

PATI VALPATI
SCHLECHTES VORBILD
GUTE VIBES

RATGEBER GEGEN RATSCHLÄGE

riva

Inhalt

Im Anfang war ...	9
Sei ein*e gute*r Freund*in	19
Prüfe, wen du datest	39
Lass dir nicht das Herz brechen	65
Mach dich rar	79
Sei vernünftig	91
Werd erwachsen	111
Lass dich nicht von deinem Ego leiten	127
Sei selbstbewusst	157
Verfolge deine Träume	171
Sei offen für Neues	191
Bleib real	209
Hab ein gesundes Verhältnis zu Ernährung und Sport	227
Lass dich nicht von Social Media beeinflussen	249
Sei natürlich	269
Sei ein gutes Vorbild	291
Welcher Ratschlaggeber*innen-Typ bist du?	303
Danke	315

Im Anfang war ...

... die Erkenntnis. Und zwar die Erkenntnis darüber, dass ich mich mit rekordverdächtiger Konsequenz an die Ratschläge, die ich (meist ungebeten) an Leute in meinem Umfeld verteile, selbst niemals halten würde. Je länger ich darüber nachdachte, woran das liegen könnte, desto klarer kristallisierten sich folgende zwei Möglichkeiten heraus:

1. Ich bin eine menschliche Katastrophe
2. Meine Ratschläge sind inhaltliche Katastrophen

Dass ich selbst eine Katastrophe bin, war natürlich keine Option, also beschloss ich trotz noch fehlender Beweise, dass es Letzteres sein musste. Aber auch das stellte mich nicht wirklich zufrieden, weil das bedeutete, dass meine Ratschläge keine Daseinsberechtigung hatten. Und eine solche Schmach konnte ich ja schlecht auf mir sitzen lassen. Daher weitete ich meine Fragestellung aus. Was, wenn nicht nur meine, sondern Ratschläge *grundsätzlich* zu nichts zu gebrauchen waren? Da ich nicht die Einzige war, die sich nicht an sie hielt, sondern alle anderen es anscheinend auch nicht taten, lag das ja nahe.

Dankbar nahm ich diese Ausrede an und war bereit, sie mit Freude gnadenlos auszuschlachten, um mein mögliches Fehlverhalten auf irgendetwas zurückführen zu können, das definitiv *nicht* in meinen Verantwortungsbereich fällt. Die Ratschläge, mit denen man täglich wie mit Kackehäufchen von Schimpansen im

Affenhaus beworfen wird, sind immerhin so zahlreich, dass sich daraus doch irgendetwas machen lassen musste, das *mich* entlasten würde.

Genau hieraus entwickelte sich das Konzept dieses Buches: Den alltäglichen Ratschlägen unserer Zeit mal so richtig tief in der Nase herumzupopeln und herauszufinden, mit welchem durdachten Hinterhalt ich sie erfolgreich in die »nicht allgemeingütig«, oder in manchen Fällen sogar in die »einfach nur Scheiße«-Ecke drängen könnte. Ein Ratgeber gegen Ratschläge. Und es zeigte sich: Das ging tatsächlich. Denn immerhin habe ich es geschafft, dieses Thema über ganze fünfzehn Kapitel hinweg auszuweiden.

Natürlich konnte ich in diesem Buch nur eine exemplarische Auswahl an Ratschlägen betrachten. Da draußen treiben einfach zu viele ihr Unwesen, um alle angemessen und mit umstrittenen Methoden in einem spärlich beleuchteten Verhörraum zu vernehmen. Dafür habe ich aber versucht, eine möglichst breite Palette auszuwählen. Es werden Ratschläge inspiziert, die man im Freundeskreis gibt oder bekommt, solche, die einem eher von der eigenen Sippschaft entgegengefeuert werden, aber auch den abstrakten Forderungen der Gesellschaft wird ins von Zahnstein geplagte Maul geschaut. Es wird sich guten, gut gemeinten, aber auch richtig beschissenen Ratschlägen gewidmet, die ich jedoch in allen Fällen gleichermaßen auf ihre potenziell heimtückischen Absichten untersuchen werde. Gleichzeitig findet sich zu jedem Ratschlag die Erklärung, wieso es

1. manchmal gar nicht möglich ist, sich an ihn zu halten,
2. vielleicht gar nicht so schlecht ist, sich nicht an ihn zu halten,
3. absolut verständlich wäre, ihn und seinen Allgemeingütigkeitsanspruch in die Tonne zu treten.

Dieses Vorgehen ermöglicht es nicht nur, mich selbst zu entlasten, sondern es liefert darüber hinaus auch noch allen notorischen Ratschlagverweigerern und -verweigerinnen ein ganzes Arsenal an guten Begründungen für ihr *angeblich* wenig vorbildliches Verhalten. Und ein solcher Katalog an Gegenargumenten zu populären Ratschlägen ist in meinen Augen bitter nötig. Manchmal scheint es nämlich, als werde das Befolgen von Ratschlägen geradezu als Rückgrat einer funktionierenden Gesellschaft angesehen. Als gäbe es eine allgegenwärtige Instanz, die jeden Tag riesenkreuzwedelnd die Hamburger Mönckebergstraße herunterläuft und predigt, dass man vernünftig, grundsätzlich *toll* und vor allem ein gutes Vorbild zu sein hat. Für wen genau, das tut nichts zur Sache. Irgendwer findet sich immer. Selbst wenn man sich tatsächlich in der wünschenswerten Lage wiederfinden sollte, nicht andauernd vom eigenen Umfeld als Poster auf die Vorbildlichkeitswand geklebt zu werden, wird die Gesellschaft ihre Pflicht als Partycrasher wie immer ernst nehmen und ein Nachbarskind, den Hamster der kleinen Schwester oder ein paar fremde Menschen im Internet hervorzerren, denen man als Vorbild Modell stehen soll.

Ich, der schon vor Jahren klargemacht wurde, dass spätestens die Entscheidung, mir die Brüste machen zu lassen, der ultimative Ritterschlag zum schlechten Vorbild war, frage mich aber, ob es wirklich so schlimm sein kann, *nicht* konstant die vorbildliche Heldin spielen zu wollen und stattdessen ein bisschen mit dem Gedanken zu züngeln, auf der deutlich entspannteren Seite der Antiheld*innen herumzuhängen. Ist es wirklich so dramatisch, als Ratschlagignorierendes schlechtes Vorbild durch die Welt zu spazieren, wenn es, mal abgesehen von Parties unter der Woche und einer kostenlosen Lebensration abfälliger Blicke, auch noch so viele weitere Vorteile mit sich bringt?

Während sich Held*innen durch ihre Perfektion auszeichnen, sind es bei Antiheld*innen ihre moralischen Fehlleistungen, die sie zu dem machen, was sie sind. Sie mögen vielleicht häufig zweifelhafte Motive an den Tag legen und okay, manchmal bauen sie auch *wirklich* problematische Scheiße, aber dafür können sie folgende Dinge vorweisen, die meiner Meinung nach viel wesentlicher sind als die Fähigkeit, perfekt zu sein:

1. Sie tragen *immer* die besseren Outfits
2. Sie haben *viel* coolere Namen (Lord Voldemort, Cruella de Vil, Deadpool, Darth Vader, Sauron, Bellatrix Lestrange, Der Hackfleisch hassende Zerhacker, Dr. Drakken)
3. Wenn sie fragwürdige Dinge tun, stehen sie wenigstens dazu

Sie tragen immer die besseren Outfits

Ich glaube, diesen Teil müssen wir gar nicht ausdiskutieren. Jede*r, der oder die jemals einen Barbie-Film gesehen hat, wird nach der letzten warmen Hipp-Mahlzeit zugeben müssen, dass die Bösewicht-Colourways (Grün und Lila) einfach viel mehr *Fashion* sind als die ewigen Pastell-Kombos der Held*innen der Barbie-Filme.

Sie haben viel coolere Namen

Mal abgesehen davon, dass Antiheld*innen und Bösewichte ganz ohne Probleme das »Ich habe nur einen Vornamen wie Rihanna«-Ding durchziehen können, lassen sich bei ihnen auch außergewöhnlich viele Adels- und Akademikertitel finden. Nach deutscher

Logik kann Letzteres ja nur für ihre edle Abstammung und ihre Intelligenz sprechen, woraus ich schlussfolgere, dass ein Bösewicht und somit ein schlechtes Vorbild zu sein sich als gar keine so dumme Entscheidung erweisen kann.

Wenn sie fragwürdige Dinge tun, stehen sie wenigstens dazu

Während Superman wahrscheinlich niemals zugeben würde, dass er nach getanem Weltretten auch mal einen schönen Zigarillo schmökert, würde sich niemand wundern, wenn Sauron im Berliner Grill Royal eine Line Koks vom Nachtschtablett schnieft. Daraus lässt sich ableiten, dass:

1. auch gute Vorbilder nicht die Ausgeburt der Perfektion sind und sie ihren Held*innen-Status nur so lange behalten dürfen, wie sie ihre mittelmäßigen bis schlechten Entscheidungen geheim halten (Zigarillos) oder sie als gut verkaufen (niemand wirft Superman zum Beispiel vor, dass er bei seiner Schlacht mit [hier Bösewicht einfügen] die Häuser unschuldiger Zivilisten zerstört),
2. von schlechten Vorbildern eh nur Schlechtes erwartet wird und daher niemand von ihren schlechten Entscheidungen schockiert, dafür aber umso mehr von ihren guten Entscheidungen beeindruckt ist.

Da Punkt 2 für mich nicht nur machbarer klingt, sondern auch deutlich entspannter, habe ich mich dafür entschieden, den mir von fremden Menschen im Internet verliehenen Titel als »schlechtes Vorbild« vollständig anzunehmen und mit diesem Buch einen Wegweiser für alle zu verfassen, denen die Skepsis anderer ebenfalls

besser schmeckt als durch vorgetäuschte Vorbildlichkeit erplünderte Akzeptanz.

Genau genommen ist das Ziel dieses Buches, ein paar weniger Ficks zu geben. Denn wenn man den Forderungen nach fehlerloser Vorbildlichkeit irgendwann mit Gleichgültigkeit ins gestresste Gesicht blicken kann, realisiert man, wie viel einfacher das Leben sich auf einmal leben lässt.

Das hier ist ein Buch, mit dem ich allen, vor allem mir selbst, nahelegen will, dass einen die ganzen kleinen oder großen Fehler, die man tagtäglich so macht, und diese ganzen vermeintlich *sehr wichtigen* Ratschläge, die man beizeiten (oder auch häufiger) ignoriert, nicht zu einer schlechten Person machen, sondern lediglich zu einem ziemlich normalen Sterblichen.

Wenn es neben dieser semioriginellen und pseudonoblen Intention in diesem Buch noch etwas zu finden gibt, dann ist es vor allem:

1. eine beachtliche Menge an Schimpfwörtern (meistens *Scheiße* oder Variationen davon),
2. eine stattliche Anzahl an Listen (die hauptsächlich dafür da sind, damit ich selbst den Überblick behalte),
3. der Beweis dafür, dass sich hinter jedem Ratschlag eine kleine, große oder mittelgroße Lüge oder zumindest ein zwielichtiges Motiv versteckt, was die Frage berechtigt macht, ob die meisten klassischen Ratschläge ihre Relevanz als gesellschaftliche Wegweiser nicht schon vor langer Zeit für zwei Tequila und eine Dose Spezi in einem lokalen Wettbüro verhökert haben.

Jetzt, wo meine Absichten hoffentlich etwas deutlicher geworden sind, möchte ich noch einige Worte oder eher einige Beschwerden über den Schreibprozess an sich verlieren.

Dass Schreiben eine einsame Beschäftigung ist, ahnte ich, aber wovon ich keine Ahnung hatte, war, wie absolut undankbar es ist, jemanden nach Feedback zu einem eigenen Buch zu fragen. In dem Fall, in dem das lesende Gegenüber, von dem man sich hilfreiche Anmerkungen erhofft, physisch anwesend ist, sitzt man blöd daneben, während er oder sie schmökert, und hofft stirnrunzelnd und fingerknabbernd, so bald wie möglich irgendein Zeichen von Belustigung, beeindrucktem Erstaunen oder einem aus der nahen Zukunft zuwinkenden Pulitzer-Preis in seinem Gesicht erkennen zu können. Stattdessen besteht die Rückmeldung nur selten aus etwas Spektakulärerem als einem angedeuteten Mundwinkelzucken oder einem milde belustigten Schnauben.

Ist das lesende Gegenüber räumlich von einem selbst getrennt und macht sich ohne den warnenden Blick des Schreibenden im Nacken ein gemütliches Schäferstündchen mit dem Buchauszug, fällt die Resonanz grundsätzlich noch spärlicher aus. In 99 Prozent geilt sich die lesende Person so daran auf, einen Rechtschreibfehler oder ein fehlendes Komma gefunden zu haben, dass sie vergisst, dass ihre eigentliche Aufgabe darin besteht, ganz objektiv zu berichten, warum genau das gerade die geilste Scheiße war, die sie jemals lesen durfte.

Mal im Ernst: Wenn jemand einem einen selbst gebackenen Kuchen oder ein selbst gebasteltes Nudelgemälde zeigt, bekommt man ja wenigstens, je nach Qualität des Objekts, ein wohlwollendes »Wow, ist das lecker!« oder ein mitleidiges »Ich weiß, dass der Tod deines Vaters dich sehr mitgenommen hat, aber hast du schon mal darüber nachgedacht, dir deswegen Hilfe zu holen?« zugesteckt. Ich hingegen bekam nur ungebetene Kommentare zu Satzzeichen. Daher möchte ich hier noch mal sagen: Ihr wart mir alle keine Hilfe. Danke für nichts.