

**Brianna Wiest: "The Life That's Waiting. Befreie dich von negativen Gedanken und finde deinen Weg"**

## Du bist Dein eigenes Produkt

Von Benjamin Knödler

Deutschlandfunk Kultur, Buchkritik, 04.07.2025

**Bestseller-Autorin Brianna Wiest hat ein neues Sachbuch geschrieben. „The Life That's Waiting“ ist eine so wolkige wie unzusammenhängende Predigt, sich gefälligst um sich selbst zu kümmern. Über unsere Gegenwart sagt das einiges aus.**

Die salvatorische Klausel hat Brianna Wiest direkt in die Einführung geschrieben. „Mehr als alles andere hoffe ich, dass du bedenkst, dass ich nichts weiß.“ Gut, nur zwei Absätze vorher steht, sie wisse „ganz sicher, dass es hinter dem Leben, das du versuchst zusammenzuhalten, ... das Leben gibt, das auf dich wartet“, aber was soll's. Wir wissen damit immerhin, dass Stringenz und Konsistenz nicht das Kernanliegen dieses Buches sind.

### Ein Sachbuch-Phänomen

Darum geht es schließlich nicht. Es geht um mehr. Bei Brianna Wiest geht es immer um sehr viel, um nicht zu sagen: um alles. „101 Essays, die dein Leben verändern werden“ stand wochenlang auf der Spiegel-Bestsellerliste. Hier schaffte es das große Versprechen selbstbewusst in den Titel, so wie auch in „The Truth About Everything“. Mit diesen und drei weiteren Ratgebern ist die 33-Jährige zum Sachbuch-Phänomen geworden. Nun folgt also der sechste Streich, „The Life That's Waiting“: Eine, so die Autorin, „umfassende Anleitung für das Menschsein“.

In 28 Kurzanleitungen soll uns nähergebracht werden, wie wir unseren Weg finden hin zu dem Leben, das eigentlich auf uns wartet. Das Gefälle ist wichtig, denn Wiests Duktus kommt derart predigerinnenhaft und spirituell daher, dass man den Eindruck nicht loswird, sie befinde sich eben doch auf einem ganz anderen Weisheitslevel – eine Hierarchie, die auch die Kapitel-titel widerspiegeln. Die kann man als freundliche Aufforderung oder als gebellten Befehl interpretieren: Sie beginnen allesamt mit „Lies das“: „Lies das, wenn du dich nicht liebenswert findest“, „Lies das, wenn du dich im Leben völlig verloren fühlst“.

Brianna Wiest

**The Life That's Waiting.  
Befreie dich von negativen  
Gedanken und finde deinen  
Weg**

Aus dem Amerikanischen von Renate  
Graßtat

Piper Verlag, München 2025

208 Seiten

## **Beliebigkeiten zwischen Insta-Kachel und Wandtattoo**

Das immerhin muss man Brianna Wiest zugestehen. Sie hat ein Gespür für die Gefühlslagen einer hyperindividualisierten Selfcare-Gesellschaft, in der es primär um's eigene Empfinden und stressige Selbstoptimierung geht.

Die Antworten indes bleiben wenig befriedigend. Blumig, wolkig, beliebig sind es Allgemeinplätze, irgendwo anzusiedeln zwischen Poesiealbum, Insta-Kachel, Kalenderspruch und Wandtattoo. Im Kapitel „Lies das, wenn du dich allein fühlst und nicht verstehst, warum“ wird das Alleinsein im Schweinsgalopp zu einer Phase der Ruhe umgedeutet, in der man wunderbar an sich arbeiten kann. Oder in Wiests Worten: „Vielleicht versucht dir das Leben zu zeigen, wie der achtsame Umgang mit dem Menschen, der du bist, auf den Menschen wirkt, zu dem du wirst.“

## **Umgang mit Einsamkeit**

Das Alleinsein ist ein Paradebeispiel für das, was in „The Life That's Waiting“ zum Problem wird. Am Ende geht es ausschließlich um das Individuum und nicht um strukturelle Dimensionen. Einsamkeit wird in der Gegenwart als großes gesamtgesellschaftliches Problem betrachtet – bei Wiest ist Alleinsein einfach eine dornige Chance. Wer die nicht ergreift ist selbst schuld. Äußere Faktoren, gesellschaftliche Hürden und Zwänge, Armut, Ungleichheit, Klimakrise oder Kriege? Spielt alles keine Rolle. Für Wiest gilt: Du bist „dein eigenes Produkt.“

Darf man sich ärgern, wenn das anderen hilft? Einige Ratschläge sind durchaus sinnvoll – etwa, sich weniger vor dem Scheitern zu fürchten. Nur sind sie unter derart viel Wortgeröll verschüttet, dass sie schwer zu entdecken und selten fundiert oder gar weitergedacht sind. Aber wäre nicht genau das etwas, das wirklich helfen würde?