verhalten sollen. Sie funktionierten nicht mehr erwartungsgemäß. Ein Arm oder ein Bein war plötzlich gelähmt, oder eine Frau bildete einen schwanger wirkenden Bauch aus, obwohl keine Befruchtung stattgefunden hatte. Ein Mann entwickelte vielleicht eine zwanghafte sexuelle Fixierung auf Stöckelschuhe und konnte nicht ejakulieren, ohne einen solchen Schuh zu sehen oder zu lieblosen. Solche Phänomene fielen Sigmund Freud im ausgehenden neunzehnten Jahrhundert auf, und ihn faszinierte das Verhältnis zwischen Psyche und Körper, oder genauer gesagt,

die psychischen Entstehungswege des körperlichen Symptoms. In Gesprächen mit seinen Patienten spürte er den Ursprüngen körperlicher Symptome nach, die nicht konstitutionell oder erblich bedingt waren. Er zog Verbindungen zwischen dem, was die Einzelnen erlebt hatten, ihrer Erinnerung und Konstruktion des Geschehenen und ihrer Einordnung dieses Erlebens im Licht ihrer unbewussten Wünsche und Konflikte. Freud wies überzeugend nach, dass die Psyche großen Einfluss auf den Körper üben konnte. Sein Werk hat, auch wenn es anfangs nur zögerlich aufgenommen wurde, unsere Sicht des Verhältnisses und der Interaktion zwischen Psyche und Körper revolutioniert.

Freuds Erkenntnisse leiten uns zu Recht seit über einem Jahrhundert. Sie sind nicht die einzige Grundlage des psychoanalytischen Instrumentariums, haben aber den gesamten medizinischen Bereich durchdrungen, sodass es heute Allgemeingut ist, die Auswirkungen von Stress auf das Immunsystem, das endokrine System und das Verdauungssystem oder auch auf das größte unserer Organe, die Haut, zu berücksichtigen. Wir zögern nicht, Ekzeme mit psychischem Stress in Verbindung zu bringen. Wir ignorieren zwar nicht die chemischen Reizstoffe, die Jucken und Rötung auslösen, belassen es aber kaum je dabei; wir gehen dem Verhältnis zwischen Emotionen, persönlicher Geschichte und den verschiedenen Körpersystemen nach.

Vor allem aber hat uns Freud gezeigt, dass die Annahme einer »natürlichen« menschlichen Sexualität eine irriige Vorstellung ist. Sexuelles Begehren ist durchtränkt von Konflikten, Wünschen und Fantasien. In unserer Zeit, so meine These, ist der Körper selbst ein ebenso kompliziertes Feld geworden, wie es zu Freuds Zeiten die Sexualität war. Auch er ist geformt und deformiert durch die früheste Interaktion mit unseren Bezugspersonen, Trägern der Normen und Imperative unserer Kultur, wie der Körper

auszusehen und wie man mit ihm umzugehen hat. Ihre Wahrnehmung eigener körperlicher Mängel und Stärken, ihr Körperideal und ihre Körperängste wirken sich auf das Kind aus. In meinem Sprechzimmer wird dieser Niederschlag im kindlichen Körpergefühl und in der Körperinstabilität des Erwachsenen deutlich. Neu und beunruhigend ist aus meiner Sicht die Häufigkeit, mit der elterliches Körperunbehagen im Körpererleben meiner erwachsenen Patientinnen und Patienten zum Tragen kommt. Was sich da offenbart, ist die Weitergabe unsicherer Körperlichkeit von einer Generation an die nächste.

In meiner Anfangszeit als Psychotherapeutin hörte ich das ferne Grollen von Körperunsicherheit aus den Ess- und Körperbildstörungen der Menschen in meinem Sprechzimmer heraus. Ich schrieb darüber, wie in Vorstellungen von Dick- und Dünnsein komplexe gesellschaftliche und individuelle Ideen und Gefühle steckten, die sich nicht direkt zu äußern vermochten. Seit meinem *Antidiätbuch* und meinem Buch *Hungerstreik* (in England 1976 und 1986 erschienen) haben sich die Probleme, die ich damals zu beschreiben versuchte, massiv ausgebreitet: Essstörungen und Körperunbehagen sind heute für viele Menschen und viele Familien Teil des Alltagslebens. Da immer mehr Länder Anschluss an die globale Kultur erlangen, gelten die symbolischen Bedeutungen, die Dick- und Dünnsein beigemessen werden, inzwischen in den Köpfen vieler Menschen, deren Hauptsorge es noch vor kurzer Zeit war, genug zu essen zu bekommen. Heute zeigen »richtige« Ernährung und die »richtige« Figur die Zugehörigkeit zur Moderne an; »nicht richtige« Ernährung und eine »nicht richtige« Figur hingegen stehen für ein beschämendes Versagen oder für die Ablehnung der Werte, an denen wir uns zu orientieren haben. In diesem Kontext erweist sich Freuds Verständnis der symbolischen Bedeutungen im Leben des Individu-

ums zwar nach wie vor als gültig, aber auch als begrenzt. Dass die Einzelnen wie auch das Kollektiv zunehmend Veränderungen des eigenen Körpers erstreben, deutet darauf hin, dass wir die Entwicklungstheorie – unser Verständnis des Übergangs von der frühen Kindheit bis ins Erwachsensein – mit den Auswirkungen gegenwärtiger gesellschaftlicher Praktiken zusammenbringen müssen.

Die letzten dreißig Jahre haben unser Verständnis dessen, was psychische Konflikte mit dem Körper machen können, erweitert. Sie haben deutlich gemacht, dass wir es mittlerweile mit einer Krise des Körpers selbst zu tun haben. Das hat mich dazu gebracht, das gesamte Konzept des Körpers als eines Organismus, der sich von der Geburt an nach seinen genetischen Vorgaben entfaltet und nur in bestimmten Schlüsselstadien dieser Entwicklung von der Psyche (und der Ernährung) beeinflusst wird, infrage zu stellen. Der Körper ist nicht mehr etwas im Grunde Stabiles. Neue Entwicklungstheorien müssen sich mit dem primären Terrain unserer menschlichen Körperlichkeit befassen, und der hier von mir vorgeschlagene Ansatz für die Reflexion über den Körper liefert meines Erachtens Ausgangspunkte für eine Theorie der körperlichen Entwicklung, die genauso überzeugend ist wie unsere gegenwärtige Theorie der psychischen Entwicklung. Wenn wir die Psychologie unseres Körpers erst besser verstehen – und da lernen wir viel von Psycho- und Körpertherapeuten, Neuro-Psychoanalytikern und Neuropsychologen –, werden wir zu einer Theorie der menschlichen Entwicklung finden, die die Psychosomatik stärker berücksichtigt. Und wir werden auch genauer nachvollziehen können, in welcher Weise unsere bildergesättigte Kultur auf den visuellen Kortex einwirkt und wie dies zu einer rasch fortschreitenden Reduktion der reichen Vielfalt menschlichen

Körperausdrucks geführt hat. Heute sind einige wenige idealisierte Körpertypen, auf die jeder glaubt hinarbeiten zu müssen, an die Stelle verschiedener Formen von Körperlichkeit getreten. Genau wie wir alle vierzehn Tage eine Sprache verlieren, laufen wir Gefahr, die Körpervielfalt einzubüßen.⁴

Dies sind meine klinischen Ausgangspunkte und meine theoretischen Vorschläge. Auf der moralischen Ebene schmerzt und beunruhigt mich die homogene visuelle Kultur, mit der uns Industrien überziehen, deren Profite auf dem Schüren von Körperunsicherheit beruhen und deren Schönheitsterror so viele Menschen schädigt. Millionen kämpfen täglich mit negativen Gefühlen und Scham wegen ihrer körperlichen Erscheinung. Das ist kein triviales Problem, nur weil es ein privater Kampf ist, der sich als Eitelkeit äußern oder fälschlich dafür gehalten werden mag. Es ist weit ernster, als wir zunächst denken, und nur weil es heute so normal ist, sich mit dem eigenen Körper oder Teilen desselben unwohl zu fühlen, spielen wir herunter, wie schwerwiegend solche Körperprobleme sind: Sie sind eine versteckte Gesundheitskatastrophe, die sich nur ansatzweise in den Statistiken über selbstverletzendes Verhalten, Übergewicht und Anorexie zeigt, die sichtbarsten Symptome einer viel umfassenderen Körperunsicherheit.

Diese Erscheinung der Spätmoderne ist nicht unvermeidbar. Sie ist nicht das einzig mögliche Resultat einer übersättigten digitalen Bilderkultur. Eben jene technischen Mittel, die eine Verengung der Schönheitsnormen hervorgebracht haben, könnten auch so eingesetzt werden, dass sie die breite Vielfalt der Körper widerspiegeln, die die Menschen wirklich haben. Und langfristig ist es auch für die Style-Industrien nicht nötig, ein verengtes Schönheitsideal zu propagieren. Es könnte diesen Industrien im Gegenteil sogar nützen, Verschiedenheit und Vielfalt

zu propagieren und es zu ihrem ethischen Ziel zu machen, das Leiden am eigenen Körper, das so viele Menschen heute plagt, aufzuheben.

Dieses Buch 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. Die verschiedenen Ausdrucksformen von Körperunzufriedenheit und die Suche nach Lösungen bilden das Thema dieses Buchs. Obwohl die Psychoanalyse körperliche Symptome häufig als Ausdruck psychischen Leidens versteht, werde ich argumentieren, dass körperliche Symptome wie Ekzeme oder Adipositas auch Ausdruck

von Leiden auf der Ebene des Körpers selbst sind – erzeugt durch gesellschaftliche Kräfte, in der Familie vorhandene Körperängste und transgenerationale Körpertraumata. Ich hoffe, Antwort auf folgende Fragen geben zu können: Warum ist Zufriedenheit mit dem eigenen Körper so schwer zu erlangen? Warum sind Veränderungen des eigenen Körpers von Geschlechtsumwandlung über Amputation bis hin zu Schönheitschirurgischen Eingriffen wenn auch vielleicht nicht allgegenwärtig, so doch etwas, das im allgemeinen Bewusstsein eine große Rolle spielt und immer häufiger auch praktiziert wird? Warum ist Sex ein »Must-have«, beherrscht von Normerfüllung und getränkt von Fantasien, die Freud schwindelig gemacht hätten? Wie können wir den Reiz von Reality-TV-Sendungen verstehen, die die Erlösung des Körpers durch Perfektionierung versprechen? Was ist an unserem Körper, so wie er ist, verkehrt und warum?

Indem ich diesen Fragen nachgehe, hoffe ich dahin zu kommen, einen Beschreibungsapparat und eine Theorie des Körpers unserer Zeit zu entwickeln. Körper, so werde ich argumentieren, 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 und personalisierte Medikamente verheißt, sind wir 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? 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.