

volle zwei Lebensjahre mehr freie Zeit.

Freund*innen und Familie wandten allerdings ein, ich würde die zusätzliche Zeit kaum genießen können, da ich mich eklig und ungepflegt fühlen würde. Meine Mutter befürchtete, dass ich mir Krankheiten einfinge, wenn ich die Keime nicht mehr abwusch. Vielleicht würden mir all die so menschlichen Gewohnheiten fehlen, mit denen wir uns zwangsläufig Zeit für uns nehmen und uns zumindest scheinbar der Welt so zeigen können, wie sie uns sehen soll. Oder ich würde einfach die angenehm warme Dusche und das Gefühl vermissen, der Welt jeden Morgen wie neu entgegenzutreten.

Aber was, wenn das alles nicht eintreten würde? Wenn ich seltener erkältet wäre, meine Haut besser aussähe und ich bessere

Gewohnheiten und Rituale finden würde? Was, wenn all die Produkte in unseren Badezimmern uns vor allem dazu animieren sollen, immer mehr Produkte zu kaufen? Shampoos gegen fettiges Haar und die Pflegespülungen, die dem Haar das Fett wieder zurückgeben, Seifen gegen fettige Haut und die Feuchtigkeitslotionen, die der Haut das Fett wieder zurückgeben? Wie soll man das wissen, wenn man nie mehr als ein paar Tage lang darauf verzichtet hat?

»Ich weiß, wie es sich anfühlt, wenn man nicht duscht«, sagen die meisten Skeptiker. »Nicht gut.« Und ich gebe ihnen recht. Ich weiß, wie es sich anfühlt, keinen Kaffee zu trinken: nicht gut. Oder wie es ist, auf eine Party zu gehen, wo man niemanden kennt: nicht gut. Oder einen Marathon zu laufen, wenn man

nicht trainiert hat: auch nicht gut. Aber ich weiß auch, wie es sich anfühlt, nach und nach weniger Kaffee zu trinken, sich in ungewohnten sozialen Kreisen langsam immer wohler zu fühlen oder gut trainiert 42 Kilometer zu laufen, ohne am liebsten sterben zu wollen.

Je allmählicher man sich an neue Abläufe gewöhnt, desto leichter fallen sie einem oder machen sogar Spaß. Und genauso kann man seine täglichen Gewohnheiten der Körperpflege verändern. Je weniger Produkte ich verwendete, desto weniger brauchte ich auch – das sagte mir jedenfalls mein Gefühl. Meine Haut wurde nach und nach weniger fettig, ich hatte weniger Ausschlag. Ich duftete nicht nach Kiefer und Lavendel, roch aber auch nicht so streng wie früher, als ich die Achseln noch täglich mit Deo zuleisterte und dann

einmal nicht daran dachte. Wie meine Freundin sagte: Ich roch »nach Mensch«. Aus anfänglicher Skepsis wurde bald Begeisterung.

Allerdings bilde ich mir nicht ein, ich hätte nie schlecht gerochen. Mit der Zeit kam das nur immer seltener vor. Ich erkannte bestimmte Muster. Akne oder schlechter Geruch gingen meistens mit Stress, Schlafmangel oder allgemeinem Unwohlsein einher. Wenn ich auf dem Bauernhof meiner Familie in Wisconsin war oder im Urlaub im Yellowstone-Park wanderte, wo ich manchmal tagelang kein richtiges Klo sah, roch ich meistens ganz anständig und sah ordentlich aus. Doch wenn ich in den trägen Wintermonaten nur ins Büro und wieder nach Hause ging und mich ansonsten kaum bewegte, fühlte ich mich armselig und roch auch so. Insgesamt

entwickelte ich vor allem ein besseres Gefühl dafür, was mein Körper »mir sagen wollte«. Offenbar weniger »wasch dich«, sondern eher »geh raus, beweg dich, sei gesellig, etc.«. (Manchmal nuscht mein Körper noch immer »etc.«).

In gewissem Sinne konnte ich nur mit dem Duschen aufhören, weil ich von Geburt an großzügig mit Privilegien ausgestattet worden war: Ich bin weiß und männlich, habe keine Bewegungseinschränkungen, bin insgesamt gesund, relativ jung, und ich kann es mir leisten, gut sitzende Kleidung zu kaufen, die keine Löcher (oder wenn dann absichtliche) hat, und sie regelmäßig zu waschen und zu wechseln. Ich bin gebildet und beherrsche die Landessprache fließend. Darum muss ich mich in dieser Welt nicht extra beweisen und durch