

Schönheit, Fitness und Geschlecht

Die Arbeit am eigenen Körper als Herausforderung für die Praktische Theologie

Isolde Karle

Abstract

The essay focusses on the »body turn« of our contemporary society. It turns out that working on one's own body—through sports, fitness and diverse beauty treatments—can be experienced as an act of liberation or self-empowerment on the one hand, but also as a heavy burden and (self-) submission under social ideas of »normality« on the other hand. From a theological point of view, it is important to include this ambivalence and to emphasize the unavailability, finiteness and vulnerability of human existence, but also to appreciate bodily strategies that can serve inclusion and, inspired by the doctrine of justification, to embolden a courage-to-be despite all fragility.

I. Body Turn

Der Körper erfährt in der spätmodernen Gesellschaft zunehmende Aufmerksamkeit. Dabei geht es einerseits um ein intensives Körpererleben angesichts vielfältiger Identitätsverunsicherungen und andererseits um eine Optimierung des Körpers, die den Körper gesünder, schöner, »normaler« im Sinne von normgerechter machen soll. Nicht nur Frauen und Mädchen unterziehen sich der mühsamen Arbeit der Körperoptimierung und -disziplinierung. Zunehmend rücken auch Männer und das männliche Körperideal in den Fokus. Die Akzente werden geschlechtsdifferent lediglich verschieden gesetzt. Geht es bei jungen Frauen vor allem darum, »schön« im Sinne von schlank zu sein, sind junge Männer vorwiegend auf Sport und Fitness konzentriert, um einen muskulösen und ästhetisch-»männlich«-starken Körper präsentieren zu können.¹ Darüber hinaus gibt es auch Körperkorrekturen, die geschlechtsindifferent praktiziert werden wie z.B. kieferorthopädische Behandlungen, die mittlerweile nahezu jeden Teenager betreffen. Ob Frauen oder Männer, Mädchen oder Jungen – alle müssen viel investieren, um einen ästhetischen Körper zu erhalten und zu pflegen. Ein Ziel ist nie erreicht, ständig gilt es, über Frisör, Styling, Make-up, Zahnarzt, spezifische Diäten, sportliche Bewegung, Fitness, Bodybuilding und zunehmend auch chirurgische Maßnahmen den Körper zu tunen und zu verbessern.

1. Die Unterschiede relativieren sich zwar in der Gegenwart, doch ist immer noch deutlich erkennbar, dass Frauen mehrheitlich ins Fitnessstudio gehen, um etwas für ihre Gesundheit zu tun, sportlich fit zu werden oder zu bleiben und ab- statt (über Muskelmasse) zuzunehmen – und nicht, um mit Hanteln Bodybuilding zu betreiben und einen muskulösen (Masse-)Körper zu entwickeln. Frauenfitnessstudios sind dementsprechend anders ein- und ausgerichtet (mit größerem Wellness- und Gesundheitsbereich) als gemischte Studios, die primär die männliche Klientel im Blick haben.

Die Theologie hat bislang kaum auf diese gesellschaftlichen Veränderungsprozesse reagiert. Nach wie vor ist der Körper und sind Körpernormen ein marginalisiertes Thema der Praktischen Theologie.² Dabei wäre es für die Seelsorge, aber auch für Bildungsprozesse, z.B. mit Konfirmandinnen und Konfirmanden und heranwachsenden Schülerinnen und Schülern, und nicht zuletzt für das Predigen über lebensweltliche Probleme und Gefühle elementar, diese Fragen moderner Lebensführung soziologisch sensibel und theologisch-ethisch angemessen zu reflektieren und Strategien des Umgangs damit zu entwickeln. Nicht jedwede Form der Körperarbeit ist dabei gleich als ideologische Verblendung oder neoliberale gouvernementale Selbstregierung des Individuums moralisch zu ächten. Es gilt vielmehr, differenziert die Ambivalenz der Praktiken und Strategien, die sich mit dem Leiden und Arbeiten am Körper verbinden, zu betrachten, ihre tiefe existentielle Verankerung in Identitäten und Gefühlen wahrzunehmen und entsprechend sowohl kritisch als auch würdigend mit ihnen umzugehen. Nicht zu vergessen ist dabei die selbstreflexive Komponente, denn auch Predigende und Seelsorgetreibende sind mit ihrer Körpergestaltung aktiv befasst und können sich gesellschaftlichen Normen und Erwartungen ebenso wenig entziehen wie die Menschen, mit denen sie zu tun haben.

In diesem Sinn möchte ich im Folgenden den Ambivalenzen der Arbeit am eigenen Körper im Anschluss an soziologische und gendertheoretische Studien nachgehen, die den »body turn«³ schon seit Längerem reflektieren. Am Ende werde ich den soziologischen Befund theologisch deuten und nach praktisch-theologischen Konsequenzen fragen.

II. Der Geschlechtskörper als Melange von Natur und Kultur

Wenn wir über Körper und Gesellschaft nachdenken, ist es essentiell, sich vor Augen zu führen, dass der menschliche Körper für uns nicht unmittelbar beobachtbar und greifbar ist, sondern seine Wahrnehmung immer schon von gesellschaftlichen Normen und Konventionen beeinflusst und durchtränkt ist. Es gibt keinen Weg zurück zu einer vorsozialen körperlichen Authentizität. Das heißt nicht, dass es keinen Unterschied zwischen Natur und Kultur gäbe, aber es heißt sehr wohl anzuerkennen, dass wir Natur nur unter der Voraussetzung kultureller Vorannahmen wahrnehmen und beschreiben können. So hat die Genderforschung in den letzten Jahrzehnten in vielen empirisch-kulturvergleichenden, historischen und hermeneutischen Studien herausgearbeitet, dass die alltagsweltlich natürlich anmutende Zweigeschlechtlichkeit des Menschen nicht ohne entsprechende gesellschaftliche Diskurse, Institutionen und Strukturen und interaktive Praktiken und Inszenierungen funktionieren würde. Die Vielfalt menschlicher Körper lässt sich nur sozial so eindeutig in zwei Klassen

2. Vgl. für einen Überblick: A. Grözinger, Vom Verschwinden und der Wiederkehr des Körpers in der Praktischen Theologie, in: Chr. aus der Au/D. Plüss (Hg.), Körper-Kulte. Wahrnehmungen von Leiblichkeit in Theologie, Religions- und Kulturwissenschaften, Zürich 2007, 75–91. Zur Analyse der gleichzeitigen Körperaufwertung und -verdrängung in der Moderne und den Konsequenzen für die Praktische Theologie vgl. ausführlich: I. Karle, Liebe in der Moderne. Körperlichkeit, Sexualität und Ehe, Gütersloh 2014, 13–76.
3. Der Begriff geht zurück auf Robert Gugutzer, der 2006 einen Band mit diesem Titel herausgegeben hat: R. Gugutzer, body turn. Perspektiven der Soziologie und des Körpers und des Sports, Bielefeld 2006.

aufteilen, wie wir das zu tun gewohnt sind. Die Natur ist nicht so trennscharf. Sie kennt vielmehr fließende Übergänge und vielfältige körperliche Besonderheiten, die sich nicht ohne Weiteres dem kulturell eindeutigen Raster der Mann-Frau-Unterscheidung fügen. Der Körper ist als Basis der Wahrheit von Geschlecht mithin immer schon eine konstruierte Wirklichkeit, eine kulturell erzeugte Natur. »Der Körper ist weiblich oder männlich, weil er gar nicht anders wahrgenommen werden kann. So wird [...] aus gender sex«⁴, aus dem sozialen das körperliche Geschlecht. Es stellt sich aus dieser Perspektive dann nicht mehr primär die Frage, was Männer und Frauen unterscheidet – eine Frage, die den Unterschied, dessen Genese untersucht werden soll, immer schon voraussetzt und erneut hervorbringt –, sondern wie es eigentlich dazu kommt, dass unsere Wahrnehmung unentwegt damit befasst ist, Menschen konsequent in Frauen und Männer aufzuteilen⁵ und ihnen dabei jeweils unterschiedliche Begabungen, Präferenzen, Verhaltensmuster, Gefühls- und Seinsweisen zu unterstellen. Schon Erving Goffman befasste sich in den 1970er Jahren mit der Frage, wie es zu dieser erstaunlich konsequenten Aufteilung von Männern und Frauen kommt, und hat das Geschlecht als Prototyp einer sozialen Klassifikation begriffen.⁶

Kultur und Natur bilden demnach eine untrennbare Melange. Das zeigt sich nicht zuletzt bei der medialen Darstellung und Inszenierung von weiblichen und männlichen Körpern. Schaut man sich Bilder in der Werbung an, dann wird deutlich, wie das »körperliche Material« wie Beine oder Arme nicht nur verschieden eingesetzt wird, sondern auch unterschiedliche Werte vermittelt. »Männer inszenieren sich als standfest, Frauen [mit hochhackigen Schuhen] als labil und zerbrechlich, Männer blicken herausfordernd und der Welt zugewandt, Frauen hingegen blicken naiv heraufschauend, lasziv mit halbgeschlossenen Augen und höchstens neugierig. Dass die Bilder [...] tatsächlich funktionieren, ist ein Verweis auf ihre Normalität und Selbstverständlichkeit. Das heißt aber, dass die semantischen Codes, die die Bilder der Werbung verwenden, bereits bestehende Normen aufgreifen müssen. Sonst könnten sie nicht funktionieren.«⁷ Umgekehrt irritieren Paarbilder, in denen die Frau größer als der Mann dargestellt wird oder die klassische Beschützergeste – den Arm um die Schulter zu legen – übernimmt.

Konstruktion heißt nun aber keinesfalls Beliebigkeit oder Künstlichkeit.⁸ Das würde die Stabilität des Sozialen unterschätzen. Die sozialen Normen bleiben nichts Äußerliches, das man wie ein Kleid nach Belieben ablegen könnte, sondern wandern in unsere Körper ein. Sie werden affektiv verinnerlicht und emotional gespürt, sie werden mit Haut und Haaren empfunden und sind tief verankert in unserer Identität. Es war vor allem Pierre Bourdieu, der mit seiner Theorie von Habitus und Hexis auf diese Zusammenhänge hinwies. Gesellschaftliche Skripts prägen sich dem Körper ein, sie kommen in der Körperhaltung zum Ausdruck, sie drücken sich in Körperbewegungen und motorischen Handlungen aus, sind zutiefst in die Routinen der Körper

4. P.-I. Villa, *Sexy Bodies. Eine soziologische Reise durch den Geschlechtskörper*, Wiesbaden 2011, 207.

5. Vgl. Villa im Anschluss an Lindemann, a.a.O., 85.

6. Vgl. E. Goffman, *Das Arrangement der Geschlechter*, in: ders., *Interaktion und Geschlecht*, hg. von H. Knoblauch, Frankfurt a.M. 1994, 105–158: 108 und I. Karle, »Da ist nicht mehr Mann noch Frau ...«. *Theologie jenseits der Geschlechterdifferenz*, Gütersloh 2006, 35ff.

7. Villa, *Bodies*, 141.

8. Vgl. a.a.O., 213.

eingezeichnet und erfordern zugleich viel Mühe und Anstrengung.⁹ Es geht deshalb nicht nur um »Bewusstwerdung« und Aufklärung. Eine solch kognitive Vorstellung vernachlässigte die Opakheit und Trägheit, die aus der Einprägung sozialer Strukturen in die Körper resultiert.¹⁰

Entscheidend im Hinblick auf die Wahrnehmung von Körpern ist: Nicht der biologische Körper sorgt für eine aus ihm ableitbare soziale Genderidentität, sondern die gesellschaftliche Ordnung sorgt »für eine Feminisierung und Maskulinisierung von Körpern, Personen, Verhaltenscodes, Körperhaltungen und -erfahrungen, Wahrnehmungsschemata, Gefühlen und Empfindungen.«¹¹ In diesem Zusammenhang sind nun auch die vielfältigen Körperpraktiken und asketischen Bemühungen zu sehen und zu verstehen, die in den letzten Jahren an Bedeutung gewonnen haben und die Körperarbeit in den Fokus der Aufmerksamkeit rücken. Nicht die natürliche, sondern die arbeitsintensive »künstlich« hergestellte Geschlechterdifferenz steht dabei im Vordergrund.

III. Optimierungen des Körpers

Formen der Körperoptimierung wie Sport und Fitness gehören für viele Menschen zum alltäglichen Leben. Zunehmend betreiben vor allem junge, heranwachsende Männer in Fitnessstudios Bodybuilding. Es ist offenkundig für viele sehr befriedigend zu sehen, dass und wie man den eigenen Körper gestalten und formen kann, dass man ihm nicht ausgeliefert ist, sondern dass der Körper aufgrund harter Arbeit und mit viel Schweiß und Mühe zu einem starken, muskulösen Körper transformiert werden kann. Ein 17-jähriger Fitnessbegeisterter formuliert: »Es geht darum, dass ich hier einen ästhetischen Körper aufbauen kann. All das aufgrund meines Willens und weil ich ›determination‹ und ›commitment‹ habe, das sind die beiden Worte, die ich dafür am wichtigsten finde. Und weil ich das habe, kann ich meinen Körper ändern. Das kann mein Leben ändern, auch wie andere Leute einen wahrnehmen. Ich habe mehr Selbstbewusstsein, weil ich sicherer in meinem Körper bin, und das ist für mich etwas ganz Wichtiges und deswegen liebe ich es auch so sehr.«¹²

Die Form der Körperkontrolle im Fitnessstudio wird von dem jungen Mann als positiv erlebt – durch die »harte Arbeit« am Körper steigt der Endorphin- und Serotonin Spiegel merklich an, es stellt sich der Stolz der Selbstüberwindung ein, man erfährt Anerkennung für die Arbeit an einem normgerechten Körper und damit mehr Selbstbewusstsein und Sicherheit in einer Welt, die in vielfältiger Weise undurchschaubar und verunsichernd geworden ist. Der Körper erscheint als ein Ort, an dem sichtbar und augenfällig etwas bewirkt werden kann, an dem man Spuren hinterlassen kann, über den man verfügen kann, ein Ort, an dem Absichten noch gezielt in Ergebnisse

9. Pierre Bourdieu schreibt: »Die Maskulinisierung des männlichen und die Feminisierung des weiblichen Körpers sind gewaltige und in einem bestimmten Sinn unendliche Aufgaben, die, heute wohl mehr denn je, einen beträchtlichen Aufwand an Zeit und Anstrengung erfordern und eine Somatisierung des Herrschaftsverhältnisses zur Folge haben, das auf diese Weise naturalisiert wird. Durch eine regelrechte Dressur der Körper werden jene ganz basalen Dispositionen aufgezwungen«, die zum Geschlechterspiel zugleich geneigt wie fähig machen. P. Bourdieu, *Die männliche Herrschaft*, Frankfurt a.M. 2005, 99f.

10. Vgl. Karle, »Das ist nicht mehr Mann noch Frau«, 72 im Anschluss an Bourdieu.

11. A.a.O., 77.

12. Unveröffentlichtes Transkript eines Interviews, das ich selbst durchgeführt habe.

umgesetzt werden können, was in der hoch komplexen funktional differenzierten Gesellschaft nur schwer erreichbar ist.

Der Körper wird »[i]n einer immer mehr entsinnlichten Gesellschaft [...] durch die ihm zugeschriebene Natürlichkeitsqualität zu einer wichtigen Sinninstanz.«¹³ Körperlichkeit wird zur sinnerschließenden Erfahrung. Der Herzschlag beschleunigt sich, man beginnt zu schwitzen und sich im besten Fall selbstvergessen der Bewegung bzw. dem Training zu überlassen. Die Attraktivität von körperlichen Betätigungen ist eine »Reaktion auf die durch die moderne Gesellschaft ausgelösten Identitätsverunsicherungen«¹⁴. Körperlichkeit wird »ins Zentrum gerückt, das Erleben von Körperlichkeit [...] ermöglicht und Körperlichkeit gesteigert.«¹⁵ Das wiederholte Training schafft dabei Kontinuität, verleiht Sinn und Halt und ordnet die Zeit.¹⁶

Doch hat die bewusste Steuerung des Körpers über Willensakte ihre Grenzen und kann sie überdies paradoxe Effekte hervorrufen. Bei der Einnahme von Aufputzmitteln und Doping ist dies überdeutlich, aber auch bei den meisten Diäten ist der Effekt »in the long run« bekanntermaßen kontraproduktiv. Der Körper lässt sich nicht wie eine Maschine kausallinear steuern. Nicht zuletzt stellt die ständige kognitive wie physische Beschäftigung mit Diät und Training und die davon abgeleitete Bewertung des eigenen Körpers die Frage nach der eigenen Freiheit und Autonomie: Stellen Bodybuilding und Diät eine Form der Selbstermächtigung oder eher eine Form der Selbstunterwerfung unter gesellschaftliche Ideale dar? Ist die rigide körperliche Askese und Selbstdisziplin in Sport und Diät Ausdruck von Freiheit oder eher von Knechtschaft? Wir kommen darauf zurück.

Eine besonders drastische Form der Körperoptimierung stellen Schönheitsoperationen dar. In Deutschland steigt die Anzahl der ästhetisch-plastischen Operationen von Jahr zu Jahr. Schönheitschirurgen schätzen, dass gegenwärtig in Deutschland mindestens 500.000 ästhetisch-plastische Operationen pro Jahr durchgeführt werden.¹⁷ Die beliebtesten Operationen sind Fettabsaugung, Brustvergrößerung, Lidstraffung, aber auch Nasenkorrekturen u.ä. mehr. Darüber hinaus gibt es eine erhebliche Zahl minimalinvasiver Eingriffe wie Botoxbehandlungen. Es sind zwar vor allem Frauen, die einen Schönheitschirurgen aufsuchen, inzwischen ist aber ein Fünftel der Patienten männlich. Galten schönheitschirurgische Eingriffe lange als verpönt, nimmt ihre Akzeptanz mittlerweile stetig zu.¹⁸ Aktuelle Medienformate verstärken diesen Trend.

13. K.-H. Bette, *Körperspuren. Zur Semantik und Paradoxie moderner Körperlichkeit*, Berlin/New York 1989, 32.

14. S. Lewandowski, *Sexualität in den Zeiten funktionaler Differenzierung. Eine systemtheoretische Analyse*, Bielefeld 2004, 170.

15. A.a.O., 237.

16. Vgl. M. Kläber, *Moderner Muskelkult. Zur Sozialgeschichte des Bodybuildings*, Bielefeld 2013, 242.

17. So ein Bericht von Spiegel Online aus dem Jahr 2012: <http://www.spiegel.de/gesundheits-diagnose/schoenheits-ops-500-000-deutsche-haben-sich-2011-unters-messer-gelegt-a-855707.html> (Zugriff: 06.09.2017). Insgesamt ist es schwer die Zahl zu schätzen, weil es kein zentrales deutsches Register für Schönheitsoperationen gibt. In einem aktuellen Bericht der Süddeutschen Zeitung vom 15. Mai 2017 heißt es: »Die internationale Vereinigung der Ästhetisch-Plastischen Chirurgen (ISAPS) schätzte die Gesamtzahl in Deutschland nach jüngsten verfügbaren Zahlen für 2015 auf mehr als 615000.« <http://www.sueddeutsche.de/news/gesundheits-ops-500-000-deutsche-haben-sich-2011-unters-messer-gelegt-a-855707.html> (Zugriff: 06.09.2017).

18. Zu beachten ist, dass schönheitschirurgische Körperoptimierungen selbst bezahlt werden müssen und deshalb für wohlhabende sehr viel einfacher erreichbar sind als für finanziell unterprivilegierte Schichten.

Jeder und jede soll selbst bestimmen, welchen Körper er oder sie hat bzw. haben soll. Die Arbeit am eigenen Körper folgt der Logik des unternehmerischen Selbst, es gilt sich selbst permanent zu verbessern. Der Körper ist nicht länger Schicksal, sondern wird zu einer Ressource, die zu nutzen und zu gestalten ist. Dabei ist es zentral, dass man mit Ernsthaftigkeit und Mühe bei der Sache ist. Willensanstrengung und Selbstüberwindung sind die entscheidenden Schlüssel, die die Selbstachtung stärken sollen und Anerkennung versprechen.

IV. Ambivalenzen

Wie sehr können wir über unseren Körper verfügen? Inwieweit können wir ihn kontrollieren? Wie sehr können wir mit unserer Natur instrumentell umgehen? Das sind ethische Fragen, die nicht einfach zu beantworten sind, weil es hier nicht um klare Ja/Nein Entscheidungen geht, sondern um Grauzonen, um ein Abwägen, um ein Kontinuum, auf dem manches als sinnvoll und vernünftig und anderes als problematisch und selbstdestruktiv eingeschätzt werden kann und muss.

Chirurgische Eingriffe, die den Körper standardisierten, geschlechtsdifferenzierten Schönheitsidealen angleichen sollen, verursachen weithin, vor allem in kirchlichen Kreisen, großes Unbehagen. Es erscheint evident, dass Menschen sich dabei nicht selbst verwirklichen, sondern sich gesellschaftlichen Normen unterwerfen und dabei große Strapazen auf sich nehmen, um »schön normal«¹⁹ zu sein. Doch halte ich es für elementar, die Ambivalenzen auch von chirurgischen Eingriffen nüchtern und differenziert in den Blick zu nehmen. So sind die Grenzen zwischen ästhetischen und medizinischen Motiven nicht selten fließend. Manche lässt sich ihre »zu große« Brust verkleinern, um ihre Rückenschmerzen zu verringern und nicht um einem gesellschaftlichen Schönheitsideal gerecht zu werden. Eine andere leidet so sehr unter ihrer »krummen« Nase, dass sie sich nach langem Ringen zwar einer Schönheitsoperation unterzieht, aber dies als einmaligen Akt betrachtet, für den sich zu entscheiden ihr alles andere als leichtfällt.²⁰ Der SPD-Politiker Sigmar Gabriel ließ sich Ende 2016 operativ seinen Magen verkleinern, um seine Diabetes-Erkrankung besser in den Griff zu bekommen – so jedenfalls die offizielle Erklärung. Starkes Übergewicht gilt immer noch als Charakter- und Willensschwäche, als Zeichen für Zügellosigkeit und Trägheit, deshalb ist es schwer, es zum Thema zu machen und es – als Betroffener – zugleich zu ignorieren. Während Diabetes als guter medizinischer Grund für einen Eingriff betrachtet wird, gilt starkes Übergewicht als persönliches Versagen und damit nicht als legitimer Grund für eine Operation. Dabei ist Adipositas tatsächlich vor allem ein medizinisches Problem, das vielfältige weitere medizinische Probleme wie Diabetes nach sich zieht. Deshalb betrachten Medizinerinnen und Mediziner auch die Tabuisierung von Bauch-Operationen bei Adipositas als ernsthaftes Problem.²¹

19. Vgl. den Buchtitel »schön normal«, P.-I. Villa (Hg.), schön normal. Manipulationen am Körper als Technologien des Selbst, Bielefeld 2008.

20. Siehe als Beispiel die Äußerungen der 18-jährigen Michelle in der Dokumentation 37 Grad »Mädchen und ihr Traum von Schönheit« <https://www.youtube.com/watch?v=DqLbEopIOqU> (Zugriff: 06.09.2017).

21. Vgl. einen Bericht aus dem Tagesspiegel und einen Bericht aus der Stuttgarter Zeitung, beide mit Bezug auf Sigmar Gabriel: H. Wewetzer, Mehr Magenverkleinerungen, bitte!, 10.01.2017, unter: <http://www.tagesspiegel.de/weltspiegel/sonntag/op-gegen-fettsucht-mehr-magenverkleinerungen->

Kaum jemand wird sich aufgrund der strapaziösen Folgewirkungen in den Monaten nach einer derartigen Operation leichtfertig für eine solche entscheiden. Ganz sicher auch Sigmar Gabriel nicht.

Auch Fitness und Bodybuilding können, in Maßen praktiziert, die Gesundheit und das körperliche Wohlbefinden fördern, ohne dass man sich gleich mit Haut und Haaren einer Ideologie der Körpermanipulation unterwirft oder in die Rubrik »Sport- oder Muskelsucht« einzuordnen ist. Die Soziologie ist oft recht schnell mit paternalistischen Bewertungen dieser Art und einer aus meiner Sicht einseitig defizitorientiert-negativen Sichtweise.²² Wohltuend heben sich davon die differenzierten Körperstudien von Paula Villa ab. Villa warnt davor, Schönheitschirurgische Eingriffe unter Generalverdacht zu stellen und vorschnell moralisch abzuqualifizieren. Das unterschätze den enormen psychischen Leidensdruck, den viele Menschen empfinden, die sich zu einem solchen Schritt entschließen. Es gilt, das reale Leid hinter den »nachvollziehbar komplexen, wohlüberlegten Entscheidungen von Personen«²³ ernstzunehmen. »Frauen, die sich für einen Schönheitschirurgischen Eingriff entscheiden, sind alles andere als dumm, naiv, fremdbestimmt. Sie haben oftmals lange, zum Teil sehr lange Leidenserfahrungen« hinter sich und »nutzen die Option Chirurgie strategisch als eine von mehreren Alternativen, um sich (endlich) in ihrem Körper wohl zu fühlen, ja um überhaupt ein normales Leben leben zu können. Frei von den verletzenden Blicken der anderen und frei von den handfesten Exklusionen, die sich aus einem »falschen« Körper ergeben.«²⁴ Villa weist überdies darauf hin, dass es historisch betrachtet manchmal um das schiere Überleben ging, wenn sich z. B. amerikanische Juden und Jüdinnen in der Hoffnung auf weniger Stigmatisierung ihre sogenannten »Hakennasen« (»racial nose«) korrigieren ließen. Selbstredend ist für eine solch stigmatisierende Praxis die Gesellschaft zu kritisieren, aber das hilft in der konkreten Leidenssituation nicht weiter. In der konkreten Situation kann es für Menschen, die in unterschiedlicher Weise körperlich diskriminiert werden, vielmehr auch eine sinnvolle Strategie sein, sich moderner Technologien zu bedienen, um eine körperliche »Normalisierung« und damit gesellschaftliche Anerkennung zu erreichen. »Das kann überlebenswichtig sein. Es steht also denjenigen, die das Privileg genießen,

bitte/19219602.html (Zugriff: 06.09.2017) und: R. Warth, Nach Magen-OP muss Gabriel Klar-text reden, 23.12.2016, unter: <http://www.stuttgarter-zeitung.de/inhalt.operation-kanzlerkandidatur-nach-magen-op-muss-gabriel-klartext-reden.6a1b4f0e-1bff-4c35-9376-96ffefb00500.html> (Zugriff: 06.09.2017).

22. So spricht Mischa Kläber ohne weitere Differenzierungen vorzunehmen von Bodybuilding als Ersatzreligion, von der »beispiellosen Einseitigkeit« der Fitnesskultur, von einem Körperkult als Zurückweisung des tristen Alltags usw. Vgl. Kläber, Körperkult, 8, 25ff., 30 u.ö. Bette und Gugutzer betrachten den Sport prinzipiell als prädestiniertes Suchtfeld. Der Sport müsse Erfahrungen von Bedeutungslosigkeit und Entmächtigung kompensieren. »Die Angst vor Routine, Langeweile, Leere und körpernahen Krisen wie Krankheit, Leistungsabbau oder Attraktivitätsverlust soll durch die Betonung eines faltenlosen, funktionstüchtigen und auf vielerlei Weise verwendbaren Körpers gekontert werden.« K.-H. Bette/R. Gugutzer, Sport als Sucht. Zur Soziologie einer stoffungebundenen Abhängigkeit, in: Sport und Gesellschaft 9, 2012, 107–130: 116. An diesen Wahrnehmungen mag manches zutreffend sein, insgesamt aber irritiert der alarmistische und abwertende Tonfall. Die Soziologen wissen offenbar genau, wie das gute Leben aussieht und kritisieren ihre Untersuchungsobjekte dafür, dass sie es falsch machen und sich selbst und die gesellschaftlich repressiven Dynamiken nicht durchschauen.
23. P.-I. Villa, Autonomie und Verwundbarkeit. Das Social Flesh der Gegenwart, in: I. Lenz et al (Hg.), Geschlecht im flexibilisierten Kapitalismus? Neue Ungleichheiten, Wiesbaden 2017, 65–84: 76.
24. Ebd.

die koloniale, nunmehr globalisierte Norm zu verkörpern gut an, hier durchaus demütig zu sein und offen für das Leiden anderer zu bleiben, die diesen Normen nicht ohne Weiteres entsprechen.«²⁵

Bei der alltäglichen Körperarbeit geht es um soziale Positionen, darum Anerkennung und Teilhabe zu bekommen, inkludiert und nicht exkludiert zu werden. Die *Selbstermächtigung* – den Körper nicht einfach nur hinzunehmen, sondern Entscheidungen bezüglich seiner Formbarkeit zu treffen – geht dabei einher mit einer gleichzeitigen *Selbstunterwerfung* unter gesellschaftliche Normen und Erwartungen. Es ist eine paradoxe Gleichzeitigkeit der Befreiung von Stigmatisierung und Unterwerfung unter gesellschaftliche Normalitätsvorstellungen. »Die Korrektur von Nase, Hautfarbe, Brustumfang, Augen usw. ist [...] immer auch Normalisierungsarbeit. Menschen wollen – meist aus schwer wiegenden und kaum frivolen Gründen – normal sein [...]. Sie wollen dazu gehören, nicht mehr (aus-)gesondert werden aufgrund ihres Aussehens. Wir *alle* wollen das«²⁶. Und wir alle tun etwas dafür. Wir alle bemühen uns um Anerkennung, die an körperliche Praxen gebunden ist, und folgen deshalb den wirkmächtigen Imperativen in somatischer Hinsicht mehr oder weniger. »Wir alle mühen uns täglich ab, unsere Verortung im sozialen Raum für uns und für andere sichtbar – möglichst kompetent – zu verkörpern. Hierfür gibt es eine breite Palette an körpergebundenen Strategien. Sie reichen von dezenten und selbstverständlichen Praxen wie Hygiene, Kleidung oder ›gesundem Essen‹ über bewusste Projekte wie Diät, Körperformung etwa im Sport oder verschiedenste Therapien in der Grauzone zwischen Gesundheit, Wellness und Optimierung bis hin zu den derzeit als dramatisch wahrgenommenen Manipulationen wie plastische Chirurgie und Gentherapien.«²⁷

Der- oder diejenige, die den Eindruck hat, sich diesen Imperativen weitgehend entziehen zu können, hat sehr wahrscheinlich schon (immer) den angemessenen Körper, gehört dazu, ist »schön normal« und genießt wie selbstverständlich Anerkennung. Gerade deshalb sollten sich Vertreterinnen und Vertreter dieser Gruppe nicht über diejenigen, für die die Inklusionsbedingungen aus verschiedenen körperlichen und sozialen Gründen deutlich prekärer sind, erheben. Es ist ein Leichtes, »gesellschaftstheoretisch belesen und mit erhobenem kritischem Zeigefinger, auf die ›surgery dopes‹, auf all die Jogger und Hobby-Marathonläuferinnen, die Modejunkies und sich selbst vermessenden Fitnessjünger herabzuschauen und ihnen in gewohnt paternalistischem Aufklärungsgestus Verblendung zu unterstellen.«²⁸ Aber es ist wenig sinnvoll und nimmt den sozialen Druck und das individuelle Leiden der Betroffenen nicht ernst.

Es zeigt sich, dass es bei der Bewertung spätmoderner Körperarbeit nicht möglich ist, eine klare »Grenzziehung zwischen ›eigentlich richtig‹ und ›pervertiert‹«²⁹ vorzunehmen. Die Lage ist sehr viel komplexer und bedarf sowohl des kritischen Blicks auf die repressiven medialen und strukturellen Dynamiken, die reale Frauenkörper abwerten und zu absurden Schönheitskorrekturen und verzweifelten Endlosdiäten animieren, als auch der Fähigkeit, die körperlichen Strategien, die Menschen wählen, um ihre soziale Position zu verbessern, zu würdigen. So will der junge Mann im Fitnessstudio womöglich nicht gleich eine hypermaskuline Identität ausbilden, verfällt nicht sofort der Sportsucht und hat auch ansonsten nicht nur Defizite zu

25. A.a.O., 78.

26. P.-I. Villa, Einleitung – Wider die Rede vom Äußerlichen, in: dies., Manipulationen, 7–18: 10.

27. A.a.O., 11.

28. Villa, Autonomie, 80.

29. Ebd.

kompensieren, sondern erfährt in seinem Tun – so sehr es gesellschaftlich en vogue sein mag – ein Stück Freiheit auf ein eigenes Leben, auf einen Körper, in dem er sich wohlfühlt. Vielleicht kennt er dabei sogar recht genau die Grenze angemessener Körpermanipulation und weiß, dass er sich auf einem riskanten Weg befindet.

Ein anderes Beispiel: Offensiv wurden die Gewichtsprobleme von Sigmar Gabriel in der Vergangenheit nicht nur als solche thematisiert, sondern darüber hinaus als Ausdruck von Charakterschwäche und mangelnder beruflicher Kompetenz interpretiert. So wurde Gabriel in einem Artikel des »Stern« von 2009 unterstellt, dass er als Genussmensch nicht die notwendige körperliche Disziplin aufbringe, um seine Partei aus der Krise zu führen. »Hintergrund des Misstrauens sind seine Essgewohnheiten. Denn geradezu chronisch sind sein Appetit und das damit verbundene Übergewicht. Im Kampf gegen seine Kilos ist Gabriel weitaus schwächer als im politischen Kampf.«³⁰ Man kann sich gut vorstellen, wie sehr der Politiker unter solch fatalen Rückschlüssen aus seinem Äußeren auf seine Persönlichkeit gelitten hat. Monate nach seiner Bauch-OP und seinem Gewichtsverlust kann er sich nun – frei von den verletzenden und spöttischen Kommentaren über seinen »falschen« Körper – auf seine Arbeit konzentrieren.³¹

Die Zunahme von Verfügbarkeit über ehemals Unverfügbares erweist sich als Fluch und Segen zugleich. Sie erweitert den individuellen Handlungsspielraum und nötigt uns zugleich zu Körperoptimierungen, die mit vielen mühsamen, zum Teil schmerzhaften, die Freiheit einschränkenden und manchmal auch selbstdestruktiven Verhaltensweisen einhergehen. Körperentscheidungen sind insofern immer beides zugleich: souveräne individuelle Entscheidung und Anpassung an vorherrschende Normen,³² Autonomie und Unterwerfung. Es gilt deshalb, sich kritisch und nüchtern »mit Selbsttechniken und ihren Technologien zu befassen, ob wir nun Fitnessstrainings machen, uns die Zähne richten oder das Ohrgerät verschreiben lassen – oder eben nichts von alledem.«³³

V. Theologische Perspektiven

Autonomie wird alltagsweltlich nach wie vor oft so verstanden, als könne sich jemand völlig unabhängig von anderen Personen oder der sozialen Umwelt für etwas entscheiden. »Die individuelle Autonomie ist der Fetisch unserer Gegenwart, die Angewiesenheit ist das Verworfenene, die Unmöglichkeit.«³⁴ Dabei wird in der Regel übersehen, dass Autonomie nur durch soziale Kontexte und soziale Beziehungen

30. H.-P. Schütz, Gabriels Gewichtsprobleme, 16.11.2009, unter: <http://www.stern.de/politik/deutschland/berlin-vertraulich--gabriels-gewichtsprobleme-3150156.html> (Zugriff: 06.09.2017).

31. Vgl. dazu auch den Artikel von Thomas Fischer, der sehr präzise beschreibt, wie übergewichtige Menschen nach wie vor medial verächtlich gemacht werden und aus ihrer körperlichen Erscheinung äußerst fragwürdige Rückschlüsse auf ihre Persönlichkeit gezogen werden. »Der dicke Mensch ist das letzte Refugium freier journalistischer Häme.« *Tb. Fischer*, Immer auf die Dicken, 23.08.2017, unter: <http://www.zeit.de/zeit-magazin/2017/34/uebergewicht-koerper-masse> (Zugriff: 06.09.2017).

32. Vgl. P.-I. Villa, Habe den Mut, dich deines Körpers zu bedienen! Thesen zur Körperarbeit in der Gegenwart zwischen Selbstermächtigung und Selbstunterwerfung, in: dies., Manipulationen, 245–272: 268.

33. A.a.O., 269.

34. Villa, Autonomie, 79.

möglich ist und sich in ihnen realisiert. Zugleich behindert das Soziale und Kulturelle die individuelle Freiheit durch Stereotype und Verhaltenserwartungen, die »strukturell Entscheidungsmöglichkeiten beeinflussen, manipulieren und einschränken«³⁵. Wir werden in unseren Entscheidungen immer mitbestimmt durch »signifikante Andere«, durch kulturell tief verankerte Deutungsmuster und gesellschaftliche Semantiken und changieren zwischen Selbstermächtigung und Selbstunterwerfung. Beate Rössler spricht deshalb von einer relativen Autonomie, die die Abhängigkeiten, Verstrickungen und die Verwundbarkeit menschlicher Existenz nicht leugnet.³⁶ Vieles stößt uns zu, ohne dass wir in irgendeiner Weise ursächlich damit zu tun hätten bzw. hatten und dennoch bestimmt es unser Leben tiefgreifend.

Religion und Theologie können in diesem Sinn als Anwalt der Unverfügbarkeit und der Verwundbarkeit gelten. Ihr Augenmerk liegt auf der Geschöpflichkeit des Menschen und damit nicht nur auf dem aktiven Tun, sondern auch auf dem passiven Empfangen und der Unverfügbarkeit des Lebens. Ausgedrückt wird das theologisch mit Begriffen der Geschöpflichkeit und der Gnade: Gott ist der Geber des Lebens, das Leben ist Geschenk. Ich habe mich nicht selbst hervorgebracht, sondern bin als Geschöpf »schlechthin abhängig« (F. Schleiermacher) von einem Gott, der mich zu seinem Bild geschaffen hat (Gen 1,27) und mich damit zugleich befähigt, selbst Entscheidungen zu treffen – in aller Riskanz, die damit einhergeht, wie schon die Paradieserzählung (Gen 2–3) zeigt. In der biblischen Überlieferung erfahren Schwäche, Leiden und Fragmentarität eine eigene Würde, ohne idealisiert zu werden. Gott selbst begibt sich mit der Inkarnation in die menschliche Bedürftigkeit und würdigt die Schöpfung mitsamt ihrer Fragilität, ihren Gefährdungen und ihrer Verletzlichkeit als Ort des Heils.

Aus dieser Perspektive könnte gerade die religiöse Praxis die enormen gesellschaftlichen Erwartungen an die körperliche Selbstoptimierung abfedern und ihr andere, entlastende Lesarten an die Seite stellen. So können wir den Körper zwar gestalten, aber in vieler Hinsicht können wir ihn auch nicht ändern, sondern ist er uns gegeben – als Geschenk und manchmal auch als Bürde. Vor allem Krankheit und körperliche Schwäche führen die Grenzen körperlicher Selbstbestimmung vor Augen. Alter, Endlichkeit und Fragilität sind unserem Körper zutiefst eingeschrieben. Der Körper, der altert, krank wird und dem Tod entgegenght, weist besonders empfindlich auf die Grenzen körperlicher Formbarkeit hin. Diese Prozesse sind nicht vermeidbar. Das Christentum kann zur Humanität einer Gesellschaft beitragen, indem es diese geschöpfliche und verletzte Seite des Menschseins in den Blick nimmt und die Tyrannei des perfekten Körpers aus dieser Perspektive kritisch beleuchtet – ohne der von Nietzsche zu Recht benannten Gefahr einer religiösen Idealisierung von Schwäche und Passivität zu erliegen. Es geht nicht darum, den schönen, vitalen und gesunden Körper zu vermiesen und Menschen klein zu machen, die hart an sich arbeiten, sondern auf das Unkontrollierbare menschlicher Existenz hinzuweisen, das real existierende Leiden von stigmatisierten Menschen wahrzunehmen und sie auf dem Weg zwischen »Widerstand und Ergebung«³⁷ zu begleiten. Eine körperliche

35. B. Rössler, *Autonomie. Ein Versuch über das gelungene Leben*, Berlin 2017, 323.

36. Vgl. a.a.O., 326f.

37. Siehe den gleichnamigen Buchtitel der Gefängnisbriefsammlung von Dietrich Bonhoeffer, der zugleich treffend seine eigene Theologie und Biographie zusammenfasst. Bonhoeffer hat immer vor einer Idealisierung von (auch körperlicher) Schwäche gewarnt und zugleich sehr viel Empathie und Engagement für Leidende und Ausgegrenzte gezeigt – mit dem Mut, sein Leben dafür

Schwäche oder jedenfalls eine körperliche Ausstattung, die gesellschaftlich als nicht normgerecht wahrgenommen wird, zu akzeptieren, kann dabei sowohl bedeuten, mit ihr leben zu lernen als auch nach Wegen und Strategien der Überwindung zu suchen. Auch im zuletzt genannten Fall sollten betroffene Personen die Kirche als solidarisch und nicht mit erhobenem Zeigefinger erleben. Auch der Bodybuilder und die Frau, die gerade eine Schönheits-Operation hinter sich hat, sind zu respektieren.

Zur christlichen Freiheit gehört eine vernünftige Sorge für den eigenen Körper. Die Herausforderung besteht in der Spannung von Schicksal und Freiheit dem eigenen Körper gegenüber, von Ergebung ins Unvermeidliche und Widerstand gegen Krankheit oder körperliche Stigmata.³⁸ Der Körper ist einerseits als vorgegeben anzunehmen und kann andererseits in bestimmter Hinsicht beeinflusst und verändert werden. Für die Seelsorge ist es elementar, empathisch und solidarisch mit den Menschen zu sein, die sich in ihrem Körper nicht zu Hause fühlen, die sich diskriminiert und abgewertet fühlen, die aus ihrer Sicht nicht dazugehören, aber dazugehören wollen, die unter Schamgefühlen leiden³⁹ und in diesem Zusammenhang sowohl Körperstrategien, die Unsicherheit und Verletzlichkeit aktiv bearbeiten, zu würdigen, als auch sich zu distanzieren von gesellschaftlichen Normen und Techniken, die repressiv wirken und die Selbstakzeptanz erschweren. Die religiöse Betonung von Unverfügbarkeit hat dabei einen entlastenden Zug: Dass der eigene Körper mir in bestimmter Hinsicht entzogen bleibt, bedeutet eine Befreiung von den Festlegungen des eigenen Lebens, es stellt eine heilsame Begrenzung der eigenen Verantwortlichkeit dar und distanziert von gesellschaftlichen Erwartungszumutungen und zu einfachen Kausalitätsunterstellungen.

Bei gegenwärtigen Körperoptimierungspraktiken geht es in der Regel darum, die Person zu werden, die man sein soll, und nicht darum, der oder die zu sein, die man schon ist.⁴⁰ »Natalia, Claudia, Helena sollen nicht die werden, die sie bereits sind – sondern zu denen, die sie werden wollen sollen.«⁴¹ Auch hier setzt die christliche Rechtfertigungslehre andere Akzente. Sie betont, dass der Mensch, so wie er jetzt und heute ist, mitsamt seinen Defiziten und Mängeln von Gott anerkannt und geliebt ist. Auf der Basis einer solch vorausliegenden Anerkennung und Liebe wird der Mensch dazu befreit, »sich als anerkannt an[zu]erkennen«⁴² und, wenn er es denn möchte, sich zu verändern. Deshalb folgt die »Buße« (Umkehr) der Erfahrung der Gnade und ist nicht deren Voraussetzung. Mit anderen Worten: Die Erfahrung grundsätzlichen Anerkanntseins befähigt dazu, hin und wieder mit der Zurückweisung von gesellschaftlicher Anerkennung zu leben, weniger resonanzabhängig zu sein und hier und

zu riskieren. Vgl. *D. Bonhoeffer*, *Widerstand und Ergebung. Briefe und Aufzeichnungen aus der Haft* (DBW 8), hg. von Chr. Gremmels, E. Bethge und R. Bethge in Zusammenarbeit mit I. Tödt, Gütersloh 2015, 244f., 356, 439ff., 444f., 476ff., 503f. und 509ff.

38. Vgl. dazu auch Andrea Bieler: »Evangelische Theologie wird entsprechend im Hinblick auf die Wahrnehmung von Vulnerabilitätsphänomenen das Spannungsfeld von Annahme und Widerspruch begehen.« *Dies.*, *Verletzliches Leben. Horizonte einer Theologie der Seelsorge*, Göttingen 2017, 119.

39. Vgl. a.a.O., 164: »Die Seelsorge hat für Scham- und Schuldgefühle zu sensibilisieren. Diese »können nicht einfach »weggeredet« oder durch schnelle Ratschläge bereinigt werden.«

40. Vgl. *P.-I. Villa*, *Prekäre Körper in prekären Zeiten – Ambivalenzen gegenwärtiger somatischer Technologien des Selbst*, in: R. Mayer/Chr. Thompson/M. Wimmer (Hg.), *Inszenierung und Optimierung des Selbst. Zur Analyse gegenwärtiger Selbsttechnologien*, Wiesbaden 2013, 57–73: 68.

41. *Villa*, *Mut*, 263.

42. *J. Lauster*, *Glück und Gnade – religiöse Perspektiven der Anerkennung*, in: *EvTh* 76/6, 2016, 462–469: 469.

da Mut zur Abweichung zu entwickeln. Die Seelsorge kann ein geschützter Raum sein, in dem solche Überlegungen vorsichtig ausgelotet und auf die eigene Biographie bezogen werden können. Der bloße Imperativ »Nimm dich an wie du bist!« hilft hier noch nicht weiter.

Die paulinische Rechtfertigungslehre hatte historisch betrachtet nicht nur Bedeutung für das Individuum, sondern entfaltete soziale Sprengkraft in einer Gesellschaft, in der »der Wettbewerb um Ehre und Ansehen viele Beschämungsoffer produzierte [...] Diese Sprengkraft im Horizont gegenwärtiger Gesellschaftsverhältnisse, die auf ihre eigene spezifische Art Beschämung strukturell produzieren, immer wieder neu zu rekonstruieren und lebensweltlich-affektiv zu plausibilisieren, erscheint gegenwärtig als eine der großen Herausforderungen seelsorgerlichen Handelns.«⁴³ Die religiös begründete Anerkennung darf dabei nicht abstrakt bleiben. Es ist elementar, dass sie auch zwischenmenschlich erfahren wird: in der Seelsorge,⁴⁴ in kleinen Gemeinschaften, in denen man wenigstens punktuell zu gesellschaftlichen Erwartungen auf Distanz gehen kann und der oder die Einzelne sich auch als unsportlicher, übergewichtiger, von körperlichen Stigmata gezeichneter Mensch als willkommen, inkludiert und akzeptiert erfährt. Orte dafür können Gottesdienste als rituelle und religiös reflektierte Unterbrechungen des Alltags sein, aber auch die Gemeinschaft in einer kirchlichen Freizeiteinrichtung oder einer Jugend- oder Frauengruppe. Es ist die Erfahrung von zwischenmenschlicher Wertschätzung und Akzeptanz, die die Kraft zur Weltgestaltung vermittelt, die uns das Gefühl von Scham und existentiellern Selbstzweifel nimmt und den »Mut zum Sein« (P. Tillich) freisetzt.

43. Bieler, *Leben*, 167.

44. Vgl. a.a.O., 168: »Beschämte Menschen brauchen in der Seelsorge einen Raum der bedingungslosen Wertschätzung, in dem mit der Angst vor der Entblößung liebevoll-solidarisch und nicht analytisch-abschätzend umgegangen wird [...] Zugleich geht es aber auch um die Mobilisierung von Ressourcen, die Menschen dazu verhelfen, sich gegen Beschämungspraktiken zur Wehr zu setzen und sich von internalisierten Entwertungsmechanismen, die mit Schamgefühlen einhergehen können, zu lösen.«