

# VIRUS

Beiträge zur Sozialgeschichte der Medizin

Band 20

Schwerpunkt: Kulturgeschichte(n) der Impfung

Herausgegeben von

Elisabeth Dietrich-Daum, Marina Hilber, Elisabeth Lobenwein,  
Carlos Watzka

für den Verein für Sozialgeschichte der Medizin

Leipzig: Leipziger Universitätsverlag, 2021



Christian Kaiser, Bonn (Rez.)

**Jürgen MARTSCHUKAT,**

**Das Zeitalter der Fitness.**

**Wie der Körper zum Zeichen für Erfolg und Leistung wurde**

(Frankfurt am Main 2019: S. Fischer), 352 S., EUR 25,00.

ISBN 978-3-10-397365-5

Zumindest eines kann man mit Sicherheit sagen: Das Buch „Das Zeitalter der Fitness“ hat seine Leserinnen und Leser gefunden. Davon zeugen die zahlreichen Rezensionen, die seit seinem Erscheinen verfasst wurden. Die weit überwiegende Zahl der Kritiker\*innen bewertet Martschukats Werk als lesenswert, aufschlussreich, empfehlenswert u. ä. – die Studie scheint nicht nur ein lebensweltnahes Thema von hoher Relevanz, sondern dabei für viele auch den richtigen Ton getroffen zu haben.

Der Autor vertritt eine im wörtlichen Sinne „starke“ These: Ausgehend von und begrenzt auf eine kulturgeschichtliche Beschreibung der Verhältnisse in Deutschland und den USA, sieht Martschukat den modernen Menschen dem biopolitischen Dispositiv der „Zwangsfitness“ unterworfen. Unter der mehrfach gebrauchten Bezeichnung „Dispositiv“ versteht er – unter Rückgriff auf Foucault – eine Kraft, „die Diskurse und Praktiken, Institutionen und Dinge, Gebäude und Infrastrukturen, administrative Maßnahmen, politische Programme und vieles mehr zusammenbindet, so dass sie eine epochenprägende Kraft entfalten“ (S. 10–11). Die „Zwangsfitness“ sei dementsprechend so zu deuten, „dass bestimmte Körpervorstellungen in höchstem Maße normativ sind und so über Körper Differenzen erzeugt und Ausschlüsse vorgenommen werden“ (S. 228). Martschukat sieht hierin – und das wiederholt er häufig – das leitende Charakteristikum der neoliberalen Gesellschaft (z. B. S. 10, 144, 220 u. ö.), d. h. die Anforderung an das Individuum, das als autonom gedacht wird, für die eigene Leistungsfähigkeit selbstverantwortlich zu sorgen und dementsprechend an sich zu arbeiten. Gleichzeitig übt der Autor daran Kritik: Die Entscheidungen seien keineswegs so frei und autonom, wie sie konzeptualisiert seien, sondern von den Bedingungen des Dispositivs beeinflusst, das die Perspektive auf den menschlichen Körper verändere (vgl. S. 165–167).

Nach dem einleitenden Kapitel, in dem der Autor eine Reihe interessanter Einzelbeobachtungen zusammenträgt, die von der Allgegenwart des Ideals der Fitness in verschiedenen Lebensbereichen zeugen, folgt ein historischer Abriss über die wandelnde Bedeutung des Wortes „Fitness“ in diversen Kontexten seit dem 18. Jahrhundert (Kapitel 2). Er erzählt davon, wie das Konzept der Optimierung des Menschen nach und nach Form angenommen hatte, so dass spätestens ab den 70er Jahren des 20. Jahrhunderts die eigenverantwortliche Arbeit an sich selbst zur Norm erhoben worden sei (S. 100). Im Anschluss expliziert Martschukat seine These in drei aufeinander folgenden Kapiteln, die sich jeweils einem großen Lebensbereich widmen und darin das Fitnessdispositiv am Steuerruder sehen: Arbeit (Kap. 3), Sex (Kap. 4) und Kampf, was v. a. die Rhetorik der „Heroisierung“ der fitnessförderlichen Praktiken meint (Kap. 5).

Dem Buch muss man zugestehen, dass es den Blick dafür öffnet, auf wie vielfältige Weise das Leistungsdenken, das sich auf den Körper bezieht, mittlerweile Fürsprache und Repräsentanz gefunden hat. Nur will der Text nicht bei der Aufzählung und Inbezugsetzung der Phänomene stehenbleiben, sondern seine Konklusionen als Gesellschaftsdiagnose verkaufen. „Fitness“ ist in dieser Lesart dann nicht nur eine Tendenz, eine soziale Spielart unter mehreren, sondern *das* bestimmende Leitmotiv unseres Zeitalters. Es gibt nun aber einige nicht unerhebliche Mängel, die eine solche generalisierende Anwendbarkeit der Befunde Martschukats zumindest in Frage stellen dürften und auf die teilweise schon vorhergehende Rezensent\*innen hingewiesen haben: Der Blick richtet sich fast ausschließlich auf weiße, heterosexuelle Männer in Deutschland (BRD) und den USA, Frauen kommen nur am Rande vor,<sup>1</sup> Wertesysteme anderer ethnischer oder kultureller Zugehörigkeiten und deren mitunter gegenläufige Ideen und Praktiken bzgl. gelingender Sportlichkeit und Sexualität gar nicht. Die Absichten und Werbestrategien der kommerziellen Anbieter von Fitnessprodukten und Potenzmitteln stehen zu sehr im Vordergrund, während die Perspektive der Akteure leidlich vernachlässigt wird.<sup>2</sup> Das kapitalistische System wird angeprangert, man erfährt jedoch nichts über den Umgang mit den ebenfalls durchaus körperlich konnotierten Leistungsanforderungen bspw. in der DDR oder anderen sozialistischen Staaten.<sup>3</sup> Aber auch hinsichtlich der untersuchten Länder wird der real existierende Pluralismus kaum gewürdigt, Subkulturen werden übergangen, es fehlen Bezugnahmen auf alternative Bewegungen und generell die Berücksichtigung von Differenzen zwischen urbanen (der Fitness-Mode eher affinen) und ländlichen (eher kulturkonservativen) Milieus, in denen der Fitness-Imperativ mehr, weniger oder mitunter auch gar nicht zu verfangen vermag. Dadurch geraten die Thesen allzu plakativ, wie die Behandlung des „Fitnesskults“ zeigt, der ja tatsächlich ein „Kult“ im Wortsinn ist. Bei Martschukat taucht diese Dimension nur beiläufig auf, etwa wenn er die US-amerikanischen Fitnessstudios als „neue Tempel der Postmoderne“ (S. 136) bezeichnet und bzgl. der deutschen Gyms die ziemlich verhoben wirkende Metapher von den „säkularen Kathedralen“ reproduziert (S. 58) oder von mangelnder Fitness als dem „Menetekel (post)moderner Gesellschaften“ raunt (S. 9). Wer mit solchen Slogans jongliert, hätte den sozialwissenschaftlichen Diskurs mit offenem Blick miteinbeziehen sollen, um nicht womöglich wichtige Aspekte zu übersehen. Doch so bleibt der „Fitnesskult“ nur als Floskel im Raum stehen und kann nicht als der Teil des gegenwärtigen religiösen Pluralismus begriffen werden, als der er von Soziologen beschrieben wird und der auch in seinen säkularen Ausprägungen durch soziale Anerkennung, Wohlbefinden, Selbstkontrolle oder gar Rausch Sinn stiften und Identität sichern hilft. Das wären dann durchweg positive Aspekte des Körperkults einschließlich des Fitness-Ideals, und auch dessen Beitrag zur Selbstermächtigung und Stärkung

- 
- 1 Vgl. Andrea DIENER, Was haben Schwarzenegger und Sloterdijk dazu zu sagen? Rezension zu Jürgen Martschukat: Das Zeitalter der Fitness, FAZ (12. Oktober 2019), [https://www.buecher.de/shop/fachbuecher/das-zeitalter-der-fitness/martschukat-juergen/products\\_products/detail/prod\\_id/56401807/](https://www.buecher.de/shop/fachbuecher/das-zeitalter-der-fitness/martschukat-juergen/products_products/detail/prod_id/56401807/) (letzter Zugriff: 01.10.2020); Sandra PFISTER, Rezension zu Jürgen Martschukat: Das Zeitalter der Fitness, [https://www.deutschlandfunk.de/juergen-martschukat-das-zeitalter-der-fitness.1310.de.html?dram:article\\_id=466359](https://www.deutschlandfunk.de/juergen-martschukat-das-zeitalter-der-fitness.1310.de.html?dram:article_id=466359), 23.12.2019 (letzter Zugriff: 01.10.2020).
  - 2 Vgl. Martin DINGES, Fitness als Biopolitik – Rezension zu Jürgen Martschukat: Das Zeitalter der Fitness, <https://www.wissenschaft.de/rezensionen/buecher/fitness-als-biopolitik/>, 06.04.2020 (letzter Zugriff: 01.10.2020).
  - 3 Vgl. Stefan SCHOLL, Rezension zu: J. Martschukat: Das Zeitalter der Fitness, <https://www.hsozkult.de/publication-review/id/reb-28675>, 05.11.2019 (letzter Zugriff: 01.10.2020).

individueller Ressourcen in einer kontingenten und unsicheren Lebenswelt könnte man durchaus als Potenzial betrachten.<sup>4</sup> Martschukat hingegen lässt diese Aspekte außen vor, um seinen Neoliberalismus-kritischen Drive besser zur Geltung kommen zu lassen. Auch andere Beweggründe, warum man liebend gerne und selbstbestimmt dem Ideal der Fitness folgen könnte, werden so nicht zur Sprache gebracht, etwa (wie auch immer definierte) Schönheit, die man vielleicht einfach gerne betrachtet – kultivierter Voyeurismus ist schließlich die Grundlage großer Teile des abendländischen Kunstschaffens. Oder Lust am eigenen Körper und dem anderer – der marginale Hinweis Martschukats auf diesen Aspekt ist auf die letzte Seite beschränkt und bleibt daher völlig unterbelichtet. Oder die neurobiologische Erzeugung von guten Gefühlen durch Ausschüttung von „Glückshormonen“ durch sportliche oder sexuelle Betätigung. Oder Gesundheit.

Gesundheit wird in Martschukats Buch nun leider vornehmlich als repressives Element verstanden, mit dem das Individuum den gesellschaftlichen Zwängen zur Selbstoptimierung unterworfen wird. Wenn Gesundheit im Duktus der Entlarvung als „höchst normatives Konzept“ deklariert wird (S. 20), dann sollte das aber keine zur Empörung anstachelnde Erkenntnis sein, schließlich ist das eine der Grundideen der Medizin, quasi ihr Markenkern. Seit der Antike hat sie über die Fachdisziplin der Diätetik überaus beliebte und vieldimensionale *Regimina sanitatis* und Gesundheitsbücher hervorgebracht, d. h. Empfehlungen, wie der Mensch essen, schlafen, ausscheiden, beischlafen, sich bewegen, kurz: leben solle, um sich eines möglichst funktionsfähigen und lebensdienlichen Körpers zu erfreuen. Prävention war schon immer einer der wichtigsten Teile der Medizin – der von den Ärzten vormoderner Zeiten im Allgemeinen wesentlich höher geschätzt wurde als invasivere Maßnahmen wie Arzneimittelgabe und chirurgische Eingriffe – und wurde nicht erst in den 1950er Jahren zu einem „Schlüsselprinzip“, wie Martschukat kolportiert (S. 19). Trotz dieser langen Tradition medizinischer Normative kann Gesundheit ein Wert an sich sein, den eine Person autonom als Gut anstrebt, schließlich macht das Freisein von Krankheit und Beschweris oft das Leben freudvoll und angenehm. Auf den mittlerweile nun wirklich omnipräsenten Zusammenhang von Körperfett und Gesundheit möchte Martschukat aber ausdrücklich nicht näher eingehen, weil ihm die Aussagen dazu zu kontrovers erscheinen und das Thema in der medizinischen Fachdebatte zunehmend umstritten sei (S. 23, 225). Wenn man aber den Belegen nachgeht, die der Autor für diesen verblüffenden Eindruck in den Endnoten anbringt (S. 274), stellt sich der vermeintliche Streit als gar nicht so grundlegend dar, schließlich geht es den beteiligten Wissenschaftler\*innen in ihren Artikeln zwar auch um die Infragestellung von Fettleibigkeit als Krankheitsfaktor, gleichzeitig wird aber stets betont, dass Adipositas deswegen noch lange nicht gefördert oder von Maßnahmen zur Gewichtsreduktion abgesehen werden soll. Stattdessen plädieren sie für ausgewogene Ernährung, physische Aktivität und Stärkung der „cardiorespiratory fitness“.<sup>5</sup> Es besteht also

---

4 Vgl. überblicksmäßig dazu Robert GUGUTZER, Die Sakralisierung des Profanen. Der Körperkult als individualisierte Sozialform des Religiösen, in: Robert Gugutzer / Moritz Böttcher, Hg., Körper, Sport und Religion (Wiesbaden 2012), 285–309.

5 Vgl. Ann Blair KENNEDY / Carl J. LAVIE / Steven N. BLAIR, Fitness or Fatness – Which is More Important?, in: JAMA 319 (2018), 231–232; Mary A. BURKE / Frank W. HEILAND, Evolving Societal Norms of Obesity – What Is the Appropriate Response?, in: JAMA 319 (2018), 221–222.

vorerst noch kein Anlass, am mehrfach belegten<sup>6</sup> gesundheitsförderlichen Einfluss körperlicher Aktivität und Fitness zu zweifeln. Der erkenntnis skeptizistische Ansatz, den Martschukat hier lapidar vorträgt, scheint eher dem Motiv geschuldet zu sein, „Gesundheit“ als Teil des inkriminierten Dispositivs zu desavouieren.

Alles in allem wird man das Buch, das der Verlag als „glänzend geschriebenen Essay“ vermarktet, aus den genannten Gründen weder als aussagekräftige historische Studie noch als repräsentative Gesellschaftsanalyse schätzen können, dafür ist es zu partikularistisch, begrenzt und tendenziös. Seine Stärke entfaltet es wohl vorzüglich bei denjenigen, um die es ja die ganze Zeit geht, also den männlichen, weißen Lesern, die ihr eigenes Männlichkeitsbild in der beschriebenen Existenzweise des „postmodernen neoliberalen Selbst“ wiedererkennen und nun endlich erfahren, wer wirklich die Schuld trägt an ihrem Unbehagen in der Fitness-Kultur.

---

6 Vgl. z. B. [https://www.who.int/health-topics/physical-activity#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/physical-activity#tab=tab_1); [https://www.who.int/health-topics/obesity#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/obesity#tab=tab_1) (letzter Zugriff: 08.10.2020).