

LUVVIE AJAYI JONES

ro  
ro  
ro



HANDBUCH FÜR  
UNRUHE-  
STIFTERINNEN

*Feier deine Stärken  
- und zwar laut!*



**Luvvie Ajayi Jones**

# **Handbuch für Unruhestifterinnen**

Feier deine Stärken – und zwar laut!

Aus dem Englischen von Viola Krauß

## Über dieses Buch

Lange ließ sich Luvvie Ajayi Jones von Selbstzweifeln plagen, redete ihre Erfolge klein und bemühte sich – wie so viele Frauen –, generell nicht zu sehr aufzufallen, nicht zu laut zu sein, zu viel, zu irgendwas. Dann drehte sie den Spieß um und schrieb dieses witzige, charmante und ja: laute Buch, um anderen potenziellen Unruhestifterinnen zu helfen, ohne schlechtes Gewissen die Welt zu erobern. Ihre konkreten Strategien verwebt sie mit viel Selbstironie und ihren eigenen Erfahrungen ganz nebenbei auch zu einer Liebeserklärung an ihre nigerianische Großmutter, die nachts mit Sonnenbrille unterwegs war und zu ihrem 60. Geburtstag den berühmtesten DJ des Landes engagierte, weil: Warum nicht?

## Vita

Luvvie Ajayi Jones ist Bestsellerautorin, Podcasterin und eine gefragte Rednerin an der Schnittstelle von Humor, Medien und Gerechtigkeit. Ihre hochgelobten Bücher *Professional Troublemaker: The Fear-Fighter Manual* and *I'm Judging You: The Do-Better Manual* schafften es auf Anhieb auf die New York Times Best Seller list. Als Speakerin tritt sie regelmäßig auf Bühnen rund um den Globus auf, unter anderem bei Großunternehmen wie Google, Facebook, Amazon und Twitter. Ajayi Jones ist zudem Mitbegründerin der Initiative #SharetheMicNow und hat ihren eigenen Podcast: *Professional Troublemaker*.

# Impressum

Zitat von Paulo Coelho erfolgte aus dem Vorwort des Autors in:  
Paulo Coelho, «Der Alchimist» (Geschenkausgabe), aus dem  
Brasilianischen übersetzt von Maralde Meyer-Minnemann.  
Copyright der deutschsprachigen Ausgabe © 1996, 2012  
Diogenes Verlag AG Zürich

Die englische Originalausgabe erschien 2021 unter dem Titel  
«Professional Troublemaker: The Fear-Fighter Manual» bei  
Viking, an imprint of Penguin Random House LLC, New York.

Veröffentlicht im Rowohlt Verlag, Hamburg, Oktober 2022  
Copyright der deutschen Erstausgabe © 2022 by Rowohlt Verlag  
GmbH, Hamburg

«Professional Troublemaker: The Fear-Fighter Manual»

Copyright © 2021 by Awe Luv LLC

Zitat von Audre Lorde erfolgte aus Audre Lorde, «Sister  
Outsider», aus dem Englischen übersetzt von Eva Bonné und  
Marion Kraft. Copyright der deutschsprachigen Ausgabe © 2021  
Carl Hanser Verlag GmbH & Co. KG, München

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt, jede Verwertung  
bedarf der Genehmigung des Verlages.

Covergestaltung zero-media.net, München

Coverabbildung Wolfgang Staisch für FinePic®

Schrift Droid Serif Copyright © 2007 by Google Corporation

Schrift Open Sans Copyright © by Steve Matteson, Ascender Corp

Abhängig vom eingesetzten Lesegerät kann es zu unterschiedlichen Darstellungen des vom Verlag freigegebenen Textes kommen.

ISBN 978-3-644-01273-8

[www.rowohlt.de](http://www.rowohlt.de)

Alle angegebenen Seitenzahlen beziehen sich auf die Printausgabe.

# Inhaltsübersicht

## Widmung

## Einleitung

Wenn Unruhestifterei auf Angst trifft

## Sein

1. Kapitel Erkenne dich selbst

2. Kapitel Sei zu viel

3. Kapitel Habe kühne Träume

4. Kapitel Steh zu deiner Dopeness

5. Kapitel Vertraue darauf, wo du gerade stehst

## Sagen

6. Kapitel Sag die Wahrheit

7. Kapitel Scheitere mit Pauken und Trompeten

8. Kapitel Bitte um mehr

9. Kapitel Nimm dir, was dir zusteht

10. Kapitel Setze Grenzen

**Tun**

11. Kapitel Wachse wie wild

12. Kapitel FEUERE DICH SELBST

13. Kapitel Lass dir nichts gefallen

14. Kapitel Gründe eine Gang

15. Kapitel Freunde dich mit einer Nigerianerin oder einem Nigerianer an

16. Kapitel Fuck Fear

**Epilog Mut in Zeiten der Angst**

**Danksagung**

**Informationen zur Transkription**

*Meiner Kriegerin, meiner Schutzheiligen, meiner Großmutter  
Olúfúnmiláyò Juliana Fáloyin gewidmet.*

# Einleitung

**I**ch bin eine Profi-Unruhestifterin.

Was das ist, möchtest du wissen?

Eine Profi-Unruhestifterin ist keine, die überall dort, wo sie auftaucht, Chaos verursacht. So eine Person ist ein Troll. Eine Profi-Unruhestifterin ist keine, die nur deshalb den Mund aufmacht, um Gefühle zu verletzen. So eine Person ist ein Hater. Eine Profi-Unruhestifterin ist keine, die nur deshalb widerspricht, weil sie *Advocatus Diaboli* spielen möchte. So eine Person ist eine Querulantin, außerdem hat Satan noch nie um Aufsicht gebeten, deshalb ist mir schleierhaft, warum sich für diesen Job so viele Freiwillige melden.

Eine Profi-Unruhestifterin prangert die Welt mit ihren schäbigen Systemen an und diejenigen, die sich weigern zu versuchen, es besser zu machen. Ich bin Autorin, Rednerin, dubiose Nigerianerin und die Person, die die Leute schief anschaut, wenn sie Mist bauen. Ich bin die, die den Mund nicht halten kann, wenn sie sich betrogen fühlt. Ich spreche aus, was du zwar fühlst und denkst, dich aber nicht auszusprechen traust, weil du Angst um deinen Job hast oder davor, dass es nicht gut ankommt. Von mir stammt sogar ein Buch mit dem Titel *I'm Judging You: The Do-Better Manual* (Ich kritisiere Sie:

Handbuch fürs Bessermachen). Und ich gehe stark davon aus, dass du es schon gelesen hast. Falls nicht, nun ja, dann muss ich dich jetzt wohl leider tadeln. *\*räusper\**

Zwar fabriziert eine Profi-Unruhestifterin nicht absichtlich Chaos oder Krisen, doch ihr ist klar, dass Chaos durchaus entstehen kann, wenn eine Person ehrlich und authentisch ist und gegen den Strom schwimmt. Denn in einer Welt, die trotz ewigen Aufruhrs auf unser Entgegenkommen pocht, wirst du zur Rebellin, wenn du etwas nicht duldest. Unruhestifterinnen gehen die Sachen an, weil sie gute Gründe dafür haben. Oft haben sie eine spitze Zunge und werden falsch verstanden, aber ein Herz aus Gold haben sie immer. Eine Unruhestifterin hat es sich zur Aufgabe gemacht, stets die Wahrheit zu sagen und sich nicht zu verstellen, und ist im Grunde nicht in der Lage, vor einer Welt in die Knie zu gehen, die das von ihr verlangt.

Ich werde gern gefragt, woher ich mein Selbstvertrauen habe und den Mut, das zu sagen, was ich sage. Darauf zucke ich immer mit den Achseln und antworte, dass ich mich nicht erinnern kann, je anders gewesen zu sein. Wenn ich als kleines Kind Ärger bekam, dann für mein großes Mundwerk. In der nigerianischen Kultur wird älteren Personen immer mehr Respekt eingeräumt als jüngeren, und das passte mir ganz und gar nicht. Also wurde Little Luvvie meistens dafür bestraft, wenn sie mal wieder einer älteren Person klargemacht hatte, wie wenig sie von ihrer Meinung oder ihrem Handeln hielt.

Außerdem komme ich aus einer langen Ahnenreihe von Profi-Unruhestifterinnen. Meine Großmutter Olúfúnmiláyò Juliana Fályin [\*] habe ich noch persönlich erlebt. Wenn ich so darüber nachdenke, wird mir klar, dass mir meine Grandma den Mut einer ganzen Generation mitgegeben hat.

Meine Grandma war die Vorstandsvorsitzende von Team «Tough». Als erfahrene nigerianische Staatsfrau war sie der Inbegriff derjenigen, die sich einen feuchten Kehricht scheren. Sie war zu alt, um in Schach gehalten zu werden. Sie wusste den Raum einzunehmen, der ihr gegeben wurde, und in den Zeiten, in denen ihr keiner gegeben wurde, nahm sie ihn sich. All das tat sie mit einem Lächeln und einem Charme, die sie unwiderstehlich machten. Sie war niemals unverschämt, aber immer direkt. Sie war nicht gehässig, sagte aber ihre Meinung. Sie war offenherzig und freigiebig, und sie betete mit demselben Eifer, mit dem sie dir die Ohren lang zog. Sie konnte es auf den Tod nicht leiden, wenn Leute betrogen oder schlecht behandelt wurden. Dank ihrer Aufrichtigkeit und der Tatsache, dass sie in alles so viel Herzblut steckte, wurde sie von vielen Menschen innig geliebt.

Das ist die Krux am Dasein als Profi-Unruhestifterin.

## Wenn Unruhestifterei auf Angst trifft

In meinem ersten Buch fordere ich uns alle dazu auf, die Welt ein Stück besser zurückzulassen, als wir sie vorgefunden haben. Dieses Buch hier habe ich geschrieben, weil wir ziemlich beängstigende Dinge tun müssen, um genau das zu erreichen. Es geht hier also um das WIE für das WAS. Wie sorgen wir dafür, dass wir diesen Planeten hinterm Mond gleich links nicht in einem schlechteren Zustand zurücklassen als bei unserem Erscheinen? Wie sorgen wir dafür, dass diese rotierende Wasserkugel uns nicht einfach fristlos kündigt? (Okay, *die* Antwort ist schwer. Mutter Erde hätte uns längst alle rausschmeißen sollen, so entsetzlich, wie wir uns benommen haben.)

Vieles ist zum Fürchten auf dieser Welt. Im November 2017 hielt ich auf der TEDWomen-Konferenz eine Eröffnungsrede mit dem Titel «Get Comfortable with Being Uncomfortable» («Gewöhnt euch daran, euch unbeliebt zu machen»), bei der es um exakt dieses Thema ging. Als die Rede online ging, wurde sie im Verlauf eines Monats über eine Million Mal angeschaut. Bis heute ist sie über acht Millionen Mal angeklickt worden, und die Zahlen steigen. An jedem einzelnen Tag erreichen mich Nachrichten von überall auf der Welt, in denen mir die Leute mitteilen, wie viel Einfluss diese Rede auf sie hatte. Diese

Reaktion zeigt mir, dass das Aushalten von Angst ein großes Thema für viele Leute ist. Wir haben Angst davor, uns der Welt zu zeigen, und das wirkt sich auf unser gesamtes Umfeld aus.

Das Ding ist: Wir sind halt Menschen. Und mit der Angst hat Gott dafür gesorgt, dass wir nicht so dämliches Zeug anstellen, wie ohne Fallschirm von hohen Felsen zu springen. Gott wird so was gedacht haben wie: «Ich muss diesen Wesen, die ich erschaffen habe, irgendetwas einpflanzen, damit sie nicht andauernd zu mir zurückkommen, bevor ihre Zeit abgelaufen ist. Ich hab nämlich schon gemerkt, dass diese Knalltüten Grenzen brauchen.» Nur hindert uns dieses Gottesgeschenk eben nicht allein daran, die Hand ins offene Feuer zu strecken, sondern auch daran, unserem Chef oder unserer Chefin zu sagen, dass wir nicht über die Runden kommen, weil unser Gehalt zu niedrig ist, und dass wir eine Gehaltserhöhung brauchen, um anständig leben zu können.

Eins habe ich auf meinem Weg gelernt: Die Angst hätte mich jederzeit leicht davon abbringen können, das zu tun, was mein Leben zum Guten verändert hat. Oder das zu tun, was mich auf die richtige Person treffen ließ. Oder das zu tun, was irgendeine andere Person das tun ließ, was ihr Leben zum Guten verändert hat. Wir reden davon, «unser bestmögliches Leben zu leben», doch wie sollen wir dazu in der Lage sein, wenn die Angst uns ein Klotz am Bein ist und uns an den Fersen festhält wie ein klobiger Turnschuh? (Ich werde nie begreifen, warum diese hässlichen Dinger so angesagt sind. Die Füße sehen aus, als steckten sie in irgendwelchem Gestein, was die Leute dann

auch noch den ganzen Tag mit sich herumschleppen müssen. Was haben sie bloß gegen hübsche Schuhe? Egal, ich komme vom Thema ab.)

Ich glaube übrigens nicht, dass sich die Angst besiegen lässt. Es ist ein ständiger Kampf mit ihr, und wir werden bis an unser Lebensende die Gelegenheit haben, beängstigende Dinge zu tun. Ich werde mich also nicht hier hinstellen und behaupten: «Mit folgenden Methoden kannst du deine Ängste loswerden», denn ein gewisses Maß an Angst wird immer bleiben. Doch obwohl wir in ständiger Angst leben, uns die Finger zu verbrennen, müssen wir uns auch nicht vor allem hüten wie vor flüssiger Lava, nicht alles ist ein ausbruchbereiter Vulkan. Wir sollten von uns selbst keine Furchtlosigkeit erwarten, sondern unsere Angst anerkennen, sie darf nur eben nie zum entscheidenden Kriterium werden.

Wir müssen lernen, uns mit der Angst anzulegen wie mit der Friseurin, die uns nur drei Zentimeter abschneiden hätte sollen, aber stattdessen eine Schnippelorgie gefeiert hat, die in eine elende Topffrisur mündete. Wir müssen uns mit der Angst anlegen, als hätte sie unsere Mama eine «miese glatzköpfige Schlampe» genannt. Wir müssen uns mit der Angst anlegen, als hätte sie den Orangensaft ausgetrunken und die Flasche dann mit einem Mini-Restschluck zurück in den Kühlschrank gestellt. Geht GAR nicht.

Leute wie ich, die den Mächtigen die Wahrheit ins Gesicht sagen, tun das nicht ohne Furcht. Wir tun es auch nicht, weil wir keine Angst vor Konsequenzen oder den Opfern haben, die

wir dafür bringen. Wir tun es, weil es sein muss. Weil wir uns trotzdem in die erste Reihe stellen müssen. Lasst uns auf die weisen Worte von Maya Angelou hören: «Mut ist die wichtigste aller Tugenden, denn ohne Mut lässt sich keine andere Tugend konsequent ausüben. Unstet lässt sich jede Tugend leicht ausüben, doch ohne Mut nie konsequent.»

Der Profi-Unruhestifterin ist die Wahrheit über sich selbst und die anderen wichtiger als die Angst, die sie davon abhält, sie zu verfolgen. Was wir tun müssen, ist wichtiger als das, wovor wir uns fürchten. Das soll nicht heißen, dass wir nicht mit etwaigen Konsequenzen rechnen. Das soll heißen, dass wir mit ihnen rechnen und trotzdem sehenden Auges weitermachen.

Unruhestifterinnen erkennen, dass die Angst real ist und eine ewige Feindin, die angegangen werden muss.

Dieses Buch zeigt der Angst den Mittelfinger.

Nun weiß ich, dass es in manchen Systemen riskanter ist, «Scheiß auf die Angst!» zu sagen, als in anderen. Für uns Randgruppen sind die Folgen davon, aus unserer Komfortzone herauszutreten, uns darüber hinwegzusetzen, noch einmal schlimmer. Mir ist klar, dass es ein Privileg ist, sich bewusst für eine Position als Unruhestifterin zu entscheiden. Aus diesem Grund habe ich die Hoffnung, dieses von einer Schwarzen Migrantin, die einst (ohne es zu wissen) arm war, geschriebene Buch wird dir irgendwie den Mumm einflößen, selbst eine Unruhestifterin zu sein.

Ich finde es wichtig, die eigenen Probleme zu sehen und Lösungen für sie zu finden. Wir selbst müssen die Welt erschaffen, in der wir gerne leben möchten.

Davon abgesehen mute ich alles, was ich dir im Folgenden zumute, zuallererst mir zu, und zwar dauernd. Dieses Buch ist ein Vorwand dafür, *MIR* selbst gut zuzureden, weiter auf die beste Art Unruhe zu stiften, und mir selbst die Erlaubnis zu geben, nicht furchtlos sein zu müssen, denn Furchtlosigkeit ist unmöglich. Die Angst wird immer da sein. Worauf es ankommt, ist, dass ich trotzdem weitermache. Dies ist kein Leben sine metu (lateinisch «ohne Furcht»). Dies ist ein Leben des «Ich habe vielleicht Angst, aber ich lasse mich davon nicht aufhalten».

Was ich in diesem Buch mit dir teile, hätte ich so gern meinem zehnjährigen Ich gesagt, damit es sich immer anders zu sein getraut hätte. Außerdem hätte ich noch hinzugefügt: «Erlaube denen bei der Uni-Modenschau bloß nicht, dir dieses Haarteil anzukleben. Es wird dir nur die Haare rausreißen und deine Babyhärchen monatelang verhunzen. Das ist es nicht wert.»

Außerdem ist dies das Buch, das ich gebraucht hätte, als:

- mir klar wurde, dass ich definitiv keine Ärztin mehr werden wollte, aber mich davor fürchtete, etwas anderes zu machen, da ich mich seit meiner Kindheit auf diesen Traum festgelegt hatte.

- ich mich nicht als Schriftstellerin bezeichnete, obwohl ich seit neun Jahren viermal die Woche Worte zu Papier gebracht hatte und sie die Leute berührten, wie ich es nie vermutet hätte.
- ich gebeten wurde, die wichtigste Rede meines Berufslebens zu halten, und zunächst zweimal ablehnte, weil ich dachte, ich sei noch nicht bereit und würde auf der Bühne komplett versagen.

Außerdem ist dies das Buch, das ich heute noch brauche, wenn ich mich mal nicht so mutig fühle. Es ist ein Buch von mir selbst für mich selbst, das ich auch andere lesen lasse. Diese Gedächtnisstütze brauche ich noch immer. Ich muss mich auch immer wieder selbst auffordern, die schwierigen Sachen anzugehen und mit den Folgen klarzukommen. Denn noch immer halte ich mich manchmal zurück. Dieses Buch ist deshalb für mein gestriges Ich, für mein heutiges Ich und für mein zukünftiges Ich, das auch immer mal wieder einen Extra-Schubser brauchen wird. Es ist das Buch, das ich eines Tages meinen Kindern geben will, um sie zu ermutigen, unbeschwert durchs Leben zu gehen.

Der Abschnitt SEIN handelt davon, was wir in unserem Innern klarkriegen müssen, bevor wir uns all den beängstigenden Dingen stellen. Den halben Kampf fechten wir nämlich mit uns selbst aus, mit unseren Unsicherheiten und unserem psychischen Ballast. Das alles müssen wir *Harlem-*

*Shake*-mäßig abschütteln. (Hab ich mich gerade alt gemacht? Egal.)

Im Abschnitt SAGEN will ich uns dazu animieren, unsere Stimme für unser eigenes Wohl und damit auch für das Allgemeinwohl einzusetzen. Wir fürchten uns so sehr vor dem Ansprechen von Notwendigkeiten, und das ist mit der Grund dafür, dass wir uns im ständigen Kampf mit einer Welt befinden, die uns nicht angemessen respektiert. Selbst wenn unsere Stimme dabei zittert, müssen wir die schwierigen Dinge ansprechen.

Im Abschnitt TUN ermutige ich uns, diese Stimme, die wir aus dem Schweigen holen, ins Handeln zu bringen. Ein Zitat von Ralph Waldo Emerson, das ich liebe, lautet: «Was du tust, spricht so laut für sich selbst, dass ich nicht hören kann, was du sagst.» Es ist Zeit, dass unsere Handlungen die Wahrheit unserer Worte verdeutlichen.

An einigen Stellen des Buchs erzähle ich außerdem von meiner Großmutter, denn ihr Leben hat mir wahrlich am meisten gezeigt, wie man über die eigenen Ängste hinauswachsen kann.

Wenn du das nächste Mal etwas tun möchtest, das dir den Atem verschlägt, findest du vielleicht etwas in diesem Buch, das dir sagt: «Hey, du schaffst das. Selbst wenn's danebengeht. Das wird schon.» Das ist meine Hoffnung.

Legen wir also los.



Ich, wie ich am sechzigsten Geburtstag meiner Großmutter irgendwen verpfeife und sie mir das Gefühl gibt, es sei das Wichtigste auf der Welt. Von Unruhestifterin zu Unruhestifterin.

# Sein

**Wenn wir uns mit der Angst anlegen möchten, müssen wir in unserem Innern einiges verändern. Denn was wir für möglich halten, hat großen Einfluss darauf, wie weit wir gehen können. In diesem Abschnitt besprechen wir, wie wir an uns arbeiten müssen, um selbst dann voranzukommen, wenn wir uns fürchten.**

«Angst: Den halben Kampf fechten wir mit uns selbst aus, mit unseren Unsicherheiten und unserem psychischen Ballast.»

– Luvvie Ajayi Jones

## 1. Kapitel

# Erkenne dich selbst

## Wir fürchten unser Ich in seiner Fülle



Wir haben Angst davor, wer wir in all unserer Herrlichkeit (und all unserer Tapferkeit) sind. Nach dieser Person sind wir ewig auf der Suche. Oder vergessen sie. Oder unterdrücken sie. Anstatt mit voller Kraft und Überzeugung hinter ihr zu stehen.

Voll und ganz wir selbst zu sein, ist wichtig, denn es erdet uns. Bei mir zumindest ist das der Fall. In unserer Welt gibt es eine Menge, vor dem wir Angst haben können. Vieles ist nämlich echt verkorkst. Wer hat dann schon die Zeit, sich dann

auch vor dem eigenen kompletten Dasein zu fürchten? Das brauchen wir nicht.

Das heißt aber nicht, dass wir deshalb eine unnachgiebige Person sein müssen, deren Überzeugungen in Stein gemeißelt sind. Es heißt auch nicht, dass wir uns nichts sagen lassen oder keine Fehler eingestehen können. Es geht vielmehr darum, ein starkes Bewusstsein für das eigene Selbst zu entwickeln. Zu wissen, dass wir genauso auf die Erde gehören wie jede und jeder andere auch. Den Raum einzunehmen, den wir uns allein durch unsere Geburt verdient haben.

Eines meiner Lieblingsgedichte ist «Desiderata» von Max Ehrmann. Die schönste Passage in meinen Augen ist diese: «Du bist ein Kind des Universums / nicht weniger als die Bäume und die Sterne; Du hast ein Recht, hier zu sein. ...»

«DU HAST EIN RECHT, HIER ZU SEIN.» Aber so was von.

Seltsamerweise macht es uns nicht dickköpfiger, wenn wir uns in unserer ganzen Fülle kennen. Es macht es nur einfacher, zu wachsen, weil wir eine solide Basis haben, die auch durch neues Wissen und neue Perspektiven nicht ins Schwanken gerät. Das brauchst du, wenn du Profi-Unruhestifterin werden willst. Du wirst nämlich Ärger kriegen. So viel ist klar. Woran erkennst du, dass es sich lohnt? Indem du deine Persönlichkeit in Gänze kennenlernst.

Vieles beim Bekämpfen der Angst und beim Unruhestiften konfrontiert uns mit Dingen, die uns erschüttern. Dinge, die uns ins Gesicht schlagen, bis uns schwindlig wird, und uns alles

bisher Gekannte vergessen lassen. Um das auszuhalten, müssen wir in einem starken Fundament verankert sein. Und dieses Fundament ist das Wissen um uns selbst. Nichts und niemand kann uns dann mehr sagen, wer wir angeblich sind. Denn wenn es heißt, wir seien wunderbar, saugen wir das nur zu gerne auf – was aber, wenn es heißt, wir taugen nichts? Oder, wir sind nichts wert? Oder verdienen keine Liebe, sondern fiese Papercuts? Sich selbst zu kennen, bedeutet, sich die Lobeshymnen nicht zu Kopf steigen zu lassen und sich die Erniedrigungen nicht zu Herzen zu nehmen. Sich selbst zu kennen, bedeutet, dass wir unsere Werte in Beton gießen, auch wenn unsere Ziele versanden.

Sich selbst zu kennen, heißt, unser Innerstes zu kennen, und für mich persönlich bedeutet das auch eine Verwurzelung in etwas Externem. Ich weiß nämlich nicht nur, *wer* ich bin, sondern auch, *wessen* ich bin.

Wessen ich bin

Damit meine ich nicht, dass ich irgendwem gehöre oder zu Dank verpflichtet bin. Ich meine damit die Community, mit der wir verbunden sind, die uns zur Verantwortung zieht und zu der wir uns verhalten. Es geht um das Wissen, Teil einer Gemeinschaft zu sein, die größer ist als wir selbst. Sich zutiefst verbunden zu fühlen mit manchen Menschen und das als Basis zu haben, die wir überallhin mitnehmen. Wären wir Handys, wäre das Wissen, wessen wir sind, unsere Ladestation.

Wie wichtig dieses Wissen ist, habe ich während meiner Kindheit kennengelernt. Mein Stamm, die Yorùbá, räumen der Gemeinschaft manchmal genauso viel Gewicht ein wie einem einzelnen Mitglied. Und dieser Kollektivismus wird für uns lebendig durch die Tradition des Oríkì (OH-ri-ki).

Was ist ein Oríkì? Dieser yorobische Ausdruck ist eine Kombination aus zwei Wörtern und bedeutet «Lob deines Kopfes/Geistes». *Orí* bedeutet «Kopf», und *kì* bedeutet «grüßen oder loben». Ein Oríkì stellt also einen lobpreisenden Gruß dar, der unsere Verwandtschaft rühmt und unser Schicksal bejaht. Es ist unser persönliches Mantra, das uns feiert, und es wird gesungen oder gesprochen.

Dein Oríkì setzt sich aus den ursprünglichen Bemühungen zusammen, deine Identität zu umreißen. Es soll dich an deine Wurzeln und deine Geschichte erinnern. Es enthält vielleicht den Geburtsort deines Vaters und den Geburtsort seines Vaters. Es enthält vielleicht die Dinge, die deinen Familiennamen zu etwas Besonderem machen. Es preist deine Leute. Es lässt alle wissen, wer wir WAREN, wer wir SIND und wer wir SEIN WERDEN. Es erinnert dich an diejenigen, die vor dir da waren und segnet diejenigen, die nach dir kommen werden. Es kann auch sogar etwas Schatten enthalten.

Oft werden Oríkìs an Geburtstagen und Feierlichkeiten gesungen. Oder um uns ins nächste Leben zu verabschieden. Das Oríkì stellt eine Verbindung mit unseren Vorfahren her, und es wird selbst die Gleichmütigsten von uns zu Tränen

rühren, weil wir es im Herzen spüren. Unsere Tränenkanäle geben einfach nach und lassen dem Wasser freien Lauf.

Ich bin die Enkelin einer Frau namens Olúfúnmiláyò Juliana Fályoin, und sie ist mein innerer Kompass. Wenn Grandma ihren eigenen Namen aussprach, tat sie das stets mit einem Lächeln. Was absolut logisch war, wo ihr Name doch wortwörtlich bedeutete «Gott schenkte mir Freude». Es war, als ob ihr eigenes Selbst, ihre bloße Präsenz, ihr Freude gebracht hätten. Als das Oríkì meiner Großmutter an ihrer Beerdigung gesungen wurde, war ich sehr ergriffen, denn es war zugleich eine poetische Bejahung ihres irdischen Daseins und eine Verabschiedung. Es war eine Art Standing Ovation für ihre Seele.

Hier ein Auszug aus dem Oríkì meiner Großmutter:

*Omo Ògbóni Modù lorè mètè ní àkún*

*Omo Fulani Ìjèsà a múni má parò oko oni*

*Omo a fì ose foso kí ómo Elòmíràn fì eérú fo ti è*

*Omo arúgbìnrin owó bòdìdè*

*Omo Olúmose atikùn àyà fohùn*

*Ògbóni gbà mí, Òdòfin gbà mí*

*E ní tó ní gbà lè gbani*

Was das so ungefähr bedeutet (weil einige Worte der Yorùbá in anderen Sprachen nicht existieren), ist Folgendes:

*Das Kind von königlicher Abstammung ...*

*Das Kind des Ìjèsà Fulani, der über Menschen und Besitztümer herrscht*

*Das Kind, das Seife herausträgt, um die eigenen Kleider zu waschen, während das Kind anderer Menschen Asche herausträgt, um die seinen zu waschen*

*Das Kind, das bündelweise Geld emporschießen lässt (Reichtum)*

*Das Kind, das auf seine Brust trommelt, während es spricht (voller Selbstvertrauen spricht)*

*Ògbóni, rette mich, Òdòfin, rette mich*

*Der Mensch, der bedeutend genug ist, um dich zu retten, wird sich der Sache annehmen*

Es verknüpft meine Grandma mit denen, die vor ihr da waren, und bestärkt sie.

**M**ein eigenes Oríkì kenne ich nicht. Das geht vielen von uns so. Wie bei einer Menge anderer Traditionen sind die Oríkìs im Lauf der Generationen weniger stark gepflegt worden, weswegen ich nun komplett Oríkì-los dastehe. Aber das passt schon. Alles gut, wirklich. Macht mir gar nichts aus, dass es den Leuten, als ich schließlich daherkam, einfach nicht mehr so wichtig war (o.k., offensichtlich bin ich dezent sauer, aber das werde ich mit meiner Therapeutin klären).

Trotzdem stammt vieles von den Oríkìs ab, ohne dass uns das bewusst ist, denn diese Tradition gibt es nicht nur im

Yorùbá-Land; sie ist in der Diaspora fortgesetzt worden. Wir können sie in der Art, wie manche über sich rappen, erkennen. Oder in der Art, wie manche Leute Gott preisen. In der Art, wie wir uns im Augenblick größten Stolzes anderen vorstellen.

Wenn Christen Gott lobpreisen, sagen sie: König aller Könige. Alpha und Omega. Anfang und Ende. Das große «Ich bin». Der Wegbereiter. Ich meine, das ist ja wohl ein Oríkì, wie es im Buche steht.

Oder schauen wir uns an, wie manche total erfundenen Persönlichkeiten in Fernsehserien wie *Game of Thrones* vorgestellt werden: «Daenerys Sturmtochter aus dem Hause Targaryen, die Erste ihres Namens. Die Unverbrannte. Königin der Andalen und der Ersten Menschen. Khaleesi und Herrscherin des großen Grasmeeeres. Sprengerin der Ketten. Mutter der Drachen.» VOLL DAS ORÍKÌ! Zieht dich das nicht jedes Mal auf der Stelle hoch, wenn Daenerys vorgestellt wird? Mich definitiv ja. Dafür ist es da!

Ich schreibe gerne Oríkìs für Menschen, die ich bewundere, wenn mir danach ist, sie zu pushen.

Einige habe ich schon fertig.

*Für Michelle Obama: Michelle LaVaughn aus dem Hause Obama. Die Erste ihres Namens. Wunderdame der Würde. Melanin-Magnifizienz. Schicke Chicagoerin. Brillante Boss-Lady. Besitzerin der Waffen deines Neids. First Lady forever.*  
*Für Barack Obama: Barack Hussein aus dem Hause Obama. Der Zweite seines Namens. Swagnificence im Weißen Haus.*

*Der, der in vollständigen Sätzen spricht. Sheabuttriger Führer der Welt. Michelles Schatz. Nummer 44 für immer.*

*Für Beyoncé: Beyoncé Giselle aus dem Hause Carter. Die Erste ihres Namens. Wahre Gipfelstürmerin. Beherrscherin der Bühnen. Bewohnerin des kreolischen Wunderlands.*

*Legendäres Black Girl. Wakandas Gemeinderatsvorsitzende.*

*Für Oprah: Oprah Gail aus dem Hause Winfrey. Die Erste ihres Namens. Weltenverwandlerin. Beschützerin von Noirpublic.*

*Bahnerin von Wegen. Sprengerin von Ketten und Grenzen.*

*Für Toni Morrison: Toni aus dem Hause Morrison. Die Erste ihres Namens. Architektin der Worte. Bejubelte Buchautorin.*

*Kulturbewegende. Die sich den Nobelpreis geangelt hat.*

*Menschgewordenes Domino. Legendäre Laureatin.*

*Für Aretha Franklin: Aretha Louise aus dem Hause Franklin.*

*Die Erste ihres Namens. Detroiter Dame. Regentin erhabenen*

*Sounds. Royale Resonanz. Stimmliche Siegerin. Souveränin des Souls. Aurale Autorität.*

*Für Janelle Monáe: Janelle aus dem Hause Monáe. Die Erste*

*ihres Namens. Bürgerin der Zukunft. Gratwanderin.*

*Sprenklerin von #NoirPixieDust//#NoirFeenstaub.*

*Beherrscherin hässlicher Anzüge. Die sich einen*

*intergalaktischen Dreck kümmert. Chef-Androidin von*

*Wondaland.*

Wie schreibst du also dein eigenes *Game of Thrones*-mäßiges Oríki? Hier kommt das Rezept und wie ich mir die Intros einfallen lasse.

**Vorname und Zweiter Name aus dem Hause Nachname.  
Abfolge seines/ihres Namens (das heißt, der  
Nachwuchs ist «der/die Zweite seines/ihres Namens»).**

Das ist der leichte Teil.

Der nächste Teil ist: Klopp deine Bescheidenheit in die Tonne, damit du dir die gebührende Anerkennung zollen kannst. Honoriere das, worauf du stolz bist, und honoriere deine Errungenschaften. Das muss nicht alles beruflicher Kram sein, sondern kann auch das sein, was sich wie deine persönliche Superkraft anfühlt. Verwende dabei gern Adelstitel (Königin, Gräfin, Herzogin, Fürstin), weil: warum nicht? (Falls das hier irgendein Mitglied der Monarchie liest, Verzeihung, aber auch so was von nicht Verzeihung für die Aneignung.) Sei ruhig kreativ. Außerdem bin ich ein Fan von Alliterationen, für die Extraportion Pep.

**Nomen (Beruf oder Beschreibung) von Nomen (Ding).  
Luvvie aus dem Hause Jones. Die Erste ihres Namens.  
Assassine des Alphabets. Bestseller-Autorin.  
Triumphatorin von Texten. Edeldame der Diktion.  
Kulturkritikerin. Meisterin des schrägen Seitenblicks.  
Genießerin von Jollof-Reis. Bezwingerin wilder Schuhe.  
Regentin des Königreichs Jones. Besetzerin von Bühnen.  
Nigerianische Nobelfrau und Chicagoer Schöpferin.**