

KULTUR MIT MEINUNG, LEBEN MIT KANTE

KUNST & KANTE

FÜR ALLE. VON HERZEN. MAGAZIN NR. 4



COMFORT
ZONES DON'T
MAKE HISTORY.



KULTUR MIT MEINUNG. LEBEN MIT KANTE

KUNST & KANTE

FÜR ALLE. VON HERZEN. MAGAZIN NR. 4

COMFORT
ZONES DON'T
MAKE HISTORY.

Photo: Kerstin Friedrich



HERZLICH WILLKOMMEN! IM KUNST&KANTE MAGAZIN, AUSGABE VIER!

Ein neues Quartal beginnt, und wir können euch versprechen: Diese Ausgabe hat eine ganz besondere Wucht. Sie ist intensiv, manchmal unbequem, oft berührend – aber immer zutiefst menschlich.

Wenn Du schon die ein oder andere Ausgabe gelesen hast, wirst du wissen, dass wir uns immer ändern aber nie anpassen. Und auch in der vierten Ausgabe ist alles anders und doch gleich. Neben unseren Kolumnist:innen wie **Anja, Rollo** oder **Maria** haben wir tolle Künstler:innen dabei.

Da ist beispielsweise die unfassbar begabte und sympathische **Janina Thole**. Die Bremerin würde wohl selbst in Guantanamo noch etwas finden, mit dem sie ein Gemälde aus dem Boden stampft.

In dem Knast würde sie übrigens direkt auf **Andreas Maria Kahn** treffen. Zumindest wenn es nach Instagram ginge. Der Fotograf aus Berlin macht Bilder, die selten bei Schwiegermutter über dem Esstisch hängen aber umso interessanter sind.

Damit es bei uns nicht zu gemütlich wird, haben wir uns an ein Thema gewagt, das intern für ordentlich Diskussionsstoff gesorgt hat. „**Starke Frauen**“ haben wir das Ganze anfangs genannt – und prompt (und völlig zurecht) Gegenwind für dieses Wording bekommen. **Feli** hat dazu einen wunderbaren, treffenden Kommentar geschrieben!

Genau aus dieser lebendigen Diskussion heraus ist ein umso spannenderes Kapitel entstanden. Großartige Frauen wie **Hannifu, Marlies, Hayley, Eleni** und **Neda** haben uns ihre ganz eigene Perspektive auf den Begriff geschildert und uns Einblicke darin gegeben, wann sie selbst das letzte Mal richtig stark sein mussten.

Stark ist auch unsere Musikabteilung! Neben der Newcomerin **CC Shawty** haben wir das Multitalent **Andy Sharif** im Interview und sprechen über Klischees und Psychologie. **Kolumnistin Petra Fritz** berichtet indes von ihrem Treffen mit **fucking Udo Lindenberg!** Und wenn du keine Lust mehr auf Lesen hast, hörst du dir die Hottehü-Playlist von **Ole** an.

Jetzt hast du dich gefragt: Und wann kommen endlich Titten? Klar! Entweder regst du dich drüber auf, dass es keine oder zu viele zu sehen gibt. Aber here we go! Den Anfang macht Superstar (und das ist sie tatsächlich!) **Sally Dinosauro!** Sally ist eine der bekanntesten Darstellerinnen die es gibt und das nicht nur in Europa. Dazu führt sie ihr Business besser als mancher DAX-Vorstand.

Übrigens wird uns oft vorgeworfen, wir würden zu viel über Sex und Erotik berichten. Diese Ausgabe besteht zu 11,94 % aus deinem Lieblingsthema Erotik. Zum Vergleich nimmt der Bereich Kunst in dieser Ausgabe 21,64 % ein. Wenn das Einzige, was dir im Kopf bleibt, nackte Haut ist, dann ist nicht Kunst & Kante schuld, sondern einzig und allein du. :-)

Apropos Schuld! Wer bestimmt eigentlich über das deutsche Fernsehprogramm? Darüber und vor allem über sein neues Buch haben wir mit Mr. Tweet himself gesprochen. Der Internet-Clown **El Hotzo** ist zu Gast – und vielleicht bleibt er bei uns länger als im ZDF Magazin Royale.

Wie lange Buchhandlungen noch bestehen bleiben, stellt derweil **Hartmut Fischer** in Frage. Da wünschen wir doch „Alles Liebe“. So heißt auch der neue Roman von Bestseller-Autorin und Gesicht unseres Covers, **Ronja von Rönne**.

So rasant wie dieser Text ist der Comedian **Alex Stoldt** lange nicht – und deshalb ist er auch erfolgreicher als unser Magazin. Er spielt mit der Stille besser als Felix Lobrecht mit seinem Bizeps.

Nichts Neues für dich? Dann pass mal auf! Kunst & Kante kann auch Mode!

Fashion-Expertin **Vanutschi** hat für dich ihre besten Festival-Outfits rausgesucht!

Ein bunter Blumenstrauß an Themen, Menschen und vor allem ehrlichen Geschichten erwartet dich. Kunst & Kante wünscht viel Spaß beim Lesen!

INHALTSVERZEICHNIS

KUNST



Andreas Maria Kahn	Entsexualisiert euch	S.4
Dodo	Provokante Kunst	S.7
Charleen	Sichtbarkeit	S.10
Yera Luna	Zarte Linien	S.12
Janina Thole	Ausnahme Talent	S.14
Mina Monka	Aufmischen!	S.18
WixMax von GOTT&GILZ und Kunst&Kante		S.21
Joana	UV-Kunst	S.26

SEX & EROTIK



Ronja	Freiheit im Sexshop	S.29
Sally Dinosaur	Authentizität und Urin	S.30
Savage Cherry	Jeder verkauft seinen Körper	S.32
Nina Joy	Früher Bankschalter, heute nackt	S.33
Anastasia	Selbstwert	S.34
EmilyyStella	Support auf Augenhöhe	S.35
Venus 2026	Berlin wird wild!	S.36
Juliane	Girl next door	S.38
Captain POV	Jensi, Sex und Gerstensaft	S.39
Beyond Vanilla	Aufklärung für alle	S.41
KinkyGalore	Eine Szene verändert sich	S.44
itsFelize	Gefangen in der Freiheit	S.46

GESELLSCHAFT



Jans Kolumne	Die Frauen meines Lebens. Stark.	S.48
Extrem Gefühlt	Der Podcast	S.50
Cycling Sophie	vom vierten Leben	S.52
Hannah	Bier, Content & etwas Gelaber	S.54
Marlies	Mental Load	S.56
Hayley	Single-Mom	S.58
Eleni	Chancengleichheit?	S.60
Neda	Paragraphen & Familie	S.62
Jessica	Versagerin?	S.64
Felis Kolumne	Scheiss Titel!	S.65

SPORT

Rolf Fuhrmann	Auf St.Pauli brennt noch Licht	S.67
---------------	--------------------------------	------

LITERATUR



El Hotzo	Sidekick	S.68
Thomas Pisbergen	Der weiße und der rote Mond	S.71
Ronja von Rönne	Alles Liebe	S.72
Hartmut Fischer	Das letzte Bollwerk	S.76

INHALTSVERZEICHNIS

MUSIK



Muryel	Emotionale Songs	S.78
Tara	über Stereotype	S.80
CC Shawty	Konturen der Düsternis	S.82
Cleomadita	Offenheit kostet Überwindung	S.86
Andy Sharif	zwischen Couch und CSD	S.87
Marita	bewusste Verletzlichkeit	S.90
Oles Kolumne	Hottehü	S.91
Petras Kolumne	Udo Lindenberg	S.94
Veranstaltungstipps		S.98

TV, SCHAU SPIEL UND COMEDY



Alex Stoldt	Vorfreude auf die Stille	S.100
Mariattma	Moderatorin und Influencerin	S.102
Lisa Herrmann	Schauspiel und mehr Part 3	S.103

FEMINISMUS, LGBTQIA+ UND ERZIEHUNG



Marias Kolumne	Ein Kind hat keine Agenda Part 2	S.106
Yaras Kolumne	Männlichkeit im Umbruch	S.108
Patrick van Lier	Radikale Ehrlichkeit	S.110
Frustrierte.Alte	Rage Modus on	S.112
Sanata	Warum Kinder wegesehen	S.116

GASTRO-TIPPS



Gastro-Tipps	Sponsored by Kettenfett	S.118
--------------	-------------------------	-------

FASHION & FESTIVAL



Vanutschi	Festival Fashion Favorites	S.122
Carina	Big Boob Better Outfit	S.124
Isa-Maja	Outfits fürs Büro	S.126

MECKER-EKKE



Die Streitschrift vom Reverend	S.128
--------------------------------	-------

**ANDREAS MARIA
KAHN**

ENTSEXUALISIERT EUCH!

Ein Gespräch über verletzbare Körper, die Zensur der Algorithmen und das Privileg, vor der Kamera endlich schreien zu dürfen.

Wer heute durch die gängigen Social-Media-Kanäle scrollt, wird erschlagen von einer paradoxen Welt: Allgegenwärtige visuelle Reize und vermeintliche Freizügigkeit treffen auf eine digitale Prüderie, die rigoros zensiert als je zuvor. Inmitten dieser weichgespülten Masse steht der Fotograf Andreas Maria Kahn. Seit 22 Jahren widmet er sich ausschließlich der Aktfotografie. Nicht, um stumpf zu provozieren, sondern um dem nackten Körper seinen angestammten Platz in der Kunst zurückzugeben.

Wir von Kunst&Kante wollten wissen: Wie viel Kante steckt in einer Kunst, die im Netz fast vollständig unsichtbar gemacht wird? Die Nacktheit als Schutzschild. Wer bei Andreas' Arbeiten nach dem billigen Kick sucht, sucht vergebens. „Eine Provokation um der Provokation willen macht kein Bild besser“, stellt er direkt klar. Wenn seine Bilder anecken, dann als Nebeneffekt einer tieferen Auseinandersetzung. Sein zentrales Stilmittel ist die pure Unbekleidetheit.

„Wenn ein Mensch unbekleidet ist, ist er einfach nur noch ein Mensch – verletzlich und gleichzeitig auch stark und selbstbewußt.“

Durch die Inszenierung mit Masken, Requisiten oder Symbolen wie einer Gasmaske – für Andreas ein Symbol des Krieges und des Schreckens – wird der Körper Teil eines größeren, oft beklemmenden Gesamtbildes. Wo Kritiker schnell das Label „Pornografie“ oder

„Fetisch“ aufkleben, zieht Andreas eine scharfe Grenze. Pornografie diene der reinen sexuellen Anregung. Ihn interessiert das Gegenteil: „Für meine Kunst sexualisiere ich die Menschen nicht, ich ent-sexualisiere sie.“

Der einzige Ort, an dem man schreien darf

Diese radikale Ehrlichkeit zieht Menschen an. Seine Models arbeiten ohne Gage – sie kommen, weil sie Teil dieser unverfälschten Kunst sein wollen. Während die Modewelt makellose, glatte Posen verlangt, bietet Andreas einen Schutzraum für das Unperfekte. Bei ihm dürfen sich die Models ausleben, müssen nicht schön aussehen, dürfen zusammengekauert in der Ecke sitzen oder in skurril verdrehten Posen verharren. Ein Model brachte es auf den Punkt: „Deine Bilder sind deswegen so einzigartig, weil du der einzigste Fotograf bist, bei dem man schreien darf.“



Um dieses Vertrauen aufzubauen, agiert Andreas am Set wie ein Regisseur. Strukturierte Vorbereitung, klare Verträge und viel Kommunikation bei Keksen und Getränken schaffen die psychologische Sicherheit, die für diese extreme Verletzlichkeit nötig ist. „Ich bin so eine Art fotografierender Alleinunterhalter“, schmunzelt er.

Der Markt der Aktfotografie ist hart umkämpft, und der Respekt unter Kollegen oft rar. Kante zeigen bedeutet für Andreas daher auch, sich abzugrenzen und den eigenen Stil zu verteidigen. „Du mußt damit leben, daß dir rücksichtslos, auch von befreundeten Fotografen, die Bildideen geklaut werden... und dann mußt du Kante zeigen. Du mußt deine Kollegen auch mal in die Schranken weisen.“

Seine Antwort auf den Einheitsbrei: monumentale Inszenierungen. Während viele Fotografen an ein oder zwei Models scheitern, fotografiert Andreas in letzter Zeit Gruppen von 10 bis 20 Menschen gleichzeitig. Ein enormer logistischer Aufwand, der die Konkurrenz abhängt. „Das ist keine Effekthascherei, das ist dann einfach nur beeindruckend. Wer oben mitspielen will, muß gut sein!“

Andreas' Blick für den Menschen endet nicht an der Studiotür. Wenn es um gesellschaftliche Tabus rund um den Körper geht, sieht er die größte Gefahr im Wegschauen und in der Verweigerung der Akzeptanz – besonders mit Blick auf die LGBTQ-, Queer-, Trans- und non-binäre Community. Er gibt offen zu, dass man mit manchen Themen anfangs fremdeln kann. Doch seine Haltung bleibt unmissverständlich:

„Wenn man jemanden kennen-
lernt und man die Geschichten
und den Leidensweg dahinter
kennt [...] dann sollte man das
einfach akzeptieren. Geht auf die
Menschen zu, unterhaltet Euch,
lernt sie kennen! Gefährlich wird
es dann, wenn Menschen nicht
akzeptiert werden, weil man sie
nicht akzeptieren will.“

95 Prozent Zensur – Und der Reiz des Verbotenen

Die größte Hürde für seine Arbeit
ist heute nicht das Publikum,
sondern der Algorithmus. Auf
Plattformen wie Instagram oder
Facebook kann Andreas gera-
de einmal mickrige 5% seiner
Arbeiten zeigen. 95% fallen der
digitalen Zensur zum Opfer, weil
„Nackt“ stumpf mit „Pornografie“
gleichgesetzt wird. Ein Schicksal,
das ihn dank regelmäßiger realer
Ausstellungen und einer starken
Partnerschaft mit dem Münchner
icon Verlag zwar nicht existentiell
vernichtet, aber dennoch ein-
schränkt.

Doch die digitale Prüderie hat
eine Kehrseite, die dem Künstler
fast schon in die Karten spielt.
Jedes Verbot erzeugt eine Gegen-
bewegung. Wenn die Konzerne
diktieren, dass man sich nicht
nackt zeigen darf, lautet die trot-
zige Reaktion vieler Menschen:
Jetzt erst recht. Und genau diese
Menschen landen am Ende in
Andreas' Studio. Bereit, die Hüllen
fallen zu lassen, Kante zu zeigen
und endlich zu schreien.





DODO.

DODO.

509

EIN TREFFEN MIT DODO: ÜBER ARCHITEKTUR & PROVOKANTE KUNST

Wer in Ottensen aufgewachsen ist, der bleibt oft. Nicht aus Bequemlichkeit, sondern weil dieser Stadtteil eine ganz eigene Dynamik hat. Dodo ist 27, hier zur Schule gegangen, hat seit vielen Jahren denselben festen Freundeskreis. Er ist ein absoluter Familienmensch, ständig draußen, umgeben von Leben, seinen zwei Katzen und Projekten, die eigentlich für drei Leben reichen würden. Doch vor zweieinhalb Jahren gab es diesen einen Moment – einen Unfall, der alles auf den Kopf stellte. Ein Einschnitt, der ihn zwang, neue Wege zu gehen. Gefunden hat er einen, der absolut fasziniert: Dodo malt heute mit dem Mund. Und er denkt gar nicht daran, sich dabei in irgendeine Schublade stecken zu lassen.

„Ich bin nicht meine Behinderung“
Wenn man das Wort „Inklusion“ googelt oder nach Bildern von Menschen mit Behinderung sucht, landet man schnell in einer visuellen Dauerschleife des Grauens: Fingerfarben-Workshops, geschönte Flyer, auf denen lächelnde Menschen im Rollstuhl sitzen, während eine Pflegekraft im Kasack jovial von der Seite reingrinst. „Als bräuchten wir immer nur Hilfe“, sagt Dodo sichtlich genervt. „Als wäre man kein ganzer Mensch mehr, sondern nur noch ein Pflegeprojekt. Ich sehe mein Leben überhaupt nicht so. Du hast eine Behinderung, aber du bist verdammt noch mal nicht deine Behinderung! Du bist Künstler, Journalist, Sportler oder Anwalt.“

Für Dodo gehört die Behinderung in den Hintergrund, die Person und das Schaffen nach vorn. Deswegen ist es ihm wichtig, sich im Alltag zu zeigen. Unbequem, präsent, normal.

„Es muss zur Normalität werden, dass Kolleginnen und Kollegen im Büro sitzen, die eben einen Arm weniger haben, gelähmt sind oder – wie ich – ihre Architekturzeichnungen mit einer Mundcomputermaus machen.“

Zwischen Kinderbuch-Helden und surrealistischen Joints

Wer Dodo nach seinen aktuellen Projekten fragt, sollte Zeit mitbringen. Er studiert Architektur im Master an der HafenCity Universität (HCU), schmeißt seine eigene Kunst-Selbstständigkeit (von der Website über das Verpacken der Bilder bis hin zu Social Media) und arbeitet parallel an einem Kinderbuch über die Feuerwehrheldin Malou, das er zusammen mit einem Kumpel von der Feuerwehr ins Leben gerufen hat. Ach ja, und dann sind da noch das inklusive Straßenfest „Bunterkunt“ am 27. Juni, die Arbeit im Landesbeirat für Menschen mit Behinderung, das Kulturprojekt „Open Up“ für Jugendliche und Pläne für eine eigene Ausstellung sowie einen Dokumentarfilm.

Ganz schön viel? „Absolut überfordernd manchmal“, lacht er. „Aber es bringt mir extremen Spaß.“

Dabei trennt er seine kreativen Welten bewusst, auch wenn sie am Ende alle zu ihm gehören. Auf der einen Seite die klaren, farbenfrohen und detailreichen Illustrationen für das Kinderbuch. Auf der anderen Seite seine freie Kunst. Die ist oft surrealistisch, wild, entspringt direkt seinem Kopf. Da wächst dann auch mal eine Blume aus einem Schädel, die einen Fischkörper und einen Joint hat. „In der Kunst kann und will ich provokant sein“, sagt er. Das gilt auch für anstehende Fotoprojekte, die er gemeinsam

mit dem Fotografen Jan Rickers plant. „Ich will den Leuten das echte Leben hinklatschen. Da ist dann eben auch mal ein Urinbeutel auf dem Foto zu sehen. Na und? So ist es halt. Ich zeige mich genau so und fertig.“



„In der Kunst kann man provokant werden. Und den Leuten das Leben einfach mal ganz roh zeigen.“

Dodos gestalterisches Auge kommt nicht von ungefähr. Im Architekturstudium schaut er heute mit einem ganz anderen Blick auf die Stadt. In seiner Bachelorarbeit hat er sich unter dem Titel „Barrieren durchbrechen, Architektur umdenken“ intensiv mit Raumwahrnehmung und baulichen Hürden auseinandergesetzt.

„Die Architektur steckt für mich extrem im Alltag. Wenn ich sehe, dass Kantsteine oder Rampen Mist sind, dann weiß ich genau: Das wurde von Fußgängern konzipiert, nicht von Rollstuhlfahrern.“ Diese alltäglichen Hürden fließen auch immer wieder in die Texte ein, die er zu seinen Bildern schreibt. Meistens entsteht erst das Bild im Mund, und das Motiv diktiert dann die Story. Manchmal ist es auch eine Anekdote aus seinem Leben, die

nach einem passenden visuellen Gegenstück verlangt.

Inklusion? Macht doch einfach kein System daraus!

Was Dodo im Alltag am meisten ankotzt, ist das krampfhaftes Theoretisieren von Barrierefreiheit, während es an den einfachsten Handgriffen scheitert. „Wenn Leute den Fahrstuhl blockieren, obwohl sie die Treppe nehmen könnten. Oder wenn die Rampe im Bus nicht ausgeklappt wird. Letztens bei einer Veranstaltung wurden die Rollstuhlplätze ganz an den Rand verbannt. Ich sollte da separiert sitzen, statt bei meinen Freunden. Dabei hätte man nur einen einzigen Stuhl wegnehmen müssen!“

Dodos Ansage in solchen Momenten ist so kurz wie treffend: „Ganz ehrlich, bemüht euch mal ein bisschen. Wo ist euer Problem? Macht doch kein Riesensystem oder eine extravagante Alibi-Organisation daraus. Inklusion heißt, wir sind Teil dieser Gesellschaft. Siehst du jemanden an der Bushaltestelle? Klapp die Rampe auf, Typ rein, fertig. Macht Platz, nehmt den Stuhl weg, damit wir nebeneinander sitzen können. Es ist eigentlich so easy.“

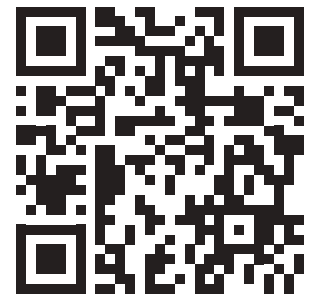
Wenn Menschen Dodos Kunst kaufen – sei es auf Ausstellungen oder in Form von Shirts seines Labels Dodo Punto – geht es ihm vor allem um den Dialog. „Mir ist es am liebsten, wenn die Leute ein cooles Motiv auf dem Shirt sehen, man kommt beim Feiern ins Gespräch und erst im zweiten Schritt wird klar: Das hat jemand mit dem Mund gezeichnet, der setzt sich für Aufklärung ein.“ Das passierte ihm auch schon auf Ausstellungen: Erst wurde das Bild abgefeiert und

gekauft, erst danach verstanden die Käufer die Entstehungsgeschichte. „Das bricht die Köpfe auf.“

Am Ende des Tages ist Kunst für Dodo vor allem eines: Ausdruck und Verarbeitung. „Es ist völlig egal, ob du im Rolli sitzt, nicht sprechen oder nicht sehen kannst. Dieser Ausdruck ist extrem wichtig, um Sachen rauszulassen. Für mich hat das definitiv auch was Therapeutisches.“

Echten Journalismus definiert Dodo übrigens genau darüber: Dass man nicht zuerst nach dem Unfall fragt, sondern danach, was die Person schafft. Wir von Kunst & Kante haben verstanden. Und wir ziehen den Hut vor diesem Mann, seiner Kunst und seiner maximal klaren Kante.

Wer selbst mal testen will, wie es sich anfühlt, die Perspektive zu wechseln: Dodo wird in Zukunft Workshops geben – inklusive der Möglichkeit, selbst das Malen mit dem Mund auszuprobieren.



SICHTBARKEIT OHNE MASKEN: FOTOGRAFIN CHARLEEN IM PORTRÄT

Wer in einer von Smartphones überfluteten Welt visuell herausstechen will, braucht mehr als eine teure Kamera – er braucht einen Filter für das Wesentliche. Die 29-jährige Fotografin Charleen hat diesen Blick perfektioniert. Ihre Bilder leben von einer bestechenden Klarheit, einem cleanen High-End-Anspruch und einer Transparenz, die keine inszenierten Ablenkungen braucht. Für Kunst & Kante haben wir die Spezialistin für Personal Branding porträtiert – eine Reise über den Umgang mit Haifischen in der Kreativbranche bis zu der Frage, warum echte Identität weit über den Klick auf den Auslöser hinausgeht.



Berlin gilt in der Kunstszene oft als rauh, ungeschönt und laut. Doch wer in Charleens Arbeiten nach diesem klassischen Klischee sucht, sucht vergeblich. Für sie bedeutet die Stadt etwas völlig anderes: totale Transparenz und eine radikale Offenheit. Berlin fungiert in ihrem Universum als Bühne, die jede Art des Daseins ästhetisch zulässt. Anstatt die urbane Hektik abzubilden, nutzt sie diese Freiheit, um eine Bildsprache zu kreieren, die puristisch und unverfälscht bleibt. Es entsteht ein cleaner Look, bei dem das Rauschen der Metropole komplett ausgeblendet wird, damit die nackte Individualität der Persönlichkeit glänzen kann.

Jede kreative Reise hat ihren Nullpunkt. Bei Charleen war es der Moment, als sie ihre erste Spiegelreflexkamera in den Händen hielt. Die Initialzündung ereignete sich in einer Berliner Nacht am Brandenburger Tor. Im Aufgang einer U-Bahn-Station verschwammen die fernen Stadtlichter zu einem weichen Bokeh-Effekt.

Der Bildausschnitt stimmte, die Atmosphäre traf genau den Zeitgeist. In diesem Sekundenbruchteil transformierte das Hobby zur Berufung. Es war der Moment, in dem ihr klar wurde: „Das ist es, ich will nie wieder etwas anderes machen.“

Die größte Hürde in der Porträtfotografie liegt selten in der Technik, sondern in der Psychologie des Gegenübers. Um das Eis bei Menschen zu brechen, die sich vor der Linse unwohl fühlen, setzt Charleen auf eine lockere Art und unaufdringliche Kommunikation. Sie leitet sanft an und nutzt einen psychologischen Schlüsselmoment: das Umdrehen des Kameradisplays. Das kurze „Schau mal, wie toll du hier aussiehst!“ nimmt den Druck. Sobald das Gegenüber die eigene visuelle Stärke realisiert, fällt die Unsicherheit ab. Ihr Blick filtert das Offensichtliche heraus und sucht die echte Stimmung – genau dann, wenn die Inszenierung kurz Pause macht. Während sich viele auf Hochzeiten oder klassische Porträts spezialisieren, schlägt Charleens Herz bedingungslos für das Personal Branding. Sie versteht sich nicht als bloße Dienstleisterin, sondern als konzeptionelle Architektin. Aus einem fein abgestimmten Zusammenspiel von Porträts, Detailaufnahmen und Ganzkörperaufnahmen entwirft sie ganzheitliche visuelle Identitäten für die strategische Sichtbarkeit.

Ihr unverkennbarer Stil zieht zunehmend das High-End-Segment und VIP-Clients an.

Passend zu unserer Philosophie von Kunst & Kante verbirgt Charleen ihre Ecken nicht. Ihre größte persönliche Kante ist ihre kompromisslose Direktheit. Sie spricht Dinge lieber ehrlich an, statt um den heißen Brei herumzureden. Was tough wirken mag, ist ein Akt der Achtsamkeit: Jedes Wort ist gut überlegt und von Respekt getragen. Die Kreativbranche hat den Ruf, ein gnadenloses Haifischbecken zu sein. Auch Charleen hat in der Vergangenheit ihr Lehrgeld bezahlt. Heute paart sie ihre loyale Natur mit unmissverständlichen Grenzen. Wer seinen eigenen Wert kennt, strahlt das auch aus. Ihr Deal: Wer mit ihr arbeitet, bekommt volles Herzblut. Wer sie ausnutzen will, beißt auf Granit. Diese Standhaftigkeit verdankt sie auch einer inneren Reife. Mit 29 Jahren hat sie das ständige Vergleichen hinter sich gelassen – jeder Künstler braucht seinen eigenen Rhythmus, um den eigenen Stil organisch zu entwickeln.

Wenn das Licht im Studio erlischt, bleibt für Charleen weit mehr als eine gefüllte Speicherkarte. Sie investiert ihr Herzblut in den gesamten Prozess und sieht sich als Begleiterin, die ihre Kunden durch das gemeinsame Ergebnis wachsen lässt. Für die Zukunft ist der Fokus klar definiert: Der Weg führt sie noch tiefer in den High-End-Bereich für Menschen mit großen Visionen. Ihr Ziel ist eine unverwechselbare visuelle Handschrift, die absolut ehrlich, clean und ästhetisch ist – so prägnant, dass man ein „Charleen-Foto“ auf den ersten Blick erkennt.

AUS CHARLEENS REPERTOIRE



YERA LUNA



ZARTE LINIEN, HARTE REALITÄT

Über die Magie auf der Haut, verstaubte Szene-Klischees und die schmerzhaft Illusion vom „Hobby-Beruf“. Ein Porträt über Alina und ihr Studio YeraLuna Tattooart.

Alina ist keine, die sich auf alten Lorbeeren ausruht. Vor zwei Jahren hat sie alles auf Null gesetzt und sich mit ihrem Studio YeraLuna Tattooart komplett neu erfunden. Mit 30 Jahren steht die gebürtige Kasselerin fest in der Szene – abseits von stumpfer Massenware, mit dem Fokus auf feinste Linien und echte Empathie. Für Alina sind Tattoos weit mehr als Tinte unter der Haut: „Sie sind eine der schönsten Möglichkeiten, sich selbst auszudrücken und den eigenen Körper zu gestalten“, sagt sie. Kreativität ist kein Jobmerkmal, sondern der Hauptbestandteil ihrer Identität.

Was ist eigentlich Kunst?

In einer Szene, die sich oft zwischen Galerie-Anspruch und kommerziellem Fließband bewegt, bleibt die Frage nach dem Kunstbegriff komplex. Alina sieht es pragmatisch: Kunst entsteht durch das, was Menschen aus ihr machen. Ein Tattoo ist untrennbar mit seinem Träger verbunden – und genau durch diese Symbiose kann jedes noch so simple Motiv zur Kunst werden.

Diese Haltung prägt auch ihren Umgang mit Kundenwünschen, die nicht ihrem eigenen Schönheitsideal entsprechen. Statt elitärer Arroganz setzt Alina auf Respekt vor der Motivation der KundInnen, denn niemand entscheidet sich grundlos für permanenten Körperschmuck. Der entscheidende Vorteil ihres Handwerks:

Da Geschmäcker verschieden sind, nutzt sie die Freiheit, fast jedes Motiv ihrem eigenen Stil anzupassen und so ihre ganz persönliche Ästhetik einfließen zu lassen.

Alinas Steckenpferd ist die Fineline-Art. Ein Handwerk, das absolute Perfektion verlangt, da die hauchdünnen Linien keine Fehler verzeihen. Zu Beginn ihrer Karriere war der psychische Druck entsprechend gigantisch. Die Angst vor Fehlern brachte sie mehr als einmal an den Punkt, das Tätowieren komplett aufgeben zu wollen. Heute, Jahre später, ist der Druck verflogen – gewichen ist er einem tiefen, mühsam erarbeiteten Selbstvertrauen. Interessanterweise schlägt ihr Herz optisch aber auch für das krasse Gegenteil: Brachiale Blackworks findet sie aus ästhetischer Perspektive „mega“, auch wenn sie sie selbst nicht stechen möchte, da ihr das Ausfüllen großer Flächen beim Arbeiten schlicht zu monoton wäre.

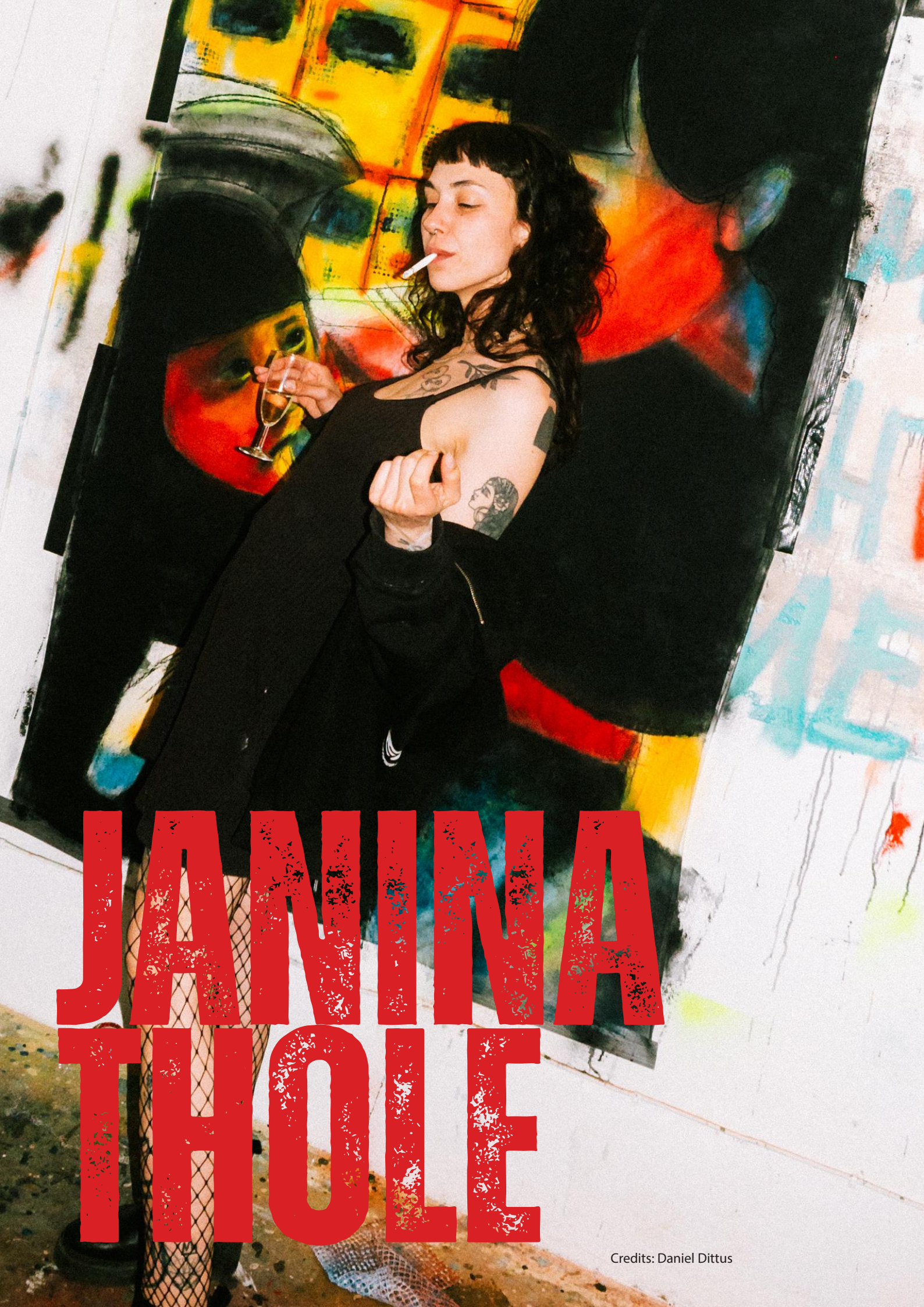
Die Tattoo-Szene war jahrzehntelang ein raues, männlich dominiertes Pflaster. Ob man heute als Frau aktiv dagegen ankämpfen muss? Alina sieht das differenziert. Ein veraltetes Bild erlebt sie eigentlich nur noch bei Außenstehenden ohne Szene-Berührungspunkte. Innerhalb der Branche hat sich das Machtgefüge durch den massiven Aufschwung von Fineline-Arbeiten verschoben. Die zarteren Möglichkeiten haben unzählige Frauen überzeugt, sich tätowieren zu lassen. In diesem Segment sieht sich Alina als Frau sogar im Vorteil, da ihr die KundInnen feine Arbeiten visuell schneller zutrauen. Dennoch bleibt sie realistisch: Sie profitierte von Tag eins an von der Unabhängigkeit im eigenen Studio,

während viele Kolleginnen in männlich geleiteten Studios nach wie vor negative Erfahrungen machen.

Die Illusion vom Hobby-Beruf

Tattoos sind längst im Mainstream angekommen, bieten für Alina aber immer noch genug Raum für Individualität – und wer mit einer extremen Dichte an Motiven an die falschen Orte reist, eckt auch heute noch ordentlich an. Womit sie allerdings radikal aufräumen will, ist das blumige Vorurteil vom „Hobby-Beruf“, bei dem man angeblich nur ein paar Bildchen auf Haut malt. „Diese Arbeit ist alles andere als leicht, vor allem, wenn man davon leben muss“, stellt sie klar. Hinter den Kulissen warten Existenzängste, quälende Rückenschmerzen durch stundenlange, einseitige körperliche Belastung und der immense Druck, sich auf Social Media permanent zu inszenieren. Das eigentliche Tätowieren macht nicht einmal mehr 50 Prozent der Gesamttätigkeit aus; den Rest schluckt das Business als Allrounderin. Ihr Fazit ist so scharf wie eine frische Nadel: Wer diesen Weg gehen will, weil das Herz dafür brennt, soll es tun – muss sich der harten Realität aber verdammt bewusst sein.



A woman with dark, curly hair and bangs is the central figure. She is wearing a black, long-sleeved, low-cut top and fishnet stockings. She has several tattoos: a small one on her upper chest, a larger one on her right shoulder depicting a profile of a person's head, and another on her left arm. She is holding a lit cigarette in her mouth and a small, clear glass in her right hand. The background is a large, abstract painting with bold, expressive brushstrokes in yellow, red, black, and blue. The overall mood is artistic and edgy.

JANINA THOLE

Credits: Daniel Dittus

**Ein Lattenrost als Rahmen,
eine ausrangierte Tischdecke
als Leinwand und ein Kopf,
der zwischen mathematischer
Struktur und wildem Ausbruch
pendelt:**

Wer das Atelier von Janina betritt, merkt schnell, dass hier Architektur auf Anarchie trifft. Die Künstlerin, die Architektur studierte, bevor sie sich ganz der Kunst verschrieb, bringt eine ganz eigene Dynamik in die deutsche Kunstszene.

Für unser Magazin „Kunst&Kante“ werfen wir einen Blick auf eine Frau, die das „Einfach-machen“ zur Perfektion erhoben hat. Die Architektur der Emotion. Obwohl Janina betont, dass ihre Kunst heute wenig mit klassischen Bauplänen gemein hat, ist das Erbe ihres Studiums unverkennbar. Ihr räumliches Vorstellungsvermögen bildet das Fundament für harmonische Kompositionen auf der Leinwand.

Doch während Architektur oft statisch ist, gleicht Janinas Arbeitsprozess einer Selbstanalyse. „Durch das Malen verstehe ich meine eigene Gefühlswelt besser, in meiner eigenen Sprache“, erklärt sie. Das Atelier wird zum Raum, in dem intensive Erlebnisse in Schichten aus Acryl und Kohle verschlossen werden. Ist der Pinselstrich gesetzt, nimmt die Intensität der Gefühle ab – das Bild wird zum Objekt der Reflexion. Freiheit ohne Netz und doppelten Boden. Als Autodidaktin genießt Janina eine Freiheit, die in akademischen Kreisen oft kritisch beäugt wird. Sie arbeitet ohne Korrektiv, ohne Professoren, die ihr sagen, was an ihrer Ästhetik zu verbessern sei.



Credits: Daniel Dittus



Credits: Daniel Dittus

Ihr Filter ist das direkte Feedback: Lob und Zusprache markieren den Weg. Doch ihre Bilder müssen nicht immer „schön“ sein. In ihrem Stil, dem expressiven Realismus, haben auch unstimmige Gefühle ihren Platz. „Die dürfen auch ihren Raum haben und mal unstimmig wirken. Das tun sie in meinem Hirn ja auch“.

Dieser Kopf gibt auch den Takt für Janinas Werke vor, die oft zwischen „bewusster Ordnung“ und „wilder Spontanität“ balancieren. Manche Bilder entstehen über Wochen und tragen die Historie ihrer Stimmungsschwankungen in sich – heute wütend, morgen fröhlich, übermorgen reguliert. Meist ist es jedoch die Ordnung, die am Ende die Kontrolle übernimmt und das Chaos in eine Form gießt.

Materialschlacht und „Gleit-schicht“-Arbeit

Bei der Wahl ihrer Materialien ist Janina pragmatisch: „Ich nehme, was ich kriegen kann“. Das Spektrum reicht von Gardinen und Rollos bis hin zu Beamer-Leinwänden. Die Rahmen schraubt sie sich aus Kanthölzern oder alten Lattenrosten selbst zusammen. Diese Improvisationskunst ist für sie ein Spiegelbild des Lebens: Man muss mit den Gegebenheiten klarkommen, die man vorfindet. Diese Unvorhersehbarkeit ist Janinas persönliche Definition von „Kante“. Wer ihre Werke betrachtet, weiß nie, was ihn erwartet – von superrealistischen Porträts bis hin zur totalen Abstraktion ist alles möglich. Reibung erzeugt sie dabei weniger durch die Motive selbst, sondern durch ihren Lebensentwurf.

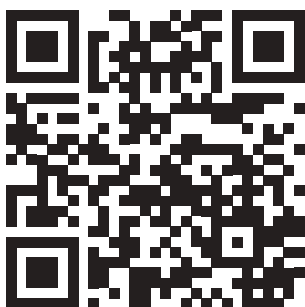
Ein „Gleitschicht-Arbeitsplan“, der mal drei Stunden am Vormittag und mal 16 Stunden die Nacht durch umfasst, eckt in einer getakteten Gesellschaft an. „Meine Bilder sind nur ehrlich“, sagt sie, „aber das gefällt ja auch nicht jedem“.

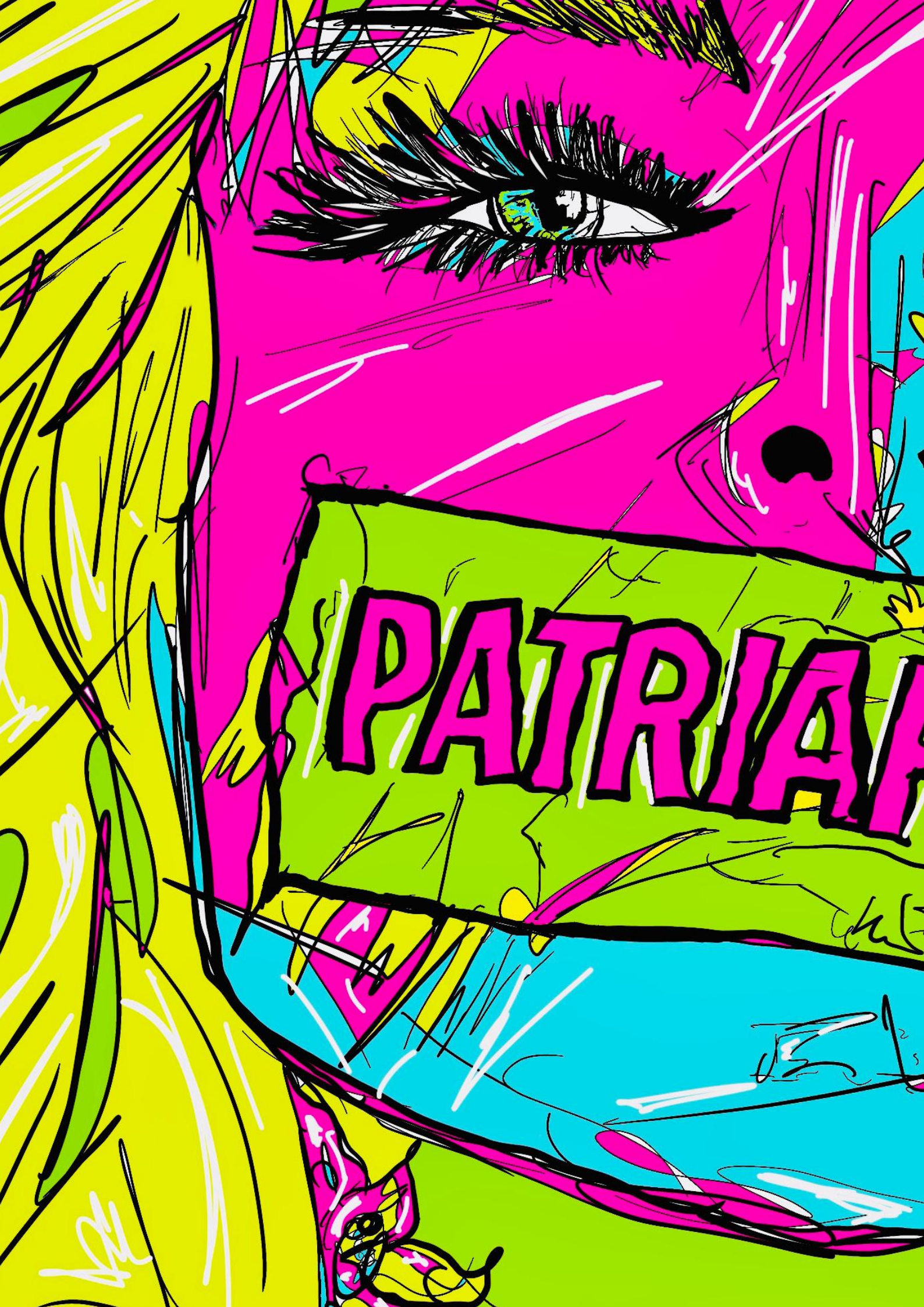
Der Blick nach vorn: Surrealismus und Systemkritik.

Für die Zukunft hat Janina bereits eine neue Herausforderung im Visier: den Surrealismus, kombiniert mit kubistischen Elementen. Bisher fehlte ihr dafür nach eigener Aussage noch die Geduld für die feinen Details, doch der Wille, Gesehenes weiterzuspinnen, ist groß. Gleichzeitig hegt sie einen Wunsch für die gesamte Kunstwelt: „Ich wünsche mir, dass der Zugang zu Ausstellungen für autodidaktische Künstler:innen einfacher wird“.

Ihr Plädoyer ist klar: Das Augenmerk sollte auf dem Schaffen, dem Talent und dem Fleiß liegen, nicht auf dem akademischen Zertifikat.

Denn, so Janinas pointiertes Fazit: „Wenn es eine Banane mit Panzertape so weit schaffen kann, sollten das auch wirklich talentierte Menschen können“.





STILLE IM BUNTEN CHAOS: MINA MONKA MISCHT DIE SZENE AUF

Wer Mina Monka im Alltag begegnet, sieht eine Frau, die fast ausschließlich Schwarz trägt. Ein bewusster Kontrast, ein visuelles Understatement. Tritt man jedoch vor ihre Werke, explodiert die Welt in lauten, grellen, fast schon übergriffigen Neonfarben. Ein Widerspruch? Keineswegs. Für die Künstlerin ist diese visuelle Wucht schlicht eine weitere Facette ihres Wesens – das Ventil für einen Geist, den sie selbst als Chaos beschreibt, während der Kopf pragmatisch strukturiert bleibt.

Monkas Arbeiten verharren nie im Stillstand. Ihre Bilder reagieren auf UV-Licht, verändern sich mit dem Blickwinkel des Betrachters und fordern eine dynamische Perspektive ein. Es ist Kunst, die raus ins Leben will, weg von staubiger Galerie-Monalität. Doch während ihre Kunstform lautstark den Raum einnimmt, passiert im Inneren der Künstlerin das genaue Gegenteil: „Je lauter die Kunst, umso stiller wird es in mir“, stellt sie fest. Das Erschaffen ist für sie kein Ausdruck innerer Unruhe, sondern das Bauen einer eigenen kleinen Welt. Ein Rückzugsort, wenn die Realität draußen zu laut wird – oder vielleicht, ganz paradox, ihre ganz eigene Art, in der Stille zurückzuschreien.



Monkas kreativer Weg ist geprägt von einer tiefen Lust am Experiment und einer gehörigen Portion Rebellion. Aus einem harmlosen Hochzeitsgeschenk entstand einst spontan eine „Porn-Edition“, für die sie Original-Porno-Comics aus den 80er-Jahren verarbeitete. Was sie daran reizte, war ganz klar der Tabubruch. Ein Thema, das damals wie heute die Gemüter spaltet. Die gehemmten, peinlich berührten Gesichter der Betrachter zu beobachten, ist für sie bis heute ein diebisches Vergnügen.

Dabei schreckt sie auch vor radikalen Schritten nicht zurück. Für ihre Collagen zerschneidet sie limitierte Sammlerhefte – ein Sakrileg für jeden Archivator. Dass die Hefte selten waren, war ihr anfangs gar nicht bewusst, doch der Prozess lehrte sie eine fundamentale künstlerische Wahrheit: Man muss manchmal Altes zerstören, um Neues erschaffen zu können.

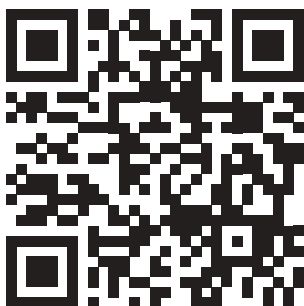
Diese kompromisslose Haltung spiegelt sich auch in ihrem handwerklichen Background wider. Obwohl sie ein formales Kunststudium an der Schule für Kunst und Design Zürich (SKDZ) absolvierte und als diplomierte Tanzpädagogin ein tiefes Gespür für Körper und Raum mitbringt, treibt sie vor allem der autodidaktische Hunger an. Ob Schweißkurs, Modellieren oder analoge Fotografie – Monka nimmt mit, was sie inspirieren kann, und bewahrt sich dabei den neugierigen Blick aus Kinderaugen.



Der Erfolg gab ihr recht: Mailand, Paris, Barcelona – Monka war schnell international sichtbar. Doch der rasche Aufstieg brachte auch die Ernüchterung über den Kunstbetrieb mit sich. Ihre romantische Vorstellung von der Szene zerbrach an der Realität aus Neid, Oberflächlichkeit und Künstlern, die sich auf der Jagd nach dem kommerziellen Erfolg selbst verlieren. Für Gefälligkeitskunst ist Monka jedoch die falsche Adresse:

„Ich würde niemals ein Bild malen mit dem Gedanken: Das verkauft sich besser, weil es der Durchschnittsmensch eher zu Hause aufhängt als mein buntes Chaos. Ich bin lieber authentisch und rebellisch.“

Genauso rebellisch zeigt sie sich gegenüber dem Zwang, Kunst permanent intellektualisieren zu müssen. Das hochgestochene, pseudo-analytische Geschwafel in manchen Galerien lehnt sie konsequent ab. Kunst muss sich für sie weder erklären noch rechtfertigen. Viel wichtiger ist die unmittelbare Emotion: Löst das Bild etwas aus? Weckt es Gefühle? Der echte, ungefilterte Austausch mit dem Publikum ist ihr tausendmal wichtiger als die ewige, theoretische Frage nach der Intention des Künstlers.



Trotz aller Leichtigkeit im Schaffensprozess wird Monkas Kunst dort bitterernst, wo gesellschaftliche Missstände sichtbar werden. In Ausstellungen wie „Tatort“ besetzt sie bewusst schwere Themen wie das Patriarchat, Krieg und Machtstrukturen. Vor allem das Thema Sexismus im Kunstbetrieb – männliche Kollegen, die herablassend agieren oder statt echter Kollaboration andere Absichten verfolgen – fließt permanent in ihre Arbeit ein. Für Monka ist dies kein exklusives Problem der Kunstwelt, sondern ein akutes gesellschaftliches Versagen, das endlich aufgebrochen werden muss.

Angetrieben von einem tiefen Gerechtigkeitssinn nutzt sie die Freiheit der Kunst, um unbequeme Wahrheiten sichtbar zu machen und Dinge anzusprechen, die viele lieber verdrängen. Während sie Oberflächlichkeit als moderne Gesellschaftskrankheit abtut, bei der sich die Menschen am Ende nur selbst schaden, bringt echte Ungerechtigkeit sie auf die Palme.

Mina Monka bleibt eine Suchende, eine Rastlose, die keine leeren Worte mag. Ihre Werke sind keine Dekoration für das bürgerliche Wohnzimmer – sie sind visuelle Widerstände. Laut, unangepasst und verdammt dynamisch.





„EIN KÖRPER DER KEINER IST“ GOTT&GILZ

WIXMAX

Erinnerst du dich an Mix-Max?

Ein unschuldiges Kinderspiel, in dem Pappkarten wild durcheinander gewürfelt wurden, bis der Kopf eines Piraten auf dem Bauch einer Ballerina und den Beinen eines Astronauten saß? Ein Spiel der scheinbar unbegrenzten Möglichkeiten. Die Ergebnisse sahen nicht nur skurril und witzig aus, nein, sie haben die Normalität aufgebrochen. 1972 erschien das erste Mix Max, eine Zeit, in der die Frau am Herd zu stehen hatte, während der Mann seinen Lohn in der Zeche versoff und die Kinder schlug. Alles ganz normal eben.

54 Jahre später finden wir uns in einer Welt wieder, in der der Großteil unserer Gesellschaft sich für Gleichberechtigung einsetzt. Zwischen Ikimel und KIZ, feiern wir Female Empowerment, Body Positivity und Unabhängigkeit.

Zumindest auf dem Papier. Doch sobald Frauen beginnen, ihre Sexualität nach ihren ganz eigenen Regeln zu leben und zu monetarisieren, bröckelt diese schöne, tolerante Fassade. Frauen, die als Only Fans-Creatorinnen oder andere sexuelle Dienstleistungen anbieten, stoßen noch immer auf eine dicke Wand aus Stigmata, Vorurteilen und gesellschaftlicher Herablassung.

Die alte ‚Normalität‘ ist hartnäckiger, als wir denken.“ Straßenarbeiter, Gärtner und Bademeister stehen Oberkörperfrei am Arbeitsplatz, sobald die Sonne mehr als 25 Grad bringt.

Kein Wunder, ist ja auch warm und solche Jobs sind anstrengend. Aber warum ist diese Nacktheit eigentlich nur Männern vorbehalten?

Ein schwitzender Männerkörper am Pressluftbohrer gilt als authentisch, als hart arbeitend. Zieht eine Frau sich aus – sei es für die Kunst, für sich selbst oder eben, um damit ihren Lebensunterhalt zu finanzieren –, wird sie sofort moralisch abgewertet. Die Gesellschaft hat scheinbar kein Problem mit weiblicher Nacktheit, solange sie gratis ist, auf Plakaten Autos verkauft oder dem männlichen Blick dient. Aber wehe, die Frau behält die Kontrolle. Wehe, sie bestimmt die Regeln, den Winkel und den Preis.

Hinter diesem „Wir“ stecken Komplizen, die Lust hatten, diese alte Normalität genau dort anzugreifen, wo es wehtut: das Künstlerduo GOTT&GILZ und das Kunst- und Kulturmagazin Kunst&Kante. Während die beiden Künstler Roman Gilz und „Gott“ Gordan Nikolic die visuelle Vision prägten und die unzensurierte Energie der Models einfingen, lieferte Sascha von Kunst&Kante den zündenden Funken für die Idee und hielt als Initiator hinter den Kulissen die Fäden zusammen.

Unser Ansatz war radikal, aber simpel: Frauenkörper werden im öffentlichen Raum ohnehin ständig fragmentiert und bewertet – ein schönes Gesicht hier, ein guter Hintern da. Wenn die Gesellschaft Frauen also sowieso in Einzelteile zerlegt, um sie

besser in Schubladen stecken zu können, dann drehen wir den Spieß jetzt um. Wir machen unser eigenes Spiel daraus.

Wir haben das Prinzip des unschuldigen Kinderspiels genommen und die Karten neu gemischt. Bei Wix Max werden die Bilder der Frauen in Kopf-, Oberkörper- und Unterkörperbereiche geteilt. Aber im Gegensatz zur Gesellschaft entscheiden hier allein die Creatorinnen, was auf diesen Segmenten zu sehen ist. Ob vollständig bekleidet im 90er-Look, in stylischen Dessous oder komplett nackt – es gab nur eine einzige Regel: es gibt keine Regeln.

Um diese Vision Wirklichkeit werden zu lassen, brauchten wir den richtigen Ort. Und wo ließe sich mit Vorurteilen und gesellschaftlichen Normen besser aufräumen als auf St. Pauli? Am Wochenende des 10. und 11. Januar 2026 öffneten wir die Türen unseres dafür angemieteten Fotostudios.

Sieben tolle Frauen haben sich für das Shooting gemeldet, alle davon bestreiten einen Großteil ihres Lebensunterhaltes durch Erotic-Content-Creation. Alle vollgepackt mit Requisiten, Outfits und vor allem eine Menge Lust und Spaß auf das Projekt.



Im Kunst&Kante Magazin werden immer Menschen interviewt aus dem Bereich Sex und Erotik. OnlyFans, Bestfans und andere Plattformen dieser Art sind also stetig Thema in dem Kunst- und Kulturmagazin. Immer wieder berichten die Creatorinnen jedoch von denselben Herausforderungen. Die Akzeptanz ihres Berufes entspricht nicht der, die andere Berufe bekommen. Wer sich für Geld auszieht, Lust macht oder anderen sexuellen Service anbietet, gilt als Bodensatz der Gesellschaft. Und doch ist dieses Business ein lohnendes.

Nicht selten lassen sich gute fünfstelligen Summen über solche Portale verdienen - irgendwer muss das Geld bei den Creatorinnen ja lassen. Ja liebe Leserinnen, es sind eure Männer die sich still und heimlich Videos und Bilder anschauen. Nein, liebe Monika, dein Jochen macht das ganz sicher nicht.... Und ja liebe Leser, ihr seid es, die den Lebensunterhalt der Anbieter:innen sichern. Nein Thomas, du natürlich nicht, nie würdest du dir sowas ansehen oder gar Geld dafür zahlen. Es ist wie immer, am Ende will es keiner gewesen sein. Und auch das ist okay! Niemand muss offen darüber sprechen, dass er oder sie Dienstleistungen dieser Art in Anspruch nimmt. Das ist so wie mit dem Wahlrecht, niemand muss verraten, ob oder wo das Kreuz gesetzt wurde. Wichtig ist, dass die Vorurteile und die Kritik gegenüber den Anbieter:innen aufhört, die ihren Job freiwillig und gern ausüben. Doch wie verschafft man diesem Anliegen Gehör, wenn Interviews und Artikel allein nicht mehr ausreichen? Wenn Worte abprallen, muss Kunst her.

Genau an diesem Punkt kollidierte die Idee von Kunst&Kante mit der rohen, visuellen Kraft von GOTT&GILZ. Roman und Gordan sind nicht dafür bekannt, Dinge einfach nur hübsch abzufotografieren. Sie nehmen die Realität, zerlegen sie in ihre Einzelteile und setzen sie neu zusammen. Das Prinzip von Mix-Max war die perfekte Metapher für das, was wir vorhatten: Wir nehmen die Frauen aus der Schmutzdecke der heimlichen Beobachtung, stellen sie grell ins Rampenlicht, dekonstruieren sie und machen sie zu unantastbaren Kunstwerken. Wer das Spiel spielen will, muss sich nun neuen Regeln beugen - und diese bestimmen die Frauen. Um zu verstehen, warum dieses Projekt so aussieht, wie es aussieht, muss man wissen, wer GOTT&GILZ sind. Die Zusammenarbeit von Roman Gilz und Gordan, 'Gott' Nikolic begann vor einigen Jahren mit einer provokanten Nachricht von Gordan an Roman: 'Ich bewundere deine Fotos und möchte sie zerstören.' Was für andere ein Affront gewesen wäre, wurde zur künstlerischen DNA der beiden. Roman Gilz lichtet als Fotograf nicht einfach nur ab; er fängt intime, ehrliche und unzensurierte Energie ein - fernab von sterilen Hochglanz-Klischees. Sobald diese Fotografien gedruckt sind, übernimmt Gordan Nikolic. In einem Akt der radikalen Zerstörung zerkratzt, zerschneidet und übermalt er die perfekten Prints, um sie danach völlig neu zu erschaffen. Aus dieser gnadenlosen Kollision von Fotografie und Malerei entsteht ihre 'Kunst der Drastik'. Sie holen Themen wie Erotik und weibliche Sexualität bewusst aus der dunklen Schmutzdecke und knallen sie dem Betrachter schonungslos, aber höchstästhetisch vor die Füße.

Es war klar, dass es niemanden Besseren gibt für dieses Projekt als Roman und Gordan. WixMax schlug direkt ein! Wie ein Lauffeuer verbreitete sich das Projekt und auch der Öffentlich-Rechtliche Rundfunk wurde aufmerksam. Die zuständige Redakteurin war hell auf begeistert von der Idee und auch die Models haben sich allesamt auf persönliche Interviews gefreut. Die Tatsache, dass der ÖRR über WixMax berichten will, gab allen Beteiligten die Annahmen, dass nun endlich nicht nur über Sexwork gesprochen wird, sondern mit Personen, die diese Jobs ausüben. Mit Frauen, die selbstbestimmt, freiwillig und mit Freude ihren Jobs nachgehen.

Doch die Mühlen gerieten ins Stocken, die anfängliche Euphorie wich und Zweifel machten sich breit. Zweifel, ob der Sender über dieses Thema überhaupt in einem positiven Rahmen berichten könne. OnlyFans und Co. sind selbst für den konservativen ÖRR nicht neu aber eine positive Berichterstattung wäre neu. Schließlich scheint es besser ins Konzept zu passen, alte und oft falsche Mythen weiter zu füttern. Vor allem Frauen im Erotikbereich passen wohl eher in das klassische Muster der ausgebeuteten Frau anstatt als CEO ihrer eigenen Marke. Der Sender sagte seine Teilnahme und die damit einhergehende Berichterstattung einen Tag vor dem Shooting ab. Das Projektteam und die Models waren gleichermaßen enttäuscht und dennoch zeigt genau diese Absage, wie weit entfernt wir als Gesellschaft davon sind, selbstständige Frauen im Erotikbusiness als vollwertige Geschäftsfrauen mit freiem Willen zu sehen.

WixMax ist wichtiger denn je.





JOANA UV KUNSTLERIN

Credits: Elad Itzkin

DIE LEINWAND ATMET, TANZT UND VERSCHWINDET IM ABFLUSS

Wer im legendären Berliner KitKat Club feiert, sucht oft eines: absolute Freiheit und das kollektive Fallenlassen aller Hemmungen. Mittendrin steht Joana. Seit fast zehn Jahren nutzt sie die menschliche Haut als lebendigstes aller Medien. Wo KI und Social Media uns mit unendlicher, perfekter Massware überschwemmen, setzt die Berliner Künstlerin auf das radikale Gegenteil: Kunst, die im Moment entsteht, absolute Präsenz fordert und spätestens bei der nächsten Dusche unwiederbringlich weggespült wird. Wir haben mit Joana über die unzensierte Energie der Clubnacht, die Befreiung vom eigenen Perfektionismus und die intime Grenze zwischen Kunst und Körper gesprochen.

Du bemalst aktuell viele Gäste im legendären KitKat Club – einem Ort, der für absolute Freiheit und das Fallenlassen von Hemmungen steht. Wie beeinflusst diese extrem offene, unzensierte Energie den Moment, in dem du den Pinsel auf fremde Haut setzt?

Die Arbeit unterscheidet sich zwischenmenschlich stark von der auf anderen Veranstaltungen. Die Menschen kommen oft schon mit einer ganz anderen Haltung. Sie fühlen sich freier, neugieriger und weniger verknüpft. Ich muss weniger „aufbrechen“, sondern kann direkt loslegen. Jede Clubnacht hält neue interessante Begegnungen bereit. Gleichzeitig ist die Atmosphäre sehr intensiv - Musik, Licht, Bewegung - das überträgt sich auch auf meine Arbeit. Vieles entsteht intuitiv im Moment. Es geht weniger um Perfektion, sondern darum, etwas zu schaffen, das zu genau dieser Situation und dieser Person passt.

Ganz pragmatisch gesehen hat das Setting noch einen entscheidenden Vorteil: Ich habe viel freie Haut zum Austoben und kann mich von den bunten Outfits der Gäste inspirieren lassen.

Das Kunstwerk verschwindet spätestens bei der nächsten Dusche im Abfluss. Fiel es dir anfangs schwer, diese Vergänglichkeit zu akzeptieren, oder war genau das die Befreiung vom Druck der Perfektion, nach der du gesucht hast?

Ich kann von Natur aus sehr perfektionistisch und selbstkritisch sein - Eigenschaften, die beim kreativen Arbeiten oft eher hemmend wirken. Normalerweise schwingt immer der Gedanke mit, dass etwas Bestand haben muss, dass es „richtig“ werden soll. Beim Bodypainting, besonders im Clubkontext, fällt dieser Anspruch weg. Es soll schnell gehen und ganz der Freude in diesem einen Moment dienen. Mit der Zeit habe ich gemerkt, wie befreiend das ist. Die Tatsache, dass alles wieder verschwindet, nimmt enormen Druck raus. Ich kann mich ausprobieren, Risiken eingehen, intuitiv arbeiten. Und wenn etwas nicht gelingt, trägt es kein langfristiges Gewicht. Diese Vergänglichkeit erlaubt mir, wieder spielerischer zu sein. Gleichzeitig ist der Abschied gerade bei aufwändigeren Ganzkörpermalereien tatsächlich etwas schmerzhaft. Da stecken echt viele Stunden an Mühe und Konzentration drin. Aber genau dadurch bekommt der Moment eine besondere Intensität. Weil er nicht wiederholbar ist und nicht konserviert werden kann. Ich versuche dann bewusst, innezuhalten und das fertige Gesamtbild wirklich auf mich wirken zu lassen

- im Wissen, dass es gleich wieder verschwinden wird. Am Ende geht es nicht darum, etwas zu besitzen oder festzuhalten, sondern darum, es zu erleben und zu genießen, solange es da ist.

Du sagst, Bodypainting ist für dich ein Gegenpol zur schnellen, endlosen Vervielfältigung durch KI und Social Media. Wenn wir das Verweilen und die Achtsamkeit verlernt haben – wie zwingt deine Kunst den Betrachter und das Model, wieder im echten Moment präsent zu sein?

Ich glaube, „zwingen“ tut sie niemanden – aber sie lädt dazu ein, wenn man sich darauf einlässt. Wir alle spüren, wie stark Social-Media-Plattformen unsere Aufmerksamkeit binden können: eine permanente Reizüberflutung durch immer neue Bilder, die sich immer schneller erzeugen lassen, immer perfekter aussehen und sofort verfügbar sind. Das kann sich anfühlen wie eine Endlosschleife aus Produzieren, Konsumieren und Vergessen. KI hat das zusätzlich befeuert. Durch diese Übersättigung geht leicht verloren, wie viel Zeit, Aufmerksamkeit und Liebe in künstlerischer Arbeit stecken können - einfach, weil wir sie oft nicht sehen können. Bodypainting hilft mir dabei, Abstand von dieser Flüchtigkeit zu gewinnen. Man muss dabei sein, um es wirklich zu erleben – als die Person, die bemalt wird, genauso wie als Zuschauer. Denn egal wie schön die Fotos sind, das Werk voll erfassen kann man nur, wenn man dabei ist. Es ist nichts, was man nebenbei konsumiert. Es passiert im Moment, im direkten Kontakt, es geht nicht um Output sondern um Spaß und es lässt sich nicht einfach speichern, aufbewahren oder

beliebig reproduzieren. So entsteht ganz automatisch mehr Präsenz. Für mich ist das ein Ausgleich: ein Raum, in dem es wieder mehr um Achtsamkeit, Resonanz und echten Genuss der Kunst geht.

Was genau passiert mit der Körpersprache und dem Selbstbewusstsein der Menschen, wenn sie sich plötzlich leuchtend und in bunten Mustern im Spiegel betrachten?

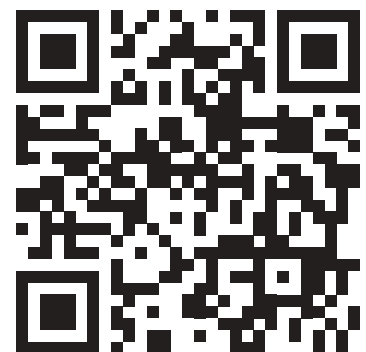
Oft ist es erst einmal pure Freude. Wenn ich jemandem ein ehrliches Lächeln entlocken kann, habe ich meinen Job gut gemacht. Das ist tatsächlich mein Lieblingsmoment – auch wenn es vielleicht ein bisschen kitschig klingt. Diese Freude ist sehr ansteckend! Ich glaube, viele schätzen es, weil sie für einen Moment etwas Besonderes tragen: etwas Verspieltes, etwas Schönes, etwas, das sie im Clubkontext vielleicht auch stärker mit dem Raum und den anderen Menschen verbindet. Ich liebe es, dazu beitragen zu dürfen, dass sich die Gäste in ihrer Haut wohlfühlen und für eine Nacht in eine andere Welt eintauchen können. Vor allem bei aufwändigeren, großflächigen Körperbemalungen passiert aber noch etwas anderes: Die Modelle schlüpfen fast wie selbstverständlich in eine Rolle und zeigen eine sehr ausdrucksstarke, oft mutigere Seite von sich. Die Bilder, die daraus entstehen, sind deshalb nie reine Dokumentation, sondern auch ein kollaboratives Kunstwerk – Malerei, Fotografie und Performance greifen ineinander.

Neben dem Bodypainting arbeitest du auch mit Acryl, Aquarell und digitalen Medien. Nimmst du die Spontanität und die leuchtenden Farben aus dem Club-Setting mit in diese dauerhaften, klassischen Medien, oder trennst du diese Welten strikt?

Das beeinflusst sich ganz klar gegenseitig. Die leuchtenden Farben, die Liebe zum Detail und auch meine Motivwelt finden sich definitiv auch in meinen anderen Arbeiten wieder. Auch auf Leinwand greife ich oft zu fluoreszierenden oder auch metallischen Farben. Mich fasziniert, wie stark sich Bilder unter Schwarzlicht verändern und wie sensibel sie auf ihr Umgebungslicht reagieren. Dadurch gilt für meine gemalten Werke Ähnliches wie für das Bodypainting: Am stärksten wirken sie, wenn man sie in echt erlebt. Gleichzeitig haben diese anderen Medien natürlich auch einen ganz anderen Rhythmus. Auf Leinwand kann ich innehalten, überarbeiten und bewusster planen. Oft arbeite ich über Monate an einem Bild und verliere mich dabei gerne in Details. Das Bodypainting hat mir über die Jahre geholfen, eine gute Balance zu finden zwischen stiller, konzentrierter Arbeit für mich allein und dem freien, intuitiven Ausprobieren in lebendigen, sozialen Settings.

Wenn unsere Leser:innen dieses Interview beenden und wieder in ihren schnelllebigen Alltag zurückkehren – was können sie von deiner Kunst lernen, um selbst wieder mehr Resonanz und Genuss im Moment zu finden?

Authentischer kreativer Ausdruck ist so viel mehr als nur eine angenehme Ablenkung. Er ist ein tiefes menschliches Bedürfnis. Er verdient einen festen Platz in unserem Leben, weil er uns erlaubt, echte Verbindung zu uns selbst und anderen zu spüren. Wir hören auf zu funktionieren und verlieren uns für einen Augenblick im Wahrnehmen. Es tut so gut, sich zu erlauben, etwas zu machen, ohne dass es perfekt sein muss oder einem höheren Ziel dient. Oft entstehen aus genau diesem spielerischen, zweckfreien Moment die ehrlichsten und lebendigsten Erfahrungen – solche, die nachhallen und uns länger begleiten, als wir vielleicht erwarten würden.



WIE DORFKIND RONJA IM „SEXY DEVIL“ IHR GLÜCK FAND

Wer an Sexshops auf der Reeperbahn denkt, hat meistens ein bestimmtes Bild im Kopf. Wer jedoch das „Sexy Devil“ betritt, landet in einer anderen Realität. Mittendrin: Eine 29-Jährige mit einer Drogerie-Vergangenheit und einer erfrischend pragmatischen Sicht auf die intimsten Wünsche der Gesellschaft.

Wenn man Ronja heute zwischen meterhohen Regalen voller Toys und Dessous im „Sexy Devil“ stehen sieht, strahlt sie eine beneidenswerte Ruhe aus. Dabei trennen sie nur wenige Jahre von einem Leben, das sich für sie anfühlte wie eine „absolute Albtraumschleife“.

Aufgewachsen auf dem Dorf, lernte sie brav Drogistin und arbeitete jahrelang im örtlichen Drogeriemarkt. „Mir war irgendwann einfach unfassbar langweilig“, erzählt sie. „Du lebst jeden Tag exakt denselben Tag.“ Der Wendepunkt folgt radikal: Kündigung ohne Plan B. Als der Kontostand bei 200 Euro kratzt, schlägt das Schicksal zu. Ronja, die in ihrer Freizeit gerne die Hamburger Kink- und Techno-Szene besucht, rutscht über Kontakte in den Job auf dem Kiez. Aus einem „Guck dir das mal an“ wird Liebe auf den ersten Blick.

„Ich interessiere mich für den ganzen Kram hier eher auf einer Ebene, wie andere sich für Modelleisenbahnen interessieren.“

Heute ist Ronja nicht mehr nur hinter dem Tresen zu finden, sondern managt auch den Instagram-Kanal des „Sexy Devil“. Dort erklärt sie die Unterschiede von Gleitgelen, tarnt das Ganze aber clever als „Wasser-rutschen-Test“, um der Zensur zu entkommen.

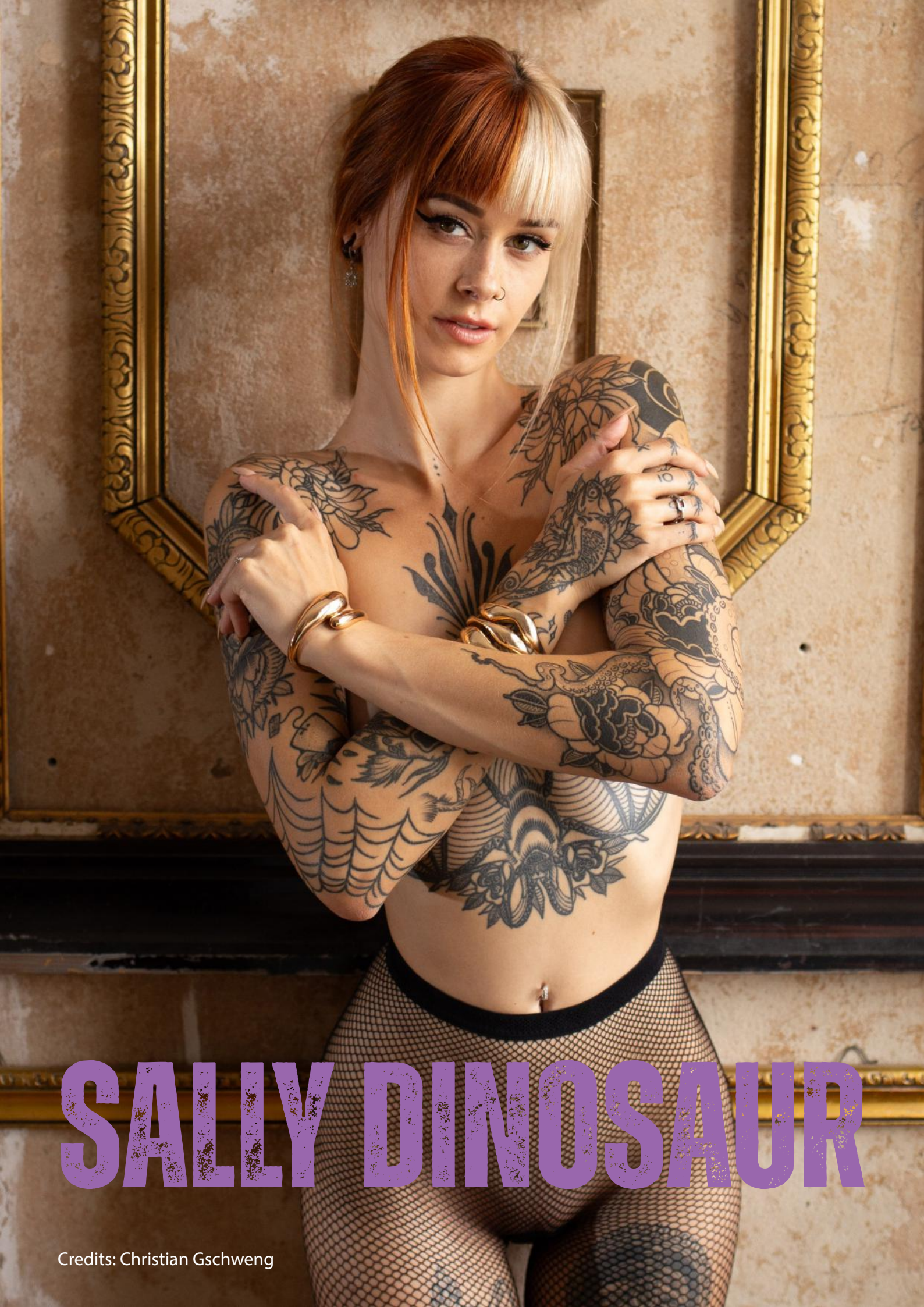
„Ich beschreibe es so, dass ein 13-Jähriger nicht checkt, wovon ich rede, aber alle Erwachsenen genau wissen, was gemeint ist.“

Der Großteil der Kundschaft im „Sexy Devil“ sucht etwas, das das Internet nicht bieten kann: echte, vorurteilsfreie Beratung. Und die Begegnungen gehen oft tief.

„Wir hatten mal ein Pärchen hier, beide Senioren, sie mit Rollator, er fast blind“, erinnert sich Ronja lächelnd. „Die haben Outfits für eine Swingerparty gesucht. Das hat mir Mut gemacht: Ab 60 ist nicht automatisch Feierabend.“ Noch intensiver sind Beratungen für Menschen mitten in der geschlechtlichen Transition. Ronja erzählt von einem Transmann, der einen Strap-On suchte, und einer älteren Transfrau, die nach der Anprobe einer Spezial-Pants gerührt in der Umkleidekabine saß. „Da ging es gar nicht um das reine Vergnügen – da ging es um Identität, die sich diese Person in dem Moment gekauft hat.“

Dass sich ein echter Laden im Online-Zeitalter überhaupt noch hält, liegt für Ronja auf der Hand: „Online hast du sterile Produktbilder. Aber keinen, der mit dir spricht und auf deine echten Bedürfnisse eingeht.“ Für sie steht fest: Das Thema gehört raus aus der Tabuzone. „Dieses Business existiert schon immer. Wir müssen versuchen, das zur Normalität werden zu lassen. Weil es Normalität ist.“





SALLY DINOSAUR

Credits: Christian Gschweng

AUTHENTIZITÄT & URIN IM GLAS: SALLY DINOSAUR GIBT VOLLGAS!

Sie ist laut, sie ist echt und sie hat einen Plan, der weit über die Kölner Stadtgrenzen hinausreicht. Wer bei Sally Dinosaur nur an hübsche Bilder denkt, hat die Rechnung ohne die smarteste Selfmade-Frau der Branche gemacht. Wir haben mit dem „Gesicht der Venus“ über fette Business-Träume in den USA, die Grenzen der Monetarisierung und das Gefühl, alles selbst in der Hand halten zu müssen, gesprochen.

„Freischnauze“ als Markenzeichen

Sally ist kein poliertes PR-Produkt. „Ich bin Sally, 27, gebürtige Kölnerin – und ich stehe für Authentizität und Sprachfehler“, lacht sie im Interview. Während andere sich hinter Filtern und Managements verstecken, ist Sally die personifizierte Nahbarkeit. Wer ihr folgt, bekommt nicht nur die Show, sondern die echte Person. „Was ich preisgebe, bin wirklich ich. Das ist mir heilig.“ Doch hinter der lockeren Kölner Art steckt ein messerscharfer Geschäftssinn. Sally ist keine, die abwartet – sie macht. Und ihr nächster Halt ist nichts Geringeres als der amerikanische Traum.

Mission: USA – Wenn der Hunger nach Erfolg ansteckt

Warum Amerika? Weil dort die Energie fließt, die Sally liebt. „Die Mentalität dort ist eine ganz andere. Die Leute sind zielstrebig, und das fixt mich total an“, erklärt sie mit leuchtenden Augen. Es geht ihr nicht nur um Urlaub im Airbnb; Sally will dort eine feste Base, ein zweites Zuhause für sich und ihr Business.

Dabei setzt sie auf strategische Collabs und Networking – aber niemals um jeden Preis. „Ich mache nichts nur des schnellen Geldes wegen. Ich muss zu 100 Prozent dahinterstehen, sonst denkt der Fan, dass es nur gespielt ist.“ In einer Welt, in der fast jeder Creator sein Handy an ein Management abgibt, ist Sally die absolute Ausnahme-Erscheinung. Sie hat den Agentur-Test gemacht und nach neun Monaten abgebrochen. Das Urteil? Vernichtend für ihre Kreativität. „Ich bin ein Mensch, der alles selber macht – egal ob im Haushalt, Handwerk oder Social Media. Wenn mir jemand Inspirationen schickt, was ich als nächstes posten soll, nimmt mir das meine kreative Freiheit.“

Heute hat sie zwar eine Assistentin, die das operative „Geposte“ auf den Nebenkanälen übernimmt, aber der Main-Account bleibt Chefsache. Die Kontrolle abgeben? Nicht mit Sally. Selbst auf Messen ist ihr „Manager“ eigentlich ihr Drehpartner. Sie ist der Boss, Punkt.

Business ohne Tabus – aber mit klaren Grenzen

Sallys Shop ist legendär. Von klassischen Shirts über getragene Unterwäsche bis hin zu... nun ja, Natursekt. „Das war gar nicht meine Idee, das kam über die Nachfrage der Fans“, gibt sie offen zu. Sie liebt den physischen Aspekt ihres Shops, das eigenhändige Verpacken der Pakete. Aber wer glaubt, sie würde für Geld alles tun, irrt gewaltig. Ihre Grenzen zieht sie klar und selbstständig.

Der Motor: Sicherheit für die Liebsten

Hinter all dem Grind, den Pornos, dem Merch und den Reisen steckt ein zutiefst emotionales Ziel. Sally kämpft nicht für den kurzlebigen Ruhm, sondern für die totale Unabhängigkeit. „Ich will mich und meine Familie so absichern, dass niemand mehr von einem herkömmlichen Job abhängig ist. Ein erfülltes Leben ohne Existenzängste – das ist mein Push.“

Nächster Halt: Venus 2026

Für alle, die Sally live erleben wollen: Der Herbst wird heiß. Als eines der Gesichter der Venus ist sie das Highlight der Messe. Und wer sie kennt, weiß: Sie ist keine, die sich im VIP-Bereich versteckt. „Ich bin jederzeit offen für Fotos und Autogramme. Das ist die Chance, mich wirklich kennenzulernen.“

Fazit: Sally Dinosaur ist eine Urgewalt. Zwischen Kölner Herzlichkeit und eiskaltem Business-Fokus zeigt sie, dass man in der Erotikbranche nur dann langfristig oben bleibt, wenn man sich nicht verbiegen lässt.



SAVAGE CHERRY: „JEDER VERKAUFT SEINEN KÖRPER“

Sandra ist 27, eine echte Hamburger Deern mit polnischen Wurzeln und vor allem eines: Eine Geschäftsfrau, die genau weiß, was sie will. Als „Savage Cherry“ hat sie sich eine treue Fanbase aufgebaut. Wir sprachen mit ihr über Professionalität im ältesten Gewerbe der Welt und warum die Venus Berlin der perfekte Ort ist, um Vorurteile über Bord zu werfen.

Wer Sandra zuhört, merkt schnell: Hier spricht jemand, der mit sich und seinem Job im Reinen ist. Die Hamburgerin blickt offen auf ihre Zeit am Straßenstrich zurück. Für sie war das keine Leidensgeschichte, sondern eine Phase, in der sie gut verdiente und ein dickes Fell entwickelte. „Es gibt nicht zu kalt, nur zu kalt angezogen“, sagt sie lachend über die Nächte bei Wind und Wetter. Doch Sandra wollte mehr Lebensqualität: Der Wechsel ins Apartment und in die Online-Erotik ermöglichte ihr das Arbeiten am Tag.

Wenn man Sandra fragt, ob sie sich heute noch als Prostituierte bezeichnet, antwortet sie selbstbewusst: „Ja, ich denke schon“ Sie macht keinen Hehl daraus, dass sie körperliche Dienstleistungen anbietet, doch die Spielregeln haben sich geändert.

Ein Job wie jeder andere? Absolut. Savage Cherry hat eine klare Haltung zur gesellschaftlichen Doppelmoral. „Prostitution existiert schon immer“, argumentiert sie. Für sie ist die Sache simpel: „Im Endeffekt verkauft jeder seinen Körper für seinen Job. Einer mehr, der andere weniger.“ Diese pragmatische und geerdete Einstellung kommt an. Ihre Freunde akzeptieren sie, wie sie ist, und ihre Fans lieben sie dafür.

Ob jemand den Job als „dreckig“ empfindet, liegt für Sandra allein im Auge des Betrachters. Sie selbst sieht darin eine Dienstleistung, die Menschen glücklich macht – sei es durch Videos, die die Fantasie anregen, oder durch reale Treffen, die oft aus dem digitalen Kontakt entstehen.

Die Venus: Bühne frei für Body Positivity

Die Vorfreude auf die diesjährige Venus Berlin ist riesig. Sandra wird vier Tage lang für mdh (My-DirtyHobby) vor Ort sein. Für sie ist die Messe ein Ort der Freiheit und Akzeptanz. „Dort wirst du nicht dumm angeguckt, egal wie kurz der Rock ist. Du kannst dich frei fühlen, wie du möchtest“, schwärmt sie.

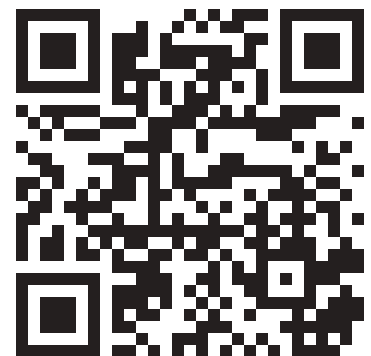
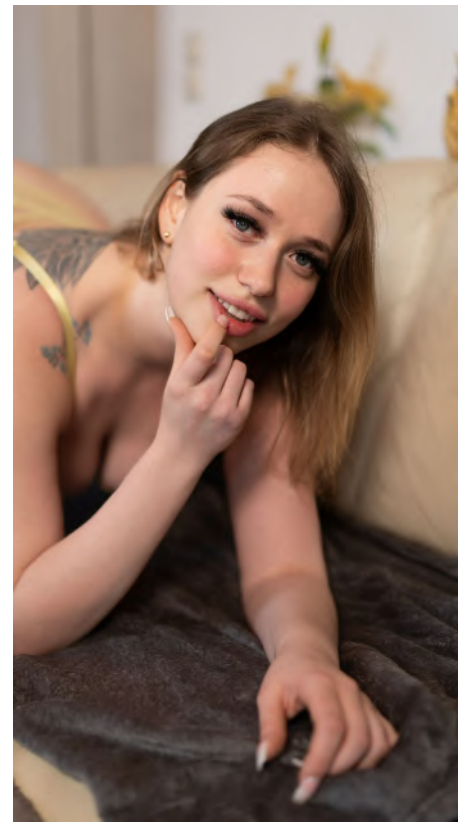
Am Stand von mdh, die in diesem Jahr groß auffahren, ist Sandra in ihrem Element. Shows, Autogramme, Selfies – sie liebt den Kontakt zur Community. „Wir beißen nicht“, verspricht sie allen, die vielleicht noch zögern. Es ist diese Nahbarkeit, die sie ausmacht.

Kleiner Tipp für unsere Leser: Wenn ihr auf der Venus seid und eine Ausgabe von Kunst&Kante dabei habt, geht zu ihr! „Ich würde mich super freuen, wenn ihr mich bittet, ein Bild mit der Zeitung zu machen“, sagt sie.

Was bleibt: Ein scharfer Blick auf die Realität

Ihre Jahre in der Branche haben Sandra stark gemacht. „Ich habe gelernt, dass ich mich nur auf mich selber verlassen kann“, resümiert sie. Das klingt nicht verbittert, sondern nach einer Frau, die ihre Lektionen gelernt hat.

Sie unterscheidet heute sehr genau: „Für mich ist ein Freier ein Freier. Und ein Mann ist ein Mann.“ Sie hat den Blick dafür geschärft, wer sie nur als Objekt sieht und wer den Menschen dahinter erkennt. Eine Fähigkeit, die ihr hilft, ihren Weg in der Erotikbranche erfolgreich und selbstbestimmt weiterzugehen.



VOM BANKSCHALTER INS NACKTE LEBEN: NINA JOY

Was passiert, wenn die konservative Welt des Bankwesens auf den unzensurierten Raum von OnlyFans trifft? Für Nina Joy war die Antwort klar: Sie hat gekündigt und sich für die Nacktheit entschieden. Seit fünf Jahren lebt sie nun von und mit ihrem Content – ungekriptet, echt und kompromisslos.

Es gibt Gegensätze, die ziehen sich an, und es gibt solche, die schließen sich schlichtweg aus. „Eine Bank ist sehr konservativ“, erzählt Nina Joy im Rückblick. „Ich habe aber schnell gemerkt, dass ich mich einfach super gerne zeige und es mir am meisten Spaß macht, eigentlich nackt zu sein.“ Da das im traditionellen Bankwesen bekanntermaßen eher schwierig ist, zog sie im Frühjahr 2021 die Reißleine. Gerade einmal eineinhalb Monate, nachdem sie Ende Januar parallel zu ihrem Bürojob mit der Content-Kreation begonnen hatte, machte sie ihre Leidenschaft zum Vollzeitberuf.

Die Evolution: Von soften Bildern zum echten Gefühl

Was damals mit „sehr soften Dingen“ begann, entwickelte sich schnell weiter. Aus vorsichtigen Einblicken wurden ganze Pornofilme und zahlreiche Collabs, primär gedreht mit ihrem damaligen Partner. Doch genau hier zeigt sich die „Kante“ in Ninas Arbeit: Als die Beziehung endete, endeten auch die Paar-Drehs. Anstatt das lukrative Geschäft mit wildfremden Darstellern aufrechtzuerhalten, entschied sie sich bewusst für einen Schritt zurück. Der Grund? Ihr eiserner Anspruch an die eigene Arbeit.

„Es war mir einfach sehr wichtig, dass es immer authentisch bleibt. Und das kannst du am besten machen mit der Person, die du wirklich liebst. Und nicht mit irgendeiner wildfremden Person, die du zum ersten Mal triffst.“

Solo, aber niemals künstlich

Heute, ein halbes Jahrzehnt nach ihrem Start, fokussiert sich Nina Joy auf Solo-Content. „Aktuell habe ich den Fun mit mir selbst“, sagt sie lachend. Auch wenn sie zugibt, dass ihr ein Partner an ihrer Seite ab und zu fehlt, bleibt sie ihrer Linie treu. Wer bei ihr nach durchchoreografierten, sterilen Skripten sucht, sucht vergebens.

Ihre Filme leben von der echten Emotion des Moments. Genau das sieht sie als ihr absolutes Alleinstellungsmerkmal in einer Branche, die oft von Illusionen lebt: Sie filmt nur das, was sie gerade wirklich fühlt und worauf sie Lust hat.

Wer den Mut hat, die sichere Bank gegen die radikale Freiheit des eigenen Körpers einzutauschen, der muss sich nicht mehr verstellen. Und genau das spürt man in jedem ihrer Clips.



ZWISCHEN SCHEINWERFERLICHT UND SELBSTWERT: ANASTASIA

Manche nennen es die „Schmuddelecke“, für Anastasia ist es die Bühne ihrer persönlichen Freiheit. Mit 18 Jahren entschied sich die Berlinerin für den Einstieg ins Erotik-Business. Heute, vier Jahre später, blickt sie auf eine Reise zurück, die weit über nackte Haut hinausgeht. Wir haben mit ihr über Erwartungshaltungen, Konkurrenzkampf und das Berliner Lebensgefühl gesprochen.

Wer Anastasia trifft, merkt schnell: Hier gibt es keine künstliche Distanz. „Eigentlich bin ich nur ein ganz normales Mädels aus Berlin, die für jeden Spaß zu haben ist“, lacht sie. Der Drang, sich zu inszenieren, war dabei schon immer da. Was mit 16 Jahren bei Shootings mit ihrem Motorrad begann, hat sich heute zu einer professionellen Karriere im Bikini oder vor der Kamera entwickelt. Es geht ihr nicht nur um das Bild an sich, sondern darum, Menschen auf allen Ebenen an ihrem Leben teilhaben zu lassen.

Während viele in der Branche mit Vorurteilen im privaten Umfeld kämpfen, hatte Anastasia Glück. Ihr Umfeld reagierte entspannt:

„Sie haben mir nur gesagt, dass ich auf mich aufpassen soll – aber dass es nichts an meiner Person ändert und ich machen soll, was mich glücklich macht.“

Dieser Rückhalt bildete das Fundament für eine Entwicklung, die Anastasia selbst als ihren größten Erfolg verbucht: Ein neues Selbstbewusstsein. Früher plagten sie Zweifel, sie fühlte sich oft nicht „perfekt genug“. Heute sieht sie das Business als Katalysator für ihren eigenen Selbstwert.

Vier Jahre im Business schärfen den Blick für die Realität. Anastasia gibt offen zu, dass nicht alles so harmonisch ist, wie es nach außen scheint. Der erhoffte bedingungslose Zusammenhalt innerhalb der Branche blieb teilweise aus – auch hier regiert der Konkurrenzkampf. „Man muss lernen, seinen eigenen Weg zu gehen“, resümiert sie.

Doch die Kehrseite der Medaille entschädigt: Die Bindung zu ihren Fans. Dass der Wunsch nach einer starken, unterstützenden Community in Erfüllung gegangen ist, bezeichnet sie als einen der schönsten Aspekte ihres Jobs. Auf die klassische Frage, ob sie nicht mal „was Ordentliches“ machen wolle, reagiert sie gelassen. Sie verschließt die Tür zur konventionellen Arbeitswelt nicht, sieht aber aktuell keinen Grund zum Wechsel: „Solange das Ganze hier funktioniert, bin ich sehr happy in der Branche.“

Für alle, die Anastasia live erleben wollen, gibt es gute Nachrichten: Die Planung für die Venus steht. Für sie ist die Messe mehr als nur Business – es ist ein Klassentreffen. Anastasia freut sich riesig darauf, mit den Besuchern direkt in Kontakt zu kommen. Bekannte Gesichter aus der Branche zu treffen, die sonst zu weit weg wohnen, ist für sie das Highlight.

Anastasias Fazit: Sie bleibt sich treu – egal ob vor der Kamera oder im direkten Gespräch. Wer ein Foto oder einen Plausch möchte, sollte dieses Jahr auf der Venus definitiv die Augen offenhalten.



VOM CONTENT-CREATOR ZUR BUSINESS-STRATEGIN: EMILYYSTELLA

Wer in der Spicy-Content-Branche erfolgreich sein will, braucht mehr als nur eine gute Kamera. Eine, die das Business von der Pike auf gelernt hat, ist EmilyyStella. Vor einigen Jahren startete sie auf Bestfans und Telegram – heute teilt sie ihr Insider-Wissen als Beraterin bei der Hamburger PR- und Kreativagentur Moin Cherry.

Was als Experiment begann, ist längst ein funktionierendes Unternehmen. EmilyyStella hat sich eine treue Stammkundschaft aufgebaut. Weil sie anfangs selbst viel Hilfe von anderen Creatorinnen bekam, gibt sie diese Unterstützung heute weiter. Aus der Hilfe ist ein professionelles Business geworden: Mittlerweile berät sie Newcomer sowie Branchen-Größen wie itsFelize.

Strategie und Schutz statt 08/15

Bei Moin Cherry führt Emily ihre Klienten auf Augenhöhe in die Branche ein. Das Besondere: Die Agentur verzichtet auf prozentuale Umsatzbeteiligungen und arbeitet nur mit fairen Festbeträgen. Der Umsatz bleibt beim Creator.

EmilyyStella beweist, dass Spicy Content im professionellen Business angekommen ist. Gemeinsam mit Moin Cherry sorgt sie dafür, dass die nächste Generation von Creatoren unabhängig, sicher und verdammt laut durchstartet.



EROTIC & LIFESTYLE
ADULTS ONLY

VENUS

TICKETS:
VENUS-BERLIN.COM

22.-25.10.2026

MESSEGELÄNDE BERLIN



EIS
Entwickle Deine Individualität
www.eis.de

My **Dirty** Hobby



STRIPCHAT

Chaturbate

Bonga Cams

Rush Hour
BERLIN

TANTUM
PAY

STIMMEN ZUR VENUS

**"Die Venus ist
Pflichtprogramm!"**

Tamy Tation



**"Ich freue mich so
sehr auf meine Fans"**

Sally Dinosaur



**"Die Menschen sind
unfassbar offen und
herzlich"**

Shaiden Rogue



**"Vier Tage Wahnsinn -
einfach geil"**

Roxi Black



DAS GIRL NEXT DOOR: JULIANE IM PORTRÄT

Wenn die Normen von Instagram zu eng werden, beginnt manchmal die wahre kreative Freiheit. So lässt sich der Einstieg der 26-jährigen Juliane in das Erotic Business beschreiben. Was vor knapp drei Jahren als Hobby begann, ist heute ihre Profession – und eine Spielwiese für die unterschiedlichsten Facetten der Lust.

Es gibt Bilder, die sind schlichtweg „too much“ für den sterilen Algorithmus von Social Media. Genau solche Bilder wollte Juliane teilen. Aus dem anfänglichen Ausprobieren erwuchs schnell eine Leidenschaft, die sie dazu bewog, ihr Hobby zum Beruf zu machen. Heute ist sie ein etabliertes Gesicht in der Szene und weiß genau, wie sie sich und ihre Reize in Szene setzt.

Die Macht der Textilien: Lack, Leder und die Kunst der Verwandlung

Wer durch Julianes Portfolio scrollt, bleibt unweigerlich an den intensiven Texturen von Lack und Leder hängen. Doch für sie ist das weit mehr als nur ein optisches Stilmittel. „Ich mag die Vielseitigkeit und das Gefühl, das man hat, sobald man es trägt“, erklärt sie. Es ist eine zweite Haut, die ihr sofort eine völlig neue Ausstrahlung verleiht – mal fordernd und dominant, mal hingebungsvoll und devot.

Genau diese Wandlungsfähigkeit ist es, wofür ihre Abonnenten sie schätzen. Juliane ist ein kompletter „Switch“ und äußerst experimentierfreudig. Sie liebt es, die unterschiedlichsten Fetische zu bedienen und in Rollen zu schlüpfen. Doch sie bricht auch bewusst mit den Klischees der Szene:

Sie muss nicht immer zwingend das unnahbare „Girl in Leder“ sein. Genauso gerne zeigt sie sich im natürlichen Alltags-Look und beweist, dass Erotik nicht immer ein aufwendiges Kostüm braucht.

Fantasien ein Gesicht geben

Ihre größte Leidenschaft als Creatorin liegt in der Maßarbeit. Wenn Kunden mit sehr klaren, detaillierten Vorstellungen auf sie zukommen, blüht Juliane richtig auf. „Ich liebe es, den Gedanken Ton und Bild zu verleihen und die Fantasie real werden zu lassen“, schwärmt sie über die Produktion von Custom-Videos.

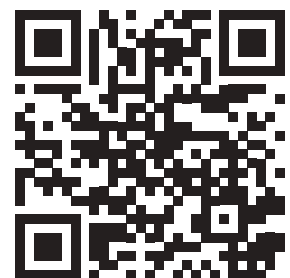


Es ist genau dieser kreative Prozess, der ihre Arbeit für sie so besonders macht: Sie ist die Künstlerin, die Kopfkinos Realität werden lässt.

Wer Juliane live erleben möchte, hat auf der kommenden Venus gute Chancen. Für sie ist die Messe in Berlin ein ganz besonderer Ort. Es ist nicht der pure Exhibitionismus, der die Venus für sie ausmacht, sondern die Atmosphäre: „Die bunten Menschen, die herumlaufen dürfen, wie sie wollen, ohne sich verstecken zu müssen.“

Juliane schätzt besonders den Umgangston vor Ort. Trotz der vielen nackten Haut und der extravaganteren Outfits erlebt sie die Messe als Safe Space, in dem man mit großem Respekt behandelt wird. Zudem ist es für sie als Creatorin die perfekte Gelegenheit, bekannte Gesichter und treue Fans aus aller Welt fernab des Bildschirms persönlich wiederzutreffen.

Was Juliane auszeichnet, ist die Souveränität, mit der sie ihren Weg geht. In einer Branche, die oft von fremden Erwartungen geprägt ist, bleibt sie sich treu und bestimmt das Tempo selbst. Sie ist nicht nur ein Model; sie ist eine Projektionsfläche für Träume, eine Gestalterin von Fantasien und eine junge Frau, die ihre Nische gefunden hat – nahbar, authentisch und ganz nach ihren eigenen Regeln.



CAPTAIN POV



JENSI, SEX UND GERSTENSAFT: CAPTAIN POV IM REALITÄTSHECK

Wer auf TikTok oder Instagram unterwegs ist, kommt an seinen schrulligen Charakteren kaum vorbei. Doch hinter den „needy“ Typen und cringigen Alltagsszenen steckt ein Mann, der seit über fünf Jahren professionell vor der Kamera steht – auch wenn die Hüllen fallen. Wir haben mit Captain POV über die Wahrheit hinter seinen Rollen, den harten Job als männlicher Darsteller und seinen Durst auf der Venus gesprochen.

Für alle, die den Begriff „POV“ (Point of View) noch immer im Lexikon suchen: Der Captain erklärt es so, dass es auch die Oma versteht. Es geht darum, Situationen so zu filmen, dass der Zuschauer das Gefühl hat, selbst mitten im Geschehen zu sein. Ein „reales Erlebnis“, ohne physisch anwesend zu sein – mal zum Lachen, mal für die erwachsene Unterhaltung.

Von der Comedy zum 18+ Content

Sein Weg in die Content-Erstellung war zweigeteilt. Die Comedy-Inspiration holte er sich aus dem Ausland (zu dessen Creatoren er heute noch Kontakt pflegt). Der Schritt in den Erotikbereich war hingegen eine reine Bauchentscheidung: „Ich hatte einfach Bock drauf.“

Seine liebste Schöpfung? Ganz klar Jensi. Doch so fiktiv, wie mancher Charakter wirkt, ist er oft gar nicht.

„Nicht jede Figur ist zu 100% ausgedacht. Viele haben Wahrheiten drin, manche sind komplett auf wahren Begebenheiten nachgestellt.“

Oft muss er die Realität für die Plattformen sogar entschärfen, da die echten Abgründe menschlichen Verhaltens gegen die Jugendschutz-Richtlinien verstoßen würden.

Die nackte Wahrheit: „Wie YouTube, nur nackt“

Das Bild des Mannes, der den ganzen Tag Sex mit schönen Frauen hat und dabei das große Geld scheffelt, rückt der Captain gerade. Die Realität sei deutlich pragmatischer. „Richtig viel Geld als Mann ist schwer zu verdienen, aber machbar“, erklärt er. Sein Vergleich: Es ist wie YouTube. Wer mehr liefert, bekommt mehr.



Doch der Job hat auch Tücken für das Privatleben:

Abstumpfung: Wer den ganzen Tag mit Nacktheit konfrontiert ist, riskiert, dass das eigene Sexualleben darunter leidet.

Entgegen der Erwartung hat er laut eigener Aussage wahrscheinlich weniger Sex als der Durchschnittsbürger.

Während seine Rollen oft verzweifelt nach Anerkennung suchen, ist der Captain privat eher der Typ, der gern seine Ruhe hat. Auf weibliche Fans, die ein Date wollen, reagiert er skeptisch. Durch seinen „cringigen“ Content könne er Anmachsprüche kaum noch ernst nehmen – für ihn ist es schwer zu unterscheiden, was echt ist und was nur ein Internet-Scherz.

Wer den Captain treffen will, muss nicht lange suchen. Sein Plan für die anstehende Venus ist so simpel wie ehrlich:

„Ich bin immer alle Tage da, wo Bier ist.“

Abseits des Messe-Trubels sind seine Zukunftspläne angenehm bodenständig. Statt nach Luxus und Ruhm strebt er nach Freiheit: Ein Leben ohne Stress, mit genug Geld für gutes Essen und der Möglichkeit, genau dort zu sein, wo er gerade sein möchte.



Von der Innenarchitektur in die Welt von BDSM, Fesseln und psychologischen Grenzgängen: Franzis Lebenslauf lässt sich längst nicht mehr in eine klassische Schublade stecken. Als Kink-Influencerin bricht sie unter dem Namen „Beyond Vanilla“ Tabus auf Instagram, klärt ohne Zeigefinger über Fetische auf und arbeitet als zertifizierte Coachin sowie ehemalige Domina täglich daran, die menschliche Sexualität aus der Schmutzdecke zu holen. Doch wie navigiert man durch eine Welt voller Vorurteile, digitaler Zensur und ungefragter Projektionen? Wir haben mit ihr über die heilende Kraft von Kinks, die Kommunikationsstärke der Szene und die Verantwortung hinter echter Dominanz gesprochen.

Instagram und Kink sind oft keine guten Freunde. Wie navigierst du durch die Community-Richtlinien, und wie oft wurdest du schon shadowbanned oder gelöscht?

Mit der Frage hast du direkt einen wunden Punkt erwischt, denn es ist gar nicht lange her, dass Instagram meinen Account mit 25k Followern einfach deaktiviert hat. Ich wurde zwar schon öfter kurzzeitig gesperrt oder Beiträge wurden entfernt, aber diesmal war es permanent. Mit dem Problem bin ich allerdings keinesfalls allein. Meta scheint gerade verstärkt KI-Systeme einzusetzen, wodurch viele Aufklärungs- und sexpositive Accounts deaktiviert wurden — zum Beispiel auch der KitKat-Account. Das Schwierige ist leider, dass man die Regeln oft gar nicht genau kennt

und teilweise schon Wörter wie BDSM oder Kink geflaggt werden können. Das führt natürlich dazu, dass man Dinge ständig umschreiben muss, was weder der Aufklärung hilft noch Scham abbaut. Mittlerweile versuche ich meinen Content so plattformkonform wie möglich zu gestalten und baue parallel YouTube als zweite Plattform aus, wo ich hoffentlich deutlich tiefer und differenzierter in die Themen eintauchen kann.

Kink-Education zieht leider oft Menschen an, die Aufklärung mit sexuellem Angebot verwechseln. Wie ziehst du für dich die harte Grenze zwischen Bildungsauftrag und ungewollter Projektionsfläche?

Ja, das Problem der Sexualisierung im Internet kennen wahrscheinlich die meisten Frauen,

besonders extrem wird es natürlich, wenn man zusätzlich offen über Sexualität spricht. Ich kann damit mittlerweile ganz gut umgehen und versuche sogar, genau diese Erfahrungen wieder für Aufklärung zu nutzen.

Leider sehen viele Männer Frauen als Wunscherfüllungsautomaten und eine Frau, die offen über Dynamiken spricht, direkt als Chance, sie ungefragt mit den eigenen Fantasien zu bombardieren. Ohne Consent natürlich. Warum ich kein OnlyFans habe oder warum eine Coaching-Session nicht automatisch auch eine Domina-Session sein kann, wollen viele dann auch nicht verstehen.

Für mich zeigt das einfach, dass gesellschaftlich noch unglaublich viel passieren muss und genau deshalb versuche ich, mit meiner Arbeit einen kleinen Teil dazu beizutragen.

Man hört in der Psychologie manchmal den Satz „Kink ist trauma response“. Wie steht du zu der Theorie, dass viele Kinks aus unbewältigten Traumata entstehen – und ist das überhaupt etwas Schlimmes?

Das ist ein komplexes und gleichzeitig unglaublich spannendes Thema. Ja, es kann durchaus sein, dass Menschen durch BDSM oder bestimmte Kinks versuchen, ein Trauma zu verarbeiten. Zum Beispiel indem ein schwieriges Erlebnis in einem sicheren und kontrollierten Rahmen erneut erlebt wird — diesmal aber mit einem positiven oder selbstbestimmten Ausgang. Daran ist grundsätzlich nichts Verwerfliches und es kann für manche Menschen sogar förderlich für den Heilungsprozess sein.

Natürlich gibt es aber auch Situationen, in denen therapeutische Unterstützung sinnvoller oder notwendiger wäre.

Wichtig ist mir aber vor allem zu betonen, dass nicht jede kinky Person traumatisiert ist. Kinks und Fetische können auf ganz unterschiedliche Weise entstehen, sich im Laufe des Lebens verändern, weiterentwickeln oder auch wieder verschwinden. BDSM und Fetische sind keine Krankheit oder Störung. Früher wurde das tatsächlich pathologisiert, aber zum Glück hat sich die Forschung weiterentwickelt. Heute spricht man erst dann von einer Störung, wenn Leidensdruck entsteht oder anderen Menschen geschadet wird. Alles andere gehört schlicht zur menschlichen Sexualität dazu und macht uns Menschen doch eigentlich erst interessant.

BDSM erfordert gnadenlose Kommunikation und ständigen Konsens-Check. Glaubst du, Kinkster führen dadurch paradoxerweise die gesünderen „Vanilla“-Beziehungen als Menschen, die sich nie mit Kink befasst haben?

Davon bin ich tatsächlich zu 100 % überzeugt und es gibt sogar einige Studien, die genau das belegen. Natürlich gibt es auch in der Kink-Welt schwarze Schafe, aber Menschen, die BDSM bewusst und verantwortungsvoll leben, lernen meistens sehr früh, offen zu kommunizieren, Bedürfnisse klar zu äußern, Verantwortung zu übernehmen und Grenzen zu setzen.

Außerdem kann man durch gemeinsame BDSM-Erfahrungen oft eine extrem tiefe Bindung zur Partnerperson aufbauen. Deshalb finde ich das Vorurteil immer traurig, dass BDSM und Liebe angeblich nicht zusammenpassen würden. In meiner Erfahrung entstehen dort oft die tiefsten, ehrlichsten und authentischsten Verbindungen überhaupt.

Erlebst du Gatekeeping in der BDSM-Szene? Also das Gefühl, dass Leute abgewertet werden, die ihren Kink „nur“ leise im Schlafzimmer ausleben und nicht in voller Montur auf Playpartys gehen?

Leider ja. Manche sehen Kink fast wie einen Wettbewerb und denken, nur wer alles maximal offen lebt, gehört wirklich dazu. Natürlich ist das völliger Unsinn. BDSM und Kinks kann jede Person so ausleben, wie sie oder er möchte und das muss überhaupt nicht öffentlich sein. Ich sage immer: „Kinky sein fängt zu Hause an.“

Wie hat sich die Kink-Community durch Gen Z und Social Media verändert? Ist sie zugänglicher und offener geworden, oder beobachtest du bedenkliche Trends?

Die Entwicklung hat leider zwei Seiten. Einerseits bekommt die Szene mehr Sichtbarkeit und Akzeptanz, was natürlich schön und wichtig ist. Andererseits kommen mittlerweile viele Menschen in die Szene, ohne wirklich zu verstehen, wie sie funktioniert. Da gibt es dann z.B. die sogenannten „Wannabe Dommes“, die denken sie wären Dominas und können so schnelles Geld verdienen,

ohne dabei jemals von Aftercare gehört zu haben. Oder sogenannte „Lifestyle-Kinkster“, die eigentlich nur die Outfits und die Ästhetik spannend finden, aber noch nie von Konsens gehört haben. Besonders problematisch wird es bei Partyveranstaltungen ohne Erfahrung oder Awareness-Konzept. Das kann dann gerade für Frauen oder Anfänger:innen schnell gefährlich werden.

Grundsätzlich ist natürlich jede Person in der Szene willkommen — aber eben nur mit Respekt und dem Einhalten von ein paar Regeln. Und genau deshalb ist Aufklärung so wichtig.

Wenn du dir junge Menschen ansiehst, die gerade erst in die Szene stolpern – was ist die größte „Red Flag“, vor der du sie am liebsten direkt warnen würdest?

Gerade am Anfang kann die Suche nach der „richtigen“ Spielpartnerperson schwierig sein. Dadurch geraten manche Menschen leider in toxische Dynamiken, nur damit sie ihre Vorlieben überhaupt ausleben können.

Besonders submissive Menschen vergessen dabei oft, dass auch sie Verantwortung für sich selbst tragen und dass sie Grenzen setzen dürfen und müssen. Niemand sollte sich in einer Dynamik dauerhaft ausgenutzt fühlen. Außer natürlich, genau das ist der gemeinsame Kink. Echte Dominanz sollte sich leicht anfühlen, sodass man sich wirklich fallen lassen kann. Lasst euch niemals zu Dingen drängen, die sich körperlich, emotional oder auch finanziell nicht richtig anfühlen.

Gibt es einen Kink oder eine Dynamik, die du ganz am Anfang deiner eigenen Reise total missverstanden hast und heute mit völlig anderen Augen siehst?

Ich habe am Anfang tatsächlich sehr vieles missverstanden, einfach weil einem diese Dinge kaum jemand wirklich erklärt. Für mich war wahrscheinlich die größte Erkenntnis, wie viel Verantwortung eigentlich hinter echter Dominanz steckt und wie wenig das oft überhaupt mit Sex zu tun hat.

Selbst heute bin ich noch regelmäßig überwältigt davon, wie vielfältig die Szene eigentlich ist und dass man dort wirklich nie aufhört zu lernen. Und genau das finde ich ehrlich gesagt auch wunderschön daran.

Warum ist dir das Thema eigentlich so wichtig?

Ich habe mich schon immer extrem für Sexualität und die Psychologie dahinter interessiert. Warum sind wir Menschen, wie wir sind? Warum gibt es den Fußfetisch fast ausschließlich bei Männern? Warum möchten so viele Menschen Kontrolle abgeben? Warum wirken Frauen gesellschaftlich oft eher devot oder warum wird weibliche Dominanz noch immer so stark tabuisiert?

Mein eigener Weg in eine selbstbestimmte Sexualität war nicht immer einfach und ich habe selbst viel mit Scham gekämpft. Genau deshalb möchte ich besonders für die jüngere Generation etwas verändern.

Ich möchte Kink aus der Schmutzdecke holen und zu etwas machen, worüber man offen sprechen kann. Ich wünsche mir, dass Unterschiede nicht sofort bewertet werden, sondern mit Neugier betrachtet werden dürfen.

Wie geht dein Umfeld damit um, dass du so transparent über diese Themen sprichst?

Ich glaube tatsächlich, mein Umfeld ist eines der größten Glücks meines Lebens, weil ich fast nur Unterstützung und Bewunderung erfahre. Viele meiner Freund:innen sind selbst mehr oder weniger Teil der kinky Bubble und haben mich damals überhaupt erst dazu gebracht, mit Content anzufangen. Ohne sie hätte ich das wahrscheinlich nie gemacht.

Bei meiner Familie ist es manchmal etwas komplizierter — einfach, weil es andere Generationen sind. Aber selbst dort bekomme ich überraschend viel Support. Meine Mutter ist wahrscheinlich mein größter Fan und sogar mein Opa findet das alles irgendwie spannend.

Welche Frage hättest du sonst noch gern beantwortet?

Ich könnte ewig darüber reden und eine spannende Frage wäre eigentlich: Warum schämen sich Menschen so sehr für etwas, das so menschlich ist? Genau diese Scham richtet oft viel mehr Schaden an als die Sexualität selbst.





KINKY GALORE

Die Kink-Szene boomt. Was einst im Verborgenen stattfand, ist im Mainstream-Sumpf angekommen: Ledergeschirre hängen bei H&M, und der Tech-Bro trägt zum Feierabend-Bier stolz sein Choker-Halsband. Doch wo der Hype regiert, bleibt die radikale Autonomie auf der Strecke. Aus subversiven Schutzräumen sind Kulissen für eine Generation geworden, die das Prädikat „kinky“ wie eine Trophäe vor sich herstellt, ohne die Verantwortung dahinter zu begreifen. Zwischen kommerzieller Verwässerung und patriarchalen Mustern formiert sich jedoch Widerstand: Akteure wie das Team von Kinky Galore repolitisieren den hedonistischen Raum.

Der moderne Hedonismus leidet an akuter Hypokrisie. Man kleidet sich in Lack und Leder, um zur vermeintlichen Avantgarde zu gehören, lässt das nötige Mindset aber an der Garderobe abgeben. Es ist ein reiner Trend-Hype geworden; bei vielen Partys geht es kaum noch um echtes kinky Leben oder tiefen Austausch. Kink ist käuflich, eine kapitalistische Requisite, die Freiheit simuliert, während alte Machtverhältnisse im Club weiterreproduziert werden.

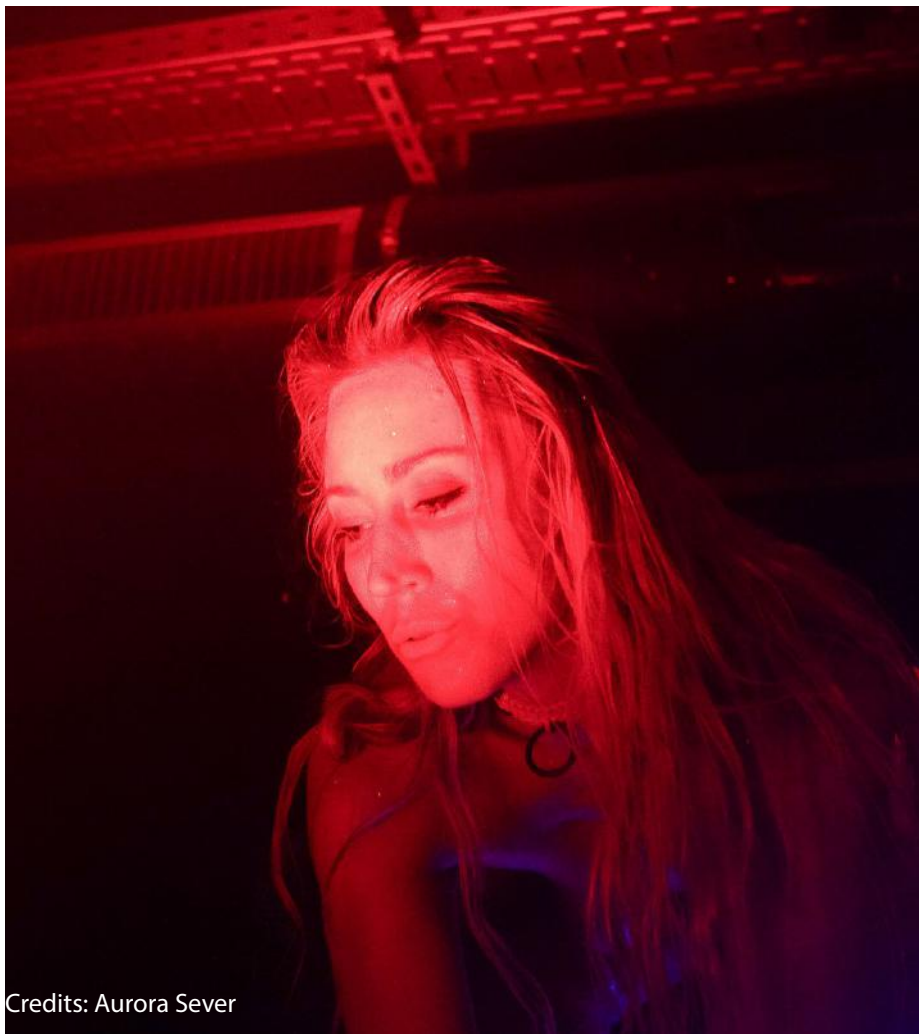
Gegen diese Entkernung setzt Kinky Galore auf die Verknüpfung von Exzess und Kunst. Die hauseigenen Bühnenshows sind kein seichtes Entertainment, sondern visuelle Provokation, die den Raum sakral auflädt. Freiheit entsteht hier nicht durch bloßes Ausziehen, sondern durch das radikale Aufbrechen gesellschaftlicher Schablonen für

Menschen, die im besten Sinne „sonderbar“ und speziell offen sind.

„Frauen müssen die Regeln der Räume vorgeben, in denen kollektive Lust stattfindet. Erst dann entsteht echter Schutz vor den strukturellen Übergrifflichkeiten des patriarchalen Nachtlebens.“

Die größte Schwachstelle der befreiten Clubszene bleibt die Sicherheit abseits männlicher Dominanz. Im Nachtleben sind strukturelle Übergriffe Alltag – und unter dem Deckmantel sexueller Offenheit wird ein „Nein“ oft noch schneller als „prüde“ diffamiert.

Deshalb ist die Frage, wer die Fäden hält, zutiefst politisch. Bei Kinky Galore bestimmen Frauen die Regeln, was die Architektur der Lust fundamental verändert: Wer anfangen will, muss fragen. Immer.



Credits: Aurora Sever

Diese rigorose Distanz schafft paradoxerweise die größte Nähe, weil sie Angst durch Sicherheit ersetzt. Getragen wird das Konzept von einer massiven Infrastruktur: Ein dichtes Netz aus geschulten Awareness-Teams sorgt dafür, dass Grenzen unantastbar bleiben. Die Frauen nehmen sich den Raum selbstbestimmt, im Wissen, dass ihr Wort Gesetz ist.

Wahre Befreiung erfordert Arbeit. Während der kommerzielle Kink den schnellen Kick sucht, bricht Kinky Galore die Dynamik durch Bildungsangebote auf. Workshops wie Kinky Yoga, Tantra oder Bondage sind das eigentliche Fundament. Erst wer seine eigenen Tabus und Wünsche präzise kennt, kann den Rausch konsensual genießen. Wer lernt, Grenzen im intimen Raum bedingungslos zu respektieren, sabotiert die patriarchale Logik auch im Alltag.



Credits: Alexandra S. Aderhold

Was bleibt, ist die Sehnsucht nach dem ganz großen Aufbruch. Ohne finanzielle und logistische Fesseln träumen die Macher von avantgardistischen Performances, in denen Künstler über dem Publikum schweben, und von offenen Bühnen, auf denen sich die Gäste im kollektiven Rausch auflösen. Eine Utopie, die an die Schlusszene von Süskinds *Das Parfum* erinnert: Eine Masse, die alle Zwänge abstreift und sich in einer Welle aus purer Ekstase verliert.

Bis dahin bleibt Kinky Galore ein notwendiges, lautstarkes Korrektiv im hedonistischen Getriebe. Der Hype mag vorbeigehen – die radikale Suche nach Freiheit bleibt.



GEFANGEN IN DER FREIHEIT- EIN INTENSIVES ERLEBNIS

TRIGGERWARNUNG

Wenn Dich Themen wie Sex in Zusammenhang mit Peitschen, Entführungen und ähnliches triggert, dann ist dieser Text nichts für dich! ItsFelize berichtet über ihre Leidenschaft und schreibt über ihr ganz persönliches und freiwilliges Verlangen.

Auf der nächsten Seite haben wir eine Einordnung dieser Geschichte geschrieben. Du solltest dir diese unbedingt durchlesen.

Ganz genau, wie angekündigt, möchte ich euch von meinen intensivsten BDSM-Erlebnissen berichten. Wie ihr wisst, ist nicht jeder Tag aufregend, aber ich habe ein paar Momente erlebt, die einfach besonders waren – extrem, aber für mich unglaublich wertvoll.

Alles fängt meistens ganz unspektakulär an. Ich bekomme meine Anweisungen, und die wichtigste davon ist: Handy im Auto lassen.

In einer Welt, in der wir immer erreichbar sind, ist das der erste Schritt zur totalen Freiheit. In dem Moment, in dem ich das Smartphone wegsperre und die Autotür hinter mir abschließe, fällt eine riesige Last von mir ab. Es gibt keine Mails, keine Nachrichten, keine Erwartungen mehr. Nur noch die Stille der Eifel-Dämmerung und mein pochendes Herz. Und ich leicht bekleidet in Rock, heels, Oberteil und Mantel, Hände auf dem Kofferraum. Dann höre ich es: Das Geräusch eines Autos. Die Scheinwerfer blenden mich völlig, als ich versuche, in die Richtung zu schauen. Ich will unbedingt sehen, wer da kommt – vielleicht ein kleiner Reflex aus meinem Alltag, immer alles kontrollieren zu wollen.

Aber ich sehe nichts. Nur gleißendes Licht. Und dann kommt der Sack über meinen Kopf. Plötzlich ist es dunkel. Ich werde fixiert, in seinem Kofferraum „verfrachtet“. Ich versuche immer wieder ganz zaghaft, unter dem Rand des Sacks hervorzulugen. Ich will wissen, ob ich vielleicht doch einen Schatten erkenne, ob ich irgendwo eine Bewegung sehe. Aber es ist zwecklos. Ich bin absolut blind. Irgendwann hält das Auto an. Mein Herz klopt wie verrückt. Er steigt aus, ich höre seine Schritte. Dann geht der Kofferraum auf. Er löst die Fesseln an meinen Beinen mit einem Cuttermesser – ein kurzes, präzises Geräusch. Er zerrt mich aus dem Kofferraum, stellt mich auf meine zitterigen Beine und führt mich über eine Wiese.

Er stellt mich an einen Baum. Ich kann nichts sehen, aber ich spüre die raue Rinde. Und dann beginnt die Spanking-Session. Es ist intensiv, absolut kraftvoll und genau das, was mein Körper in diesem Moment braucht. Es ist keine Gewalt, es ist eine Entladung. Jedes Mal, wenn die Spannung steigt, spüre ich, wie der Stress des Alltags ein Stück mehr von mir abfällt.

Nachdem wir wieder zurück an meinem Auto sind, gibt er mir die letzte Anweisung: „Fünf Minuten warten, bevor du den Sack abnimmst.“ Da sitze ich auf dem Beifahrersitz. Ich weiß nicht, ist er noch da? Beobachtet er mich? Die Spannung ist körperlich fast greifbar. Als ich dann nach diesen fünf Minuten den Sack abnehme und das Licht langsam wieder meine Augen trifft, fühle ich mich wie neu geboren. Die ganze Welt ist wieder ruhig. Ich bin ausgeglichen, tief entspannt und einfach nur bei mir. Für Außenstehende mag das extrem klingen.

Für mich ist es die reinste Form der Erholung. Einfach mal nicht die „Bestimmende“ sein zu müssen, nicht planen zu müssen, sondern mich blind fallen zu lassen.

Alles Liebe, Eure ItsFelize



EINORDNUNG DER REDAKTION

Der Bericht von ItsFelize beschreibt ein sogenanntes „Kidnapping- und Entführungsszenario“ im BDSM-Kontext. Was für Außenstehende wie eine Gewalttat wirkt, ist in der Realität ein psychologisch und physisch hochkomplexes, einvernehmliches Spiel. Da solche Praktiken ohne strikte Regeln lebensgefährlich sein können, hier die wichtigsten Fakten und Sicherheitsprinzipien der Redaktion:

Was bedeutet BDSM überhaupt?

Das Akronym BDSM steht für eine Vielzahl von sexuellen Vorlieben und Beziehungsdynamiken:

Bondage & Discipline (Fesseln & Disziplin)

Dominance & Submission (Dominanz & Unterwerfung)

Sadism & Masochism (Sadismus & Masochismus)

Es geht dabei nicht um Gewalt im strafrechtlichen Sinn, sondern um das bewusste, kontrollierte Erkunden von Machtabgabe, Schmerz, Vertrauen und Intensität.

Der Kern: Absolute Freiwilligkeit (SSC & RACK)

Die wichtigste Grenze zwischen BDSM und Missbrauch ist die Konsensualität (Einvernehmlichkeit). In der Szene gelten zwei Hauptprinzipien:

SSC (Safe, Sane, Consensual): Das Geschehen muss sicher, vernünftig und von allen Beteiligten gewollt sein.

RACK (Risk-Aware Consensual Kink): Alle Beteiligten sind sich der Risiken (physisch und psychisch) bewusst und gehen diese einvernehmlich ein.

ItsFelize beschreibt es treffend: Für sie ist die Unterwerfung eine „Entlastung“. Viele Menschen, die im Alltag extrem viel Verantwortung tragen oder die Kontrolle behalten müssen, nutzen BDSM als Ventil, um die Last der Entscheidungen komplett an eine andere Person abzugeben („blind fallen zu lassen“).

Die Sicherheitsvorkehrungen (Safewords & Co.)

Gerade bei Szenarien wie einer scheinbaren „Entführung“ im öffentlichen Raum (z. B. in der Eifel) müssen im Vorfeld extrem strenge Sicherheitsvorkehrungen getroffen werden. Nichts davon passiert spontan:

Das Safe-Word (Sicherheitsswort): Da ein „Nein“ oder „Hör auf“ im Rollenspiel oft zum Szenario gehört (z. B. beim Flehen), gibt es ein international verhandeltes Safe-Word (oft Ampelfarben: Gelb für „Langsamer/Grenze erreicht“, Rot für „Sofortiger Abbruch aller Handlungen“). Fällt das Safe-Word, stoppt die Session augenblicklich.

Werkzeuge und Risiken: Im Text wird ein Cuttermesser zum Lösen der Fesseln erwähnt. Das birgt im Dunkeln immense Verletzungsrisiken. Profis nutzen in der Regel spezielle Sicherheits- oder Rettungsscheren (Tauchermesser/Sanitätsscheren) mit abgerundeter Spitze, um Schnittverletzungen bei plötzlichen Bewegungen zu vermeiden.

Sauerstoff & Fixierung: Ein Sack über dem Kopf darf niemals die Atmung einschränken (Gefahr von Hyperventilation oder Erstickung bei Panik). Bei einer Fixierung im Kofferraum muss sichergestellt sein, dass die Person Luft bekommt und sich bei einem Unfall nicht schwer verletzt.

Der „Dritte Raum“ / Außenwirkung: Bei Szenarien im Freien besteht immer das Risiko, dass unbeteiligte Passanten die Situation als echte Straftat interpretieren und die Polizei rufen. Erfahrene Paare wählen daher extrem abgelegene Orte oder sichern das Areal vorher ab.

Aftercare (Nachsorge): Nach einer so intensiven Erfahrung (Adrenalinausschüttung, Schockmomente) folgt die Aftercare. Der Top (der dominierende Part) kümmert sich um den Sub (den unterwürfigen Part) – durch Kuscheln, Decken, Zuckerzufuhr oder Gespräche, um die Person sicher wieder in die Realität zurückzuholen.

Fazit der Redaktion: BDSM ist ein Spiel mit dem Feuer, das nur funktioniert, wenn sich beide Akteure blind vertrauen und die physikalischen sowie psychischen Grenzen des Körpers genau kennen. Was wie Chaos aussieht, ist in Wahrheit choreografierte Sicherheit.

Wichtig!

Wenn dich diese Art von Spiel reizt, suche dir erfahrene und professionelle Coaches (bspw. Beyond Vanilla oder Aurora Nia Noxx), die sich im BDSM auskennen. Traue keinen fremden Menschen und achte auf das Maximum an Sicherheit.



Ich bin ein zweidrittel-alter Cis-Mann und sollte aus diesem Grunde die Finger davon lassen, über Frauen zu schreiben. Als Olaf Scholz, „ich bin Feminist!“, sagte, war das schon ein wenig cringe. Ich will nicht cringe sein, aber starke Frauen sind mein Leben.

Meine Mutter ist eine Leaderin. Geboren 1943 als zweitjüngste Tochter eines CDU-Oberbürgermeisters und Getreidehändlers im Emsland, setzte sie sich schon als Kind in den Kopf Apothekerin zu werden. Ihre eigene Mutter war als „First Lady von Lingen (Ems)“ Vorbild und Mahnung zugleich und so folgte sie ihrer Grandezza nach, wollte aber nicht ihr Leben an einen Mann hängen. Sie angelte sich den schönsten Kerl Lingen - meinen Vater, der damals noch ein verträumter Dichter war - zog nach Berlin und Hamburg, baute meinen hilflosen Vater ebenfalls zum Apotheker um, machte sich selbständig, wurde Millionärin, bekam drei Kinder und eine Haushälterin und ging mit 60 in Rente. Das nenne ich mal einen Lebensentwurf.



DIE FRAUEN MEINES LEBENS. STARK.

Meine tolle Frau wiederum hatte den Traum, Ärztin zu werden und stürzte sich nach dem Abitur in die Ausbildung zur Krankenschwester. Doch immer heller strahlte das Vorbild ihrer eigenen Mutter mit der Selbständigkeit und den kaufmännischen Möglichkeiten eines eigenen Kosmetiksalons, den diese bereits im Alter von 21 Jahren eröffnet hatte. Sie machte Fortbildungen in BWL, übernahm den ganzen Laden, veränderte den Salon-Namen in das geniale „Kosmetikinstitut Eimsbüttel“, beschäftigte sich mit Innenarchitektur, baute die Räumlichkeiten um, investierte in die modernsten Geräte, schulte ihre Mitarbeiterinnen, stellte die jüngste Kollegin für Social-Media frei und steigerte den Umsatz auf das Dreifache. Der neueste Coup ist eine eigene Kosmetiklinie mit dem ebenfalls genialen Namen „EimsCare“. Benutze ich selbst.



Foto: Nathalie Kock

Dazu kommt natürlich **meine Schwester**, die zwar das Nesthäkchen unserer Familie ist, aber dennoch uns alle in die Tasche steckt. Als typische Millennial hat sie „irgendwas mit Medien“ in Lüneburg studiert, für diverse Magazine und Tageszeitungen gearbeitet, eigene Marketing-Agenturen gegründet und ist heute Chefin vom Dienst in der Redaktion von Greenpeace. Und weil das noch nicht genug ist, hat sie einen sehr erfolgreichen Roman über das Borderline-Syndrom geschrieben („Borderline – ein Jahr mit/ohne Lola“), der mittlerweile in der 3. Auflage erscheint und werkelt gerüchteleise gerade am Zweiten, der im September erscheinen soll. Verlag hat sie schon.

Meine Kollegin bei „LaLeLu a cappella comedy“ ist in Finnland als Tochter eines Finnen und einer DDR-Bürgerin geboren und bis zum Abitur am Musikgymnasium auch dort aufgewachsen. Sie spielte Fußball in der Juniorennenauswahl der Finnischen Nationalmannschaft. In Deutschland angekommen studierte sie Innenarchitektur in Detmold und machte ihr Diplom, obwohl sie nebenbei anfang mehr Zeit mit den Musikhochschulern von nebenan zu verbringen. Inspiriert von ihren Gesangseinlagen in den Jazzkellern Detmolds ging sie nach Hamburg und studierte dort an der Stage School Tanz, Schauspiel und Gesang. Wieder Diplom. Dass ihr dann die Enge des Musicalbetriebs zu viel wurde und sie lieber zu den Chaoten von LaLeLu wechselte, erzählt viel über diese Frau Dipl. Ing..

Auch für die Zukunft ist gesorgt. **Unsere Tochter** hat die Energie der Frauen in den Generationen über ihr aufgesaugt und steuert mit einer Gelassenheit und Klugheit durch ihr noch junges Leben, wie man es von der GenZ kennt. Klar im Weltbild und mit einem Plan. Nach ihrem Bachelor in Hamburg ist sie natürlich(!) ins Ausland gegangen und hat in Portugal ihren Master in Business Analytics gemacht. Ich weiß nicht einmal genau, was das ist. Aber sie arbeitet andauernd in irgendwelchen Start-Ups und geht wohl bald nach München, weil dort die meiste ökonomische Kraft ist. Und das beste Wetter. Und der Eisbach. So habe ich eine Ausrede, hin und wieder nach München zu fahren. Nice.

Ich mag die Generation Z, obwohl die in der Öffentlichkeit so viel auf den Deckel kriegen. Ich habe über unsere Kinder ausschließlich kluge, fleißige, entspannte und entscheidungsfreudige Menschen aus der GenZ kennenlernen dürfen. Die meisten davon junge Frauen, ohne die ich ehrlich gesagt schon des Öfteren den Glauben an die Menschheit verloren hätte. Das meine ich sehr ernst. **Die Zukunft ist weiblich, oder sie ist nicht. Micdrop.**



EXTREM GEFÜHLT: DER PODCAST

In einer Welt, die oft so tut, als hätte sie alles im Griff, sind Hannah und Sophia die angenehme Störung im System. Die beiden Stuttgarterinnen, die sich in einer Podcast-Agentur kennenlernten, betreiben mit „extrem gefühlt“ eine Art öffentliche Herz-Operation am offenen Mikrofon. Es war ein bisschen Liebe auf den ersten Blick, begründet auf dem seltenen Dreiklang aus gleichem Humor, gleichen Träumen und – wie sie es selbst entwaffnend ehrlich nennen – den gleichen psychischen Problemen.

Dass ihr Podcast „extrem gefühlt“ heißt, ist kein Marketing-Gag, sondern eine Zustandsbeschreibung. Sophia und Hannah fühlen Emotionen „mal tausend“. Das Spektrum reicht dabei von der existentiellen Angstspirale bis hin zur rasanten Wut, wenn der Ärmel mal wieder am Türhenkel hängen bleibt. Während andere mühsam versuchen, ihre Fassade zu wahren, haben die beiden den gesellschaftlichen Filter für „zu private“ Themen schlicht nicht eingebaut bekommen. Sie sind stolze „Oversharer“, die Schamgrenzen einreißen wollen, weil sie sich früher selbst Gespräche gewünscht hätten, die mentale Gesundheit enttabuisieren. Der Podcast ist auch eine Bestandsaufnahme des Älterwerdens. Hannah blickt mit Respekt auf die kommende 30, während Sophia bereits dort angekommen ist und das Jahrzehnt als Befreiung feiert. Es ist dieser „Zauber“ der 20er – das Gefühl, erwachsen zu sein, ohne es zu sein –, der im Kontrast zur Klarheit der 30er steht. Sophia betont, dass man mit 30 endlich besser weiß, was man nicht mehr will.





Für das Magazin Kunst&Kante definieren die beiden den Begriff der „starken Frau“ neu. Weg vom Bild der unantastbaren Karrierefrau, hin zur radikalen Authentizität. Stärke bedeutet für Hannah, Gefühle zuzulassen, die gesellschaftlich oft als Schwäche abgestempelt werden: Ängste, Unsicherheiten und Tiefpunkte. Sophia sieht ihre Vorbilder nicht in einzelnen Ikonen, sondern im Kollektiv der Frauen, die gleichzeitig Care-Arbeit leisten, Karrieren aufbauen und über Gefühle sprechen, obwohl ihnen ständig Hürden in den Weg gestellt werden. „Girls: Wir sollten uns niemals einreden lassen, wir seien ‚zu laut‘ oder ‚zu viel‘. Wir dürfen genauso Raum einnehmen wie jeder andere auch.“

Dass sie dabei nicht immer wissen, wie sie sich gerade fühlen, gehört zum Konzept. Oft ist es ein emotionales Durcheinander, das erst im gegenseitigen Austausch oder durch Therapie sortiert werden kann. Wenn eine von beiden in Zwangsgedanken feststeckt, hilft der Blick der anderen von außen. Diese Offenheit hat ihren Preis: Es gab Momente, in denen eine Folge ausfallen musste, weil es Sophia psychisch nicht gut genug ging. Doch genau diese Ehrlichkeit ist es, die ihre Community bindet.

Hannah und Sophia wollen zeigen, dass man sensibel und gleichzeitig laut sein kann. Dass man funktionieren darf, aber nicht muss. Ihr Ziel für den Podcast ist simpel, aber tiefgreifend: Die Menschen sollen merken, dass sie mit ihren Gedanken nicht allein sind – und dass man das ganze Chaos am besten mit einer ordentlichen Portion Humor erträgt.

CYCLING-SOPHIE



VIERTES LEBEN, RAW AUTHENTICITY & LAUTE MUSIK

Warum Cycling-Sophie auf dem Weg zu weltweiter Community-Anarchie keine Gefangenen macht. Wer eine glattgebügelte Fitness-Influencerin sucht, die zu seichten Radio-Charts lächelnd in die Kamera winkt, ist hier falsch. Komplett falsch. Sophie ist das genaue Gegenteil von weichgespült. Sie ist eine Frau, die im Leben absolut nichts geschenkt bekommen hat. Eine, die heute bereits ihr viertes Leben lebt und dabei eine unbändige, fast schon unheimliche Willenskraft an den Tag legt. Ihr Ziel? Nicht weniger als das größte Zuhause für Indoor Cycling Workouts auf YouTube aufzubauen – zusammen mit der besten Community weltweit. Ein Ort für jeden, an dem Sport endlich wieder gemeinsam, authentisch und echt gelebt wird.

Der Weg dorthin war kein Sprint auf makellosem Asphalt, sondern ein verdammt harter Ritt. Wer heute Sophies Content sieht, blickt auf ein Endprodukt, das auf dem Bildschirm mitunter völlig entspannt wirkt. Ob 10 oder 90 Minuten – dahinter steckt eine brutale Menge an Arbeit, die weit über das bloße Treten der Pedale hinausgeht. Es beginnt bei der Musiksuche, dem zeitintensivsten Teil überhaupt: Weil Charts-Musik tabu ist und 90 Prozent der Musik auf herkömmlichen Stock-Plattformen für ihre Workouts schlicht unbrauchbar sind, gleicht die Selektion einer akustischen Schatzsuche. Es folgen das Bauen der Playlist, das Integrieren von Techniken und das Einstudieren des Workouts – was Sophie meistens beim Spazieren erledigt. Nach Drehvorbereitung und dem Schießen der Thumbnails folgt der eigentliche Dreh. Während Intro und Outro bei Versprechen mehrere Takes brauchen dürfen,

ist das Workout selbst Gesetz: Es ist immer ein One-Take. Komplette Authentizität. Sie will zu jedem Zeitpunkt genau spüren, wie es ihren TeilnehmerInnen am anderen Ende der Leitung geht. Post-Production, YouTube-Upload, SEO, Werbung und Veröffentlichung erledigen sich schließlich auch nicht von allein.

Vom Mobbing-Opfer zur Triebfeder der Veränderung

Dass Sophie heute diese extreme Disziplin verkörpert, ist das Resultat einer harten Vergangenheit. Sportlich war sie keineswegs schon immer. Bis zu ihrem 12. Lebensjahr wurde sie im schulischen Sportunterricht ausnahmslos als Letzte gewählt. „Die dicke Sophie“ nannte man sie damals liebevoll – oder eben das, was man in der Schule unter liebevoll versteht. Mobbing begleitete sie über eine lange Zeit. Durchgestanden hat sie diese Jahre nur dank sehr starker Eltern und einer Schwester, die sie immer wieder aufgemuntert hat.

Doch statt heute in Bitterkeit zurückzublicken, empfindet Sophie eine tiefe, fast schon rebellische Dankbarkeit für die Menschen, die sie damals drangsaliert haben. Sie waren die ultimative Triebfeder für ihre Veränderung, ihren starken Willen und ihr Durchhaltevermögen. Die verletzenden Gefühle von damals hat sie komplett in pure Energie umgewandelt. Sie ist willensstark, blickt nach vorn und lässt sich durch nichts auf dieser Welt von ihrem Weg abbringen. Wenn sich dieser Weg mal leicht verändert hat, ist sie sich dabei immer treu geblieben. Und noch etwas hat diese Zeit bewirkt: Sophie ist der letzte Mensch, der andere aufgrund ihres Aussehens verurteilt.

Ihr gesamter Content verfolgt nur eine einzige Mission: Andere zu motivieren, zu inspirieren und gerade in schwierigen Zeiten zu unterstützen.

Auch ihr Weg zum Indoor-Cycling entspringt keiner plötzlichen Lifestyle-Eingebung, sondern einem einschneidenden Schicksalsschlag. Im Jahr 2018 wurde sie auf dem Heimweg von der Arbeit auf dem Fahrrad von einer Autofahrerin angefahren und schwer verletzt. Ein Moment, der alles veränderte – und sie schließlich zum Indoor-Cycling brachte. Hier, in den eigenen vier Wänden, kann sie ohne den unberechenbaren Einfluss von anderen VerkehrsteilnehmerInnen Sport treiben. Und, ganz wichtig für den Kunst&Kante-Vibe: das Ganze bei richtig lauter Musik.

Für Sophie hängen Bewegung und mentale Gesundheit untrennbar zusammen; das eine kann ohne das andere schlicht nicht funktionieren. Wenn sie Sport treibt, geht es ihr unendlich viel besser – und das trotz einer chronischen Erkrankung, die sie ebenfalls fordert, aber nicht aufhält. Täglich kilometerweit draußen zu fahren, ist ohnehin Geschichte. Heute fährt sie nicht mehr jeden Tag, denn Sophie weiß genau: Ab Mitte 20 müssen Frauen einfach ganz anders trainieren, als sie es in ihrer Jugend getan haben. Es geht um Effizienz, um echte mentale Stärke und um den Aufbau eines geschützten Raums für Gleichgesinnte. Sophie zieht ihr Ding durch – laut, echt und ohne Kompromisse.





Wie Influencerin Hannah die Hochglanz-Welt mit Sauerländer Schnauze zerlegt.

Teilzeit-Content-Creator, Vollzeit-Legende und offiziell zertifizierte Bierexpertin. Hannah passt in keine Schublade – und hat genau darauf auch absolut keinen Bock. Während das Influencer-Business im perfekt glattgebügelten Hochglanz-Feed erstickt, bringt sie das mit, was der Social-Media-Welt am meisten fehlt: Echte Kanten.

Für unser Thema „Starke Frauen“ haben wir mit ihr über den Mythos Perfektion, den Umgang mit Hate und die ungefilterte Wahrheit hinter der Kamera gesprochen.

Wer Hannahs Content verfolgt, merkt schnell: Hier wird nicht lang geschnackt, hier wird gelebt. Das fängt schon beim Feierabendbier an. In einer Filterblase, in der sonst nur Matcha-Lattes und Detox-Smoothies fotogen in die Kamera gehalten werden, ist sie die erfrischende Ausnahme. „Dass das eine oder andere Bierchen zum Bergfest gehört, steht schon fast im Grundgesetz“, lacht sie direkt im Einstieg.

Wer jetzt aber glaubt, sie hätte den Zapfhahn direkt am Nachttisch montiert, irrt sich gewaltig. Die Community dichtet ihr zwar gerne den täglichen Exzess an, doch Hannah bleibt entspannt im Genuss-Modus. Seriös bleiben unter der Woche – zumindest so halbwegs. Es ist genau dieser nahbare Vibe, der zeigt: Hier inszeniert sich niemand künstlich.

BIER, CONTENT & ETWAS GELABER

Ihre berühmte „Sauerländer Schnauze“ ist ihr Markenzeichen. Direkt, ungefiltert, laut. Eigenschaften, die man im strategisch kalkulierten Kosmos der Creator-Agenturen selten findet. Doch eckt man mit so viel ungebremseter Authentizität nicht zwangsläufig an? Hannah sieht das gelassen. Vielleicht auch deshalb, weil Social Media für sie ein reines, wenn auch privilegiertes Hobby ist. Hauptberuflich steht sie ganz normal im echten Vollzeit-Arbeitsleben. „Ich stecke in diesem klassischen Business gar nicht so tief drin“, gesteht sie. Die Szene, die sie bisher kennengelernt hat, erlebt sie ohnehin vielseitiger und entspannter als gedacht. Und ihre ungeschönte Art? „Die ist bisher noch nirgends hart aufgeprallt. Am Ende ist eben doch noch Platz für echte Charaktere. Und wenn nicht, dann sorg ich eben eigenhändig für frischen Wind.“

„Ich habe selbst keine Lust, rund um die Uhr die Hochglanz-Version von mir zu spielen. Meinungen aus dem Off dürfen einfach nicht lauter sein als meine eigene.“

Wir alle kennen den unerträglichen Druck der unerreichbaren Schönheitsideale auf Instagram, TikTok und Co. Jeden Tag die perfekte Version seiner selbst abzuliefern, brennt aus. Auch an Hannah geht das nicht spurlos vorbei. Es gibt diese Tage, an denen der Blick in den Spiegel nur ein genervtes „Dat kannst du jetzt wirklich keinem zumuten!“ hervorruft. Der Unterschied zu den Hochglanz-Ikonen? Ihr ist es schlichtweg egal. Die Rettung vor dem Perfektionswahn ist ihre eigene Community. Das Feedback ihrer Followerinnen ist eindeutig: Sie schätzen das „Normale“, das Ungestellte. Es ist das Gefühl, mit einer guten Freundin zu sprechen,

statt einer Werbetafel zuzugucken. Das gibt ihr die Kraft, genau so weiterzumachen – egal ob an guten Tagen, an schlechten Tagen oder in all dem Chaos dazwischen. Dass Frauen im Netz deutlich heftiger, persönlicher und misogynen angegangen werden als Männer, ist bittere Realität. Hannah hat Glück: Sie bleibt im digitalen Alltag weitgehend von den klassischen Hate-Wellen verschont. Wenn doch mal eine giftige Nachricht reinflattert, gilt für sie: Nicht an sich ranlassen, dicke Haut aufbauen und weiter geht's.

Sie weiß, wie privilegiert sie mit diesem dicken Fell ist, denn für viele geht digitaler Terror tief unter die Haut. Ihre Ansage an die Tastatur-Krieger ist unmissverständlich: „Hass ist einfach komplett unnötig. Wer was zu sagen hat, bitte mit Stil. Kritik ist völlig okay, aber Respektlosigkeit kann man sich sparen. Die Leute da draußen kennen nur einen winzigen Bruchteil von mir, nicht mein echtes Leben.“

Für unsere aktuelle Ausgabe haben wir das große, oft leergequatschte Schlagwort „Starke Frauen“ auf den Prüfstand gestellt. Für Hannah ist die Definition frei von PR-Floskeln: Eine starke Frau akzeptiert und liebt sich selbst, zieht ihre Ziele durch und steht kompromisslos gegen Ungerechtigkeiten auf – für sich und für andere.

Ihr unerschütterlicher Optimismus und ihr Selbstbewusstsein wurden ihr keineswegs in die Wiege gelegt. In der Jugend war das Ganze laut eigener Aussage eher „ausbaufähig bis katastrophal“. Das Leben selbst und ironischerweise gerade die Konfrontation auf Social Media haben sie geformt.

Jede neue Herausforderung war ein Schritt heraus aus der Unsicherheit. Stärke entsteht eben nicht unter perfekten Bedingungen, sondern wächst an den Rissen im Fundament. Fragt man Hannah nach ihrem ultimativen Vorbild für Stärke, fällt kein Name einer fernen Berühmtheit oder historischen Ikone. Die Antwort kommt wie aus der Pistole geschossen: „Mama.“ Egal was war, sie hat immer einfach gemacht. Sie hat gehalten, unterstützt und dabei oft viel mehr ausgehalten, als man von außen jemals sehen konnte. Es ist die größte, stillste Form von Stärke: Lieben, kämpfen, weitermachen – ganz ohne lautes Drama, aber mit unendlich viel Herz.

Zum Schluss wird es noch einmal politisch im Raum. Wenn Hannah einen Wunsch frei hätte, wie die Gesellschaft mit starken Frauen umgehen sollte, dann ist es das sofortige Ende der Stigmatisierung. Schluss damit, dass Frauen, die Raum einnehmen, sofort als „zu laut“ oder „zu viel“ abgestempelt werden. Stärke darf kein Etikett sein, für das man sich rechtfertigen oder entschuldigen muss. Keine Frau sollte sich jemals wieder kleiner machen müssen, nur um für ihr Umfeld bequemer zu sein. Und das gilt vor allem untereinander: „Ein bisschen weniger Konkurrenzdenken. Eine starke Frau verliert absolut nichts von ihrem Glanz, nur weil neben ihr eine andere starke Frau steht.“



MUTTERSCHAFT, MENTAL LOAD & MEHR REALITÄT

Wie Marlies das Dogma der perfekten Erziehung entzaubert. Marlies ist 29, dreifache Mutter, Influencerin, Podcasterin und Autorin. Ihr jüngstes Kind ist gerade erst ein paar Wochen alt. Sie ist das Gegenteil von dem, was die Gesellschaft unter einer „Insta-Mom“ versteht: Bei ihr gibt es keine glattgebügelten Erziehungsweisheiten, sondern die nackte, manchmal verdammt einsame Realität. Für unsere Ausgabe „Starke Frauen“ spricht sie über das Missverständnis der bedürfnisorientierten Erziehung, toxisches Mom-Shaming und warum das Badezimmer der falsche Ort zum Weinen ist.

„In erster Linie bin ich wohl Mama“, steigt Marlies ein. Ein Satz, der heute fast schon mutig ist in einer Welt, in der Frauen lange darum kämpfen mussten, nicht mehr nur über die Gebärfähigkeit definiert zu werden. Doch für Marlies ist klar: Ohne die Mutterschaft gäbe es weder ihr heutiges Ich noch ihre Social-Media-Kanäle.

Das Mutterwerden mit 23 Jahren war für sie vor allem ein einsamer Prozess. Während die Freunde im Studium steckten, kam kurz nach der ersten Geburt der Corona-Lockdown. Die Familie? Über 600 Kilometer weit weg. In dieser Isolation wurde das Netz zu ihrem Rettungsanker. Marlies fing an, ihre Realität zu teilen – nicht für die Likes, sondern um anderen Müttern zu zeigen: Du bist verdammt noch mal nicht allein mit deinen Sorgen.

Fragt man Marlies, wann sie das letzte Mal wirklich stark sein musste, schüttelt sie den Kopf. „Ganz ehrlich? Noch nie.“ Sie reflektiert ihre Situation messerscharf: Ein stabiler finanzieller Background,

gesunde Kinder und eine Familie, die sie unterstützt, sind Privilegien, die nicht jeder hat.

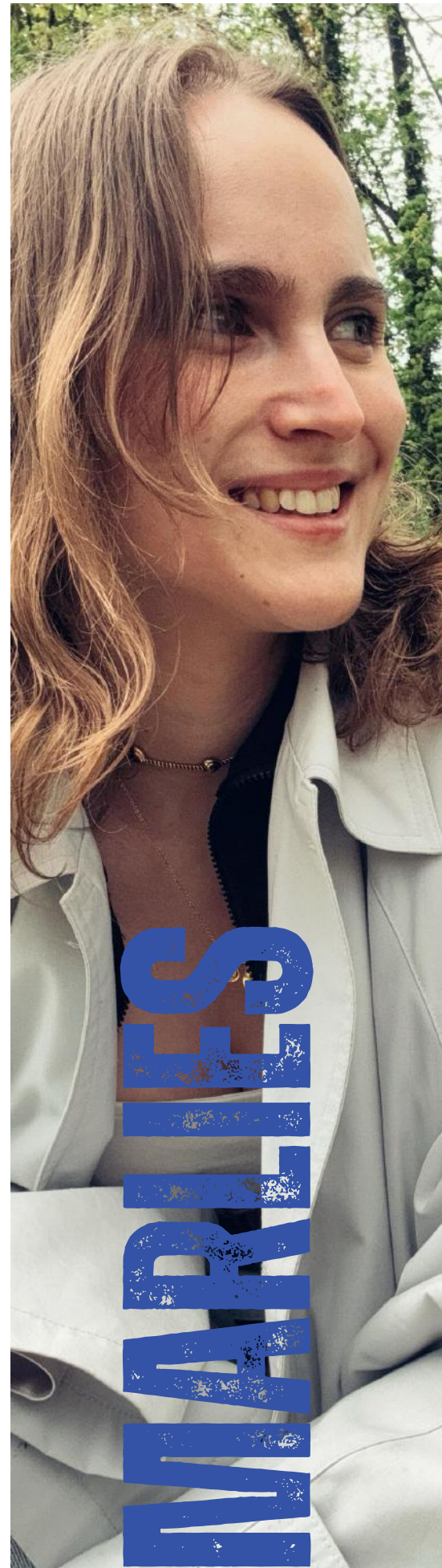
Ihre größte Herausforderung war es lediglich, sich von den gesellschaftlichen Erwartungen an eine Mutter freizumachen. Ihre mentale Gesundheit zieht sie aus einer simplen, aber radikalen Dankbarkeit für dieses Glück.

„Die bloße Abwesenheit von ‚Hör auf zu heulen‘ mit der inneren Einstellung ‚Mein Kind ist wütend und das ist okay‘ ist im Grunde völlig ausreichend.“

Die sogenannte „bedürfnisorientierte Erziehung“ steht oft in der Kritik, weichgespült oder grenzenlos zu sein. Marlies sieht das Problem jedoch nicht im Konzept, sondern in der Umsetzung. „Ich habe es mir lange vorgestellt wie bei den Sims“, gibt sie offen zu. „Sind alle Bedürfnisse erfüllt, sind die Balken grün und dem Kind geht es gut.“ Das Resultat? Aus Angst vor unerfüllten Bedürfnissen setzte sie zu wenig Grenzen.

Heute weiß sie: Es ist ein schmaler Grat zwischen Wunsch und Bedürfnis. Man muss einen Wutanfall nicht 50-mal am Tag am Boden kniend mit therapeutischen Sätzen begleiten. Das zermürbt und nervt. Stärke bedeutet hier nicht, sich selbst aufzuopfern, sondern im Raum zu bleiben, Sicherheit auszustrahlen und zu vermitteln: „Es ist okay, dass du wütend bist, das Leben geht weiter und wir sind in Sicherheit.“

Während viele Eltern ihrer Generation gegen veraltete Phrasen der älteren Verwandtschaft ankämpfen müssen, hat Marlies ein anderes Problem:





Die Ideologien auf Social Media. Die Flut an ungefilterten Ratschlägen und Dogmen im Netz ist oft lauter als die eigene Familie. Wenn sie heute nicht weiterweiß, ruft sie ihre eigene Mutter an. Deren Erfahrungswerte sind für sie der Kompass, um sich durch den digitalen Optimierungswahn zu wühlen – selbst wenn sie sich am Ende entscheidet, es anders zu machen. Nirgendwo wird so unbarmherzig geurteilt wie unter Müttern. Sobald das Leben mit Kindern zum Eiertanz wird, trifft jede Kritik ins Schwarze. Marlies reagierte früher defensiv auf Kommentare, heute – beim dritten Kind – lacht sie darüber, wenn jemand den Schnuller kritisiert. Ihr Schutzschild ist die eigene Sicherheit geworden. Sie hat verstanden, dass hinter den giftigen „Besserwisser-Komentaren“ im Netz meistens nur die tiefe, eigene Unsicherheit der anderen Mütter steckt.

Beim Thema Mental Load – der unsichtbaren Organisationslast, die meist an den Frauen hängen bleibt – hat Marlies eine klare Haltung. Eine starke Frau ist nicht die, die alles alleine wuppt, sondern die, die sagt: „Ich mache das nicht mehr alleine.“

Das größte Learning dabei? Den Partner auch einfach mal machen lassen. „Ich musste akzeptieren, dass er es anders macht. Das Ergebnis ist anders, aber nicht schlechter.“ Wer ständig kontrolliert, gibt die Aufgabe nicht wirklich ab. Und ja, am Anfang gehen Dinge schief – die Windeln werden vergessen oder das Geschenk wird auf den letzten Drücker gekauft. Doch statt das sofort als böswillige Inkompetenz abzustempeln, plädiert Marlies für Fehlerfreundlichkeit: „Wenn mir etwas durchrutscht, reagiert mein

Mann auch verständnisvoll.“ Ihr Vorbild in Sachen Stärke ist, genau wie bei Hannah, die eigene Mutter. In ihrem Buch „Vorbildlich unperfekt“ beschreibt Marlies deren Weg: Als Kind portugiesischer Gastarbeiter kam sie ohne ein Wort Deutsch nach Deutschland, wurde von Lehrern als „dreckige Ausländerin“ beschimpft und boxte sich trotzdem bis zum Abitur und in eine Führungsposition durch. Sie arbeitete nachts, stemmte den Job ohne die heutigen Kita-Strukturen im Homeoffice und war trotzdem für ihre Kinder da. „Mir war schon als kleines Kind klar, dass meine Mutter die stärkste Frau ist, die ich kenne.“

Für Marlies unterscheidet sich eine starke Frau nicht von einem starken Mann: Es bedeutet, für das einzustehen, was einem wichtig ist – egal, ob andere an einen glauben oder nicht.

Und ihr Rat an die Mutter, die gerade verzweifelt und weinend auf dem Badezimmerboden sitzt? „Du darfst weinen und alle dürfen es sehen.“ Es ist unfair, sich selbst einzuschließen. Wenn die Gefühle der Kinder Raum haben dürfen, dann müssen es die eigenen erst recht. Tränen gehören nicht auf den kalten Fliesenboden versteckt, sondern dorthin, wo Geborgenheit ist.





SINGLE-MOM-REALITY & DER GIRLBOSS-MYTHOS

Warum Hayley den härtesten Job der Welt ohne Perfektions-Bullshit wuppt.

Hayley ist zweifache Jungs-Mama, Podcasterin („Mom Mess“) und unfreiwillig, aber verdammt konsequent, immer noch eine Art Single Mom. Während die Hochglanz-Vogue predigt, dass feste Partnerschaften out sind, und Social Media den kinderlosen Girlboss feiert, stemmt Hayley den Alltag allein. Für unsere Ausgabe „Starke Frauen“ rechnet sie mit dem Zwang zur perfekten Super-Woman ab und zeigt, warum wahre Stärke im ungeschönten Chaos liegt.

„Die ‚gute‘ Mutter gibt es schlichtweg nicht“, stellt Hayley direkt klar. Sie bricht radikal mit dem gesellschaftlichen Druck, eine fehlerfreie Performance abzuliefern. Wer heute als Frau Kinder kriegt, soll bitte schön gleichzeitig die perfekte Ehefrau, die erfolgreiche Karrierefrau, die sportliche Fitness-Ikone und die allzeit bereite Freundin sein.

Für Hayley ist dieser Perfektions-Anspruch gefährlicher Bullshit. Mama sein bedeutet für sie nicht, fehlerfrei zu funktionieren, sondern selbst an den unvorhersehbaren Aufgaben zu wachsen, die das Leben einem hinknallt. Es geht nicht um Vorzeigekinder, sondern darum, kleine Menschen zu emotional stabilen Individuen mit echten Werten zu erziehen. Wer das versteht, lässt den Perfektions-Zwang am Wickeltisch zurück.

Ein Satz aus der Vogue bringt den Zeitgeist der Gen Z auf den Punkt: „Having a boyfriend is embarrassing“. Freiheit, Unabhängigkeit, Mental Health und finanzielle Unabhängigkeit stehen ganz oben.

Man arbeitet für das Traumauto, die Luxusreisen, die schicke Wohnung – und will bloß nicht abhängig sein von einem Mann. Das Vertrauen in lebenslange Beziehungen tendiert gegen Null.

Hayley versteht das absolut: Warum sollten Frauen auch Jahre ihres Lebens damit verbringen, Kinder großzuziehen, die gesamte mentale und physische Last allein zu tragen, sich beruflich komplett ins Aus zu schießen und im schlimmsten Fall am Ende ohne jede Unterstützung dazustehen? Es erfordert eine verdammt starke Frau, diesen Deal heute noch bewusst einzugehen. Hayley hat ihn angenommen – und führt den Alltag nach der Trennung vom Vater seit der zweiten Schwangerschaft allein. Eine Single Mom aus Überzeugung und Realität.

„Warum sollten Frauen Jahre ihres Lebens opfern, die gesamte Last tragen und am Ende alleine dastehen? Mutter zu sein erfordert heute eine ganz neue, radikale Form von Stärke.“

Früher, so das Standard-Argument von Kritikern, haben Familien Kinder auch ohne Geld großgezogen. Hayley wischt diesen verstaubten Vergleich trocken beiseite: „Früher war alles anders, daran kann man heute nichts mehr messen.“ Um heute überhaupt nur klarzukommen und ein Minimum an Lebensqualität zu sichern, braucht es ein Vielfaches an Ressourcen.

Viele Familien verzichten auf weitere Kinder, weil der finanzielle Verzicht das eigene Lebensmodell sprengen würde.

Social Media gießt dabei permanent Öl ins Feuer. Auf der einen Seite steht der materielle Druck der glitzernden Konsumwelt, auf der anderen Seite wird die kinderlose, unabhängige Frau gefeiert, die rein materiell alles erreicht hat. Wer sich in diesem Spannungsfeld für eine Familie entscheidet, leistet harte gesellschaftliche Arbeit – die jedoch selten die Anerkennung bekommt, die sie verdient.

Warum tut man sich das also an? Kraft, Nerven, Zeit und Geld opfern, für einen Job, der oft undankbar wirkt? „Mama zu sein, lässt sich nicht rational erklären“, sagt Hayley. Ihre beiden Jungs sind für sie der Sinn des Lebens. Es ist keine Einbahnstraße: Nicht nur sie bringt ihnen etwas bei, sondern sie lernt von ihren Kindern die verloren gegangene Leichtigkeit des Erwachsenenlebens.

Mittlerweile sind ihre Söhne in einem Alter, in dem sie wie beste Freunde funktionieren, mit denen sie verreisen und über alles reden kann. Und auch wenn die Phase des Abkapselns kommen wird, weiß Hayley, dass dieses Band niemals reißt. Es ist die ultimative Form von Stärke: Zu wissen, dass man bedingungslos für jemanden da ist. Genau wie sie heute für ihre eigene Mutter da ist, wenn die Freunde alt werden und Hilfe gebraucht wird, werden ihre Jungs später für sie da sein. Reine, ungefilterte Liebe – ohne Verträge, aber mit maximaler Kante.





CHANGENGLEICHHEIT?

Eleni Rittmann ist Profifußballerin und Content Creatorin. Ihr Leben rotiert um den Ball, seit sie vier Jahre alt ist. Doch was passiert, wenn der eigene Körper – das absolute Kapital einer Athletin – plötzlich streikt? Für unsere Ausgabe „Starke Frauen“ spricht Eleni über den mentalen Überlebenskampf nach vier Operationen am selben Fuß, den Verlust der eigenen Identität auf der Tribüne und warum der ewige Vergleich mit dem Männerfußball einfach nur noch nervt.

Als Profi-Athletin spielst du nie nur gegen das gegnerische Team. Du spielst gegen den sportlichen Druck, um deinen Platz im Kader, gegen die Algorithmen von Social Media und permanent gegen dumpfe Vorurteile und Hass im Netz. Aktuell wiegt eine Front jedoch mental besonders schwer: Der Weg zurück nach einer schweren Verletzung. Wer das einmal durchgemacht hat, kennt die lähmende Ungewissheit bei dem Versuch, sich den eigenen Platz im Team wieder zu erkämpfen.

Wenn man Eleni nach ihrer persönlichen Superkraft fragt, muss sie nicht lange nachdenken: Unerschütterliches Durchhaltevermögen. Die letzten drei Jahre waren eine physische und psychische Tortur. Vier Operationen musste sie über sich ergehen lassen – alle am exakt selben Fuß. Jedes Mal wieder aufzustehen und sich durch die Reha zu quälen, war alles andere als ein Spaziergang. „Diese Superkraft hat mir mein Vater beigebracht“, erinnert sie sich. Schon als kleines Mädchen wurde ihr eingepflegt: Aufgeben ist keine Option.

„Ich finde den Vergleich zwischen Männern und Frauen im Fußball mittlerweile nur noch nervig. Wir müssen verdammt viel leisten, um überhaupt ein wenig Anerkennung zu erhalten.“

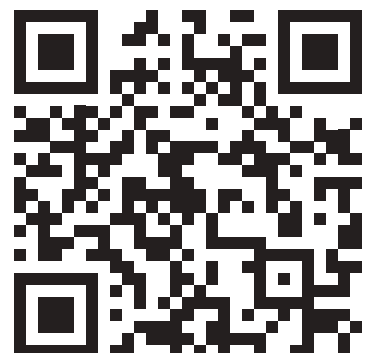
Wenn der Körper wochenlang streikt, macht das verdammt viel mit dem Kopf. Am Anfang lauerte das Gefühl der totalen Verlorenheit, auch wenn Eleni schnell versuchte, zumindest an Rumpf und Oberkörper weiterzuarbeiten. Viel härter traf sie die psychologische Komponente: Eine handfeste Identitätskrise. „Mein Leben baut sich rund um den Fußball auf, seit ich vier bin. Wenn das von heute auf morgen wegfällt, ist das extrem schwer.“ Plötzlich stellt sich die brutale Frage, wer man ohne den Sport überhaupt ist, wenn Familie und Freunde einen nur als „die Fußballerin“ kennen. Ein Zustand, an den sie sich nicht gewöhnen will: „Die nächsten Jahre werde ich definitiv nicht auf den Fußball verzichten können.“

Während der männliche Profisport oft wie ein verkrustetes System wirkt, in dem psychische Probleme oder Homosexualität totgeschwiegen werden, erlebt Eleni den Frauenfußball als spürbar offeneren Raum. „Bei den Frauen herrscht eine hohe Akzeptanz“, erklärt sie. Ob jemand homosexuell oder heterosexuell ist, interessiert in der Kabine niemanden. Am Ende des Tages zählt einzig und allein das, was du auf dem Platz für das Team leistest.

Wenn es um die Zukunft des Sports geht, wird in den Medien oft reflexartig die Lohnlücke zu den Männern diskutiert. Eleni fordert stattdessen etwas viel Fundamentaleres:

Chancengleichheit bei den Rahmenbedingungen. „Ich rede nicht über den Lohn. Ich rede über dieselbe Infrastruktur. Dass wir auf guten Rasenplätzen trainieren und spielen dürfen. Dass wir Zugang zu erstklassigen Physiotherapeuten und Ärzten haben.“ Wer professionelle Leistung verlangt, muss auch professionelle Bedingungen schaffen.

Ihre persönliche Definition von Stärke findet Eleni in ihrer besten Freundin, der Fußballerin Ana Marković, die sich komplett alleine nach oben durchgeboxt hat und sich trotz permanentem Gegenwind für die Rechte von Frauen einsetzt. Genau das bedeutet es für Eleni am Ende des Tages auch, eine starke Frau zu sein: „Wenn du für dich selbst eintreten kannst, obwohl viele versuchen, dich klein zu machen. Wenn du deinen eigenen Weg gehst, auch wenn der Gegenwind enorm ist – und wenn du trotz all dieser Herausforderungen am Ende des Tages ein Lächeln auf den Lippen hast.“





PARAGRAPHEN, FAMILIE & DER EXAMENS-MARATHON

Wenn die Examensklausuren unaufhaltsam näher rücken, wird das Leben zur absoluten Belastungsprobe. Neda blickt auf jahrelanges, extrem lernintensives Studieren zurück. Die letzten 1,5 Jahre bedeuteten gnadenlose Isolation am Schreibtisch, während die Care- und Familienarbeit parallel lückenlos weiterlaufen musste. „Aktuell fühlt es sich so an, als müsste ich jeden Tag stark sein“, gesteht sie unumwunden. Je kürzer die Tage bis zu den Klausuren werden, desto dünner wird das Nervenkostüm. Doch ans Aufgeben hat sie nie gedacht, selbst wenn familienfreundlichere Studiengänge eine Option gewesen wären. Jura ist ihre Passion und Neda zieht Dinge konsequent durch.

Wer sich als Mutter entscheidet, gesellschaftliche Erwartungen zu ignorieren und noch einmal komplett neu anzufangen, erntet selten nur Applaus. Tagtäglich schlagen Neda Vorwürfe aus der Social-Media-Bubble entgegen, sie würde ihre Kinder vernachlässigen, „nur“ um eines Tages finanziell unabhängig von ihrem Mann zu sein.

Während sie in ihren Zwanzigern noch von einem schlechten Gewissen geplagt wurde, sieht sie die toxische Kritik heute als Treibstoff. Für Neda zeigt es nur, wie wichtig es ist, laut zu sein: Mütter müssen ebenso frei entscheiden können, ob sie in den Beruf zurückkehren, ohne diesem gesellschaftlichen Druck ausgesetzt zu sein. Väter dürfen diese Freiheit schließlich auch uneingeschränkt und ohne Rechtfertigung leben.

„Mütter werden zerrissen, wenn sie sich im Studium verwirklichen wollen – während Väter diese Freiheit ganz uneingeschränkt und ohne Rechtfertigung leben dürfen.“

Obwohl Neda das perfekte Gesicht für diesen Schwerpunkt ist, blickt sie kritisch auf das Thema der Ausgabe. Sie hadert mit der Kategorisierung als „starke Frau“. Ihre Begründung hat Kante: „Wenn wir Frauen als ‚stark‘ betiteln, impliziert das im Umkehrschluss, dass es auch ‚schwache‘ Frauen gibt.“ Für Neda ist jede einzelne Frau stark – schlicht aus der Notwendigkeit heraus, weil diese Gesellschaft es tagtäglich kompromisslos von ihnen fordert.

Ihr eigenes Vorbild ist ihre Mutter, die in ihren Zwanzigern gezwungen war, mit drei Töchtern die Heimat komplett hinter sich zu lassen, um ihnen ein sicheres, freies und vor allem selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Von ihr hat Neda gelernt, laut zu sein und sich für andere einzusetzen. Eine Eigenschaft, die sie bald mit der nötigen juristischen Expertise untermauern wird. Ein organisatorischer Drahtseilakt wie dieser lässt sich nicht mit kreativem Chaos bewältigen. „Chaos wäre mein sicherer Untergang“, lacht Neda.

Ihr Alltag basiert auf rigorosem Zeitmanagement und festen Routinen. Da sie und ihr Mann in Hamburg komplett auf sich allein gestellt sind und keinerlei familiäre Unterstützung im Hintergrund haben, wird die Woche sonntags gemeinsam durchgetaktet.

Gleichzeitig sieht sie ihre Rolle als Mutter als juristischen Vorteil. In der oft abgehobenen Jura-Bubble zeigen ihre Kinder ihr jeden Tag, dass es außerhalb der Paragraphen noch eine echte Welt gibt. Sie holen sie aus dem Tunnel und nehmen ihr in heißen Phasen paradoxerweise genau dadurch den lähmenden Druck.

Für ihre eigenen Kinder hat Neda eine klare Vision. Sie will ihnen vorleben, dass man gesellschaftliche Rollenbilder und Erwartungen nicht stillschweigend schlucken muss, sondern aktiv durchbrechen kann. „Meiner Tochter möchte ich insbesondere vorleben, dass sie laut und fordernd sein darf und muss“, sagt sie. „Dass jedes Nein von außen für sie ein doppeltes Ja zu sich selbst sein sollte.“

Damit „studierende Mutter“ in Deutschland endlich kein Exotenstatus mehr bleibt, fordert sie echte Auffangnetze: eine solide finanzielle Absicherung für studierende Eltern und flexible Institutionen wie Kitas direkt an den Universitäten, die studierende Mütter bei der Platzvergabe konsequent bevorzugen.



IM LEBEN EINER „VERSAGERIN“?



„Man bekommt in der Schule ja nicht beigebracht, wie man arbeitslos ist“, sagt Jessica rückblickend. Die Kündigung traf sie komplett unvorbereitet. In einer Welt, in der „Ich hab so viel zu tun“ als Statussymbol gilt, bedeutet der plötzliche Jobverlust ein rüdes Erwachen. Der erste Impuls? Funktionieren. Jessica stürzte sich sofort in den Bewerbungsmarathon, absolvierte in manchen Wochen 15 bis 20 Gespräche – getrieben von der nackten Panik vor der Lücke im Lebenslauf.

LinkedIn als Endgegner: Authentizität statt toxischer Positivität

Kündigung einen Tag vor Ende der Probezeit. Zwei Tage vor dem Geburtstag. Mitten in einer betriebsbedingten Massenentlassung bei einem Influencer-Startup. Wer so etwas erlebt, zieht normalerweise den Kopf ein und schämt sich still im Kämmerlein. Nicht so Jessica. Als ehemalige Hochleistungsschwimmerin war sie jahrelang auf das gesellschaftliche Mantra gepolt: schneller, höher, weiter. Doch statt das Scheitern wegzumodeln, ging sie an Tag acht ihrer Arbeitslosigkeit dorthin, wo es am meisten wehtut: auf LinkedIn – den digitalen Endgegner für alle, die gerade keinen glanzvollen Corporate-Titel vorweisen können.

Im Interview spricht sie schonungslos offen über die Absurdität der Business-Plattform LinkedIn, den bürokratischen Ritt durch die Hölle der Arbeitsagentur-App und die schmerzhafteste Frage: Wer bin ich eigentlich, wenn die Berufsbezeichnung in meiner Bio fehlt?

Auf einer Plattform, auf der gefühlt jeder von siebenstelligen Umsätzen und unendlicher Produktivität strotzt, wirkt das Wort „arbeitslos“ wie ein Systemfehler. Eine bekannte Unternehmerin riet einmal öffentlich dazu, Menschen erst am Ziel mitzunehmen, nicht beim Scheitern. Jessica hält das für „vollkommenen Quatsch“. Ihr geniales Experiment startete im Wartezimmer einer Arztpraxis. Mit einer Prise Humor und einer gehörigen Portion Mut tippte sie ihren ersten Post: „Tag 8 im Leben einer Arbeitslosen“.

Der Beitrag schlug ein, weil er die künstliche Fassade der Plattform zertrümmerte. Aus dem vermeintlichen Einmal-Post wurde eine Content-Reihe, die einen Nerv trifft und ganz nebenbei das verstaubte Stigma rund um die Arbeitslosigkeit aufbricht. Das größte Learning dieser unfreiwilligen Vollbremsung? Die Erkenntnis, dass der Wert eines Menschen nicht an einen Arbeitsvertrag gekoppelt ist.

Als die gewohnte Struktur wegbrach, blieb für Jessica nicht „nichts“ übrig, sondern erstaunlich viel. Sie entdeckte Seiten an sich wieder, die im Hamsterrad der Leistungsgesellschaft schlicht verschüttet waren. Heute näht sie, malt, schneidet Videos, testet Padel-Tennis und betreut einen Golden Retriever, der zum Assistenzhund ausgebildet wird.

Fazit: Vom Krisenmodus zur notwendigen Chance

Fragt man Jessica heute, ob die Entlassung eine Krise oder eine Chance war, ist die Antwort differenziert. Am Anfang war es die pure Existenzangst. Heute ist es eine tief empfundene, wenn auch schmerzhaft Dankbarkeit.

„Ein Job kann von heute auf morgen weg sein. Man ist nie zu 100 Prozent sicher“, resümiert sie. Ihre Offenheit auf LinkedIn nutzt sie deshalb auch als Multiplikator. Denn je mehr Menschen das Tabu brechen und laut sagen: „Ich suche gerade“, desto schneller bewegen sich die Netzwerke. Jessica ist das beste Beispiel dafür, dass man ohne Jobtitel in der Bio nicht weniger wert ist – vielleicht ist sie gerade sogar mehr sie selbst als je zuvor.



ABER SEID IHR EUCH SICHER MIT DEM THEMA „STARKE FRAUEN“?

In etwa so war wohl die Reaktion vieler unserer Kolumnistinnen bei der Bekanntgabe des aktuellen Themas der vierten Ausgabe von Kunst und Kante. Doch wie viele hatten sich wohl getraut, auch etwas dazu zu sagen? Immerhin ist es schon etwas cringe dem Verleger gegenüber (dem man vielleicht noch nie in echt begegnet ist) eine Kritik am Thema zu formulieren. Unter Umständen kann so eine Zusammenarbeit an einem Magazin dann schonmal ungemütlich werden. Auch wenn ich jede Frau verstehe, die sich in so einer Situation lieber bedeckt hält.

Hier mein Appell:

Girls, traut euch zu sagen, wenn ihr etwas scheiße findet. Immerhin gibt es genug Macker da draußen, die mal eben auf dem Feminismus hype aufspringen, so wie Ski Aggu auf den „öffne dein drittes Auge“-Film (lol). Macker, die damit ihre Weste reinwaschen und nebenbei noch ordentlich Knete abgreifen, während sie weiter misogyne Narrative in die Welt pushen. Ich weiß auch, dass es hart nerven kann, solchen Männas noch zu erklären, was jetzt eigentlich genau das Problematische an ihrer Aussage ist und Babe du musst das nicht tun. Aber wenn du gerade die Kraft dafür hast oder dich einfach in der richtigen Zyklusphase befindest – gib ihm!

Für alle weißen Opas, die gerade gar nicht checken, was das Problem mit dem Thema ist:

Der Begriff „starke Frau“ wird im feministischen Diskurs oft kritisch gesehen, weil er suggeriert, dass Stärke bei Frauen etwas Besonderes oder Unerwartetes sei. Das erkennt man besonders daran,

dass sich der Begriff „starker Mann“ nie im selben Sinne etabliert hat, wie der der „starken Frau“. Männliche Stärke bleibt die unausgesprochene Norm. Außerdem wird kritisiert, dass mit „Stärke“ häufig Eigenschaften gemeint sind, die traditionell männlich codiert sind: Härte, Durchsetzungsfähigkeit, emotionale Kontrolle oder Karriereorientierung. Frauen gelten häufig dann als „stark“, wenn sie sich in diesen patriarchalen Leistungslogiken erfolgreich behaupten. Das ist nicht nur pseudofeministisch, sondern erzeugt auch Erwartungsdruck: Frauen sollen belastbar sein, keine Schwäche zeigen, Trauma, Erschöpfung oder Abhängigkeit überwinden.

Ein weiterer Punkt ist, dass der Begriff gesellschaftliche Probleme individualisiert. Statt strukturelle Ungleichheiten zu verändern, entsteht die Erwartung, Frauen müssten einfach „stark genug“ sein, um mit Sexismus, Überlastung oder Mehrfachdiskriminierung klarzukommen.

Intersektionale Ansätze betonen außerdem, dass nicht alle Frauen die gleichen Möglichkeiten haben, überhaupt als „stark“ anerkannt zu werden. Faktoren wie Klasse, Herkunft, Behinderung oder Aufenthaltsstatus beeinflussen stark, welche Formen von Weiblichkeit gesellschaftlich sichtbar oder respektiert werden. Da der Begriff von einer weißen Mittelschichtsperspektive geprägt ist, kann er Unterschiede zwischen Frauen verdecken und so tun, als hätten alle dieselben Voraussetzungen zur Selbstermächtigung.

[Der letzte Abschnitt wurde zu großen Teilen mit ChatGPT erstellt (HMDL). Ich leiste schon genug Care-Arbeit. KB jetzt mehrere Arbeitsstunden in feministische Aufklärungsarbeit zu stecken.]



Feli ist Studentin von gleich drei Fächern, weil eins zu langweilig wäre:

1. Theaterwissenschaft,
2. Literaturwissenschaft
3. Katalanische Sprache und Kultur.

Sie ist politisch in der Seebrücke aktiv und pflegt auf ihrer Arbeit Menschen mit schweren geistigen Behinderungen.

So quirlig wie diese Mischung, könnt ihr euch auch ihre Kolumnen vorstellen: Es geht um Pop-Kultur, Horrorfilme, Literatur und alles um dem Bereich des Geisteswissenschaftlichen Arbeitens.

Also macht euch gefasst, auf eine würzige Kolumne!

Mal mit einer Prise Wissenschaft, mal durch eher eigene Erfahrungsberichte.

KONZERTE & KÜNSTLER

LIVE. ERLEBEN. GENIESSEN.



29. AUGUST

Nachklang -
das Klavierduo



04. SEPTEMBER

Itsy Bitsy &
die Teenie Weenies



05. SEPTEMBER

Christian Brandes
Zauberkunst



25. SEPTEMBER

Männer Frauen
Katastrophen



12. SEPTEMBER

Arndt Baeck
Hommage an Udo Jürgens



19. SEPTEMBER

Carmen-Fantasie



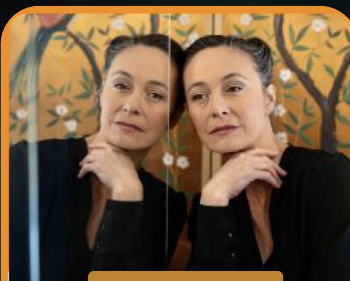
10. OKTOBER

Latin Kings
Hamburg



07. NOVEMBER

Jens Syllwaschy
& Kumpanen



13. NOVEMBER

Ella & Hilde
Hommage an Ella Fitzgerald
& Hildegard Knef



12. DEZEMBER

Falco Spitz
Mental magisches Kabarett

... und viele
weitere mehr!

NewLivingHome Theater im Atrium



Julius-Vosseler-Straße 40
22527 Hamburg



Tel: +49 40 40133 100
www.new-living-home.de



...UND AUF ST. PAULI BRENNT NOCH LICHT



Nun gut. Nach zwei Jahren in der ersten Liga ist jetzt erstmal Schluss. Der FC St.Pauli ist wieder da, wo er sich gefühlt immer befunden hat – in der Zweiten Liga. Eigentlich ist es ja fast egal, in welcher Klasse er spielt. Das Stadion ist immer ausverkauft, die Stimmung gigantisch und die Leidenschaft auch. Ich weiß ein Lied davon zu singen, war schließlich bei allen Bundesligaauftritten dabei. Auch schon, als in der Debutseason 77/78 Gerber und Kulka für das legendäre 2 zu 0 im Volkspark gegen den HSV sorgten. Seitdem bin ich Fan des Underdogs und auch Mitglied ab 1990. Mich kann also kaum noch etwas erschüttern in Sachen Millerntor. Zudem, was konnte und kann ich dafür, wenn sie triumphierten oder sich blamierten. Habe ja nicht mitgespielt, allenfalls zeitweise mitgelitten. Sei es wie es sei, dieses Auf und Ab gehört auf dem Kiez dazu, nicht nur beim Fußball.

Natürlich wird die abgelaufene Saison jetzt rauf und runter analysiert, von den sportlichen Verantwortlichen, der Mannschaft, den Fans und denen, die es schon immer wussten, dass der Zeckenklub ganz oben nichts zu suchen hat. Insbesondere einige Hardcore HSV'er empfinden jetzt Genugtuung. Sie sind wieder wer, die Größten in Hamburg und vergessen einfach die sieben Jahre der Zweitklassigkeit. Achtung! Sie sollten die Nase nicht zu hochtragen. Mal sehen, was ohne Vuskovic und vielleicht Viera passiert. Aber klar, den St.Paulianern wird es egal sein. Sie haben genug zu tun mit ihrer Aufarbeitung. Was wird aus dem Trainer, dem Sportdirektor, den Spielern. Wer bleibt, wer geht, wer kommt und wie überhaupt ist die Perspektive.

Klar wollen sie wieder hoch, aber auch klar, es kann wie so oft dauern.

Für mich ist die Saison abgehakt. Ich habe mich auch oft geärgert, manchmal geschimpft, manchmal gefeiert. Vielleicht hätte man sich in der Chefetage mehr um Fußball statt um all die anderen Themen kümmern sollen. Aber was weiß ich schon. Am Ende es einfach so hingenommen. Keine Lust weitere Ursachenforschung der verkorksten Spiele zu treiben. Schön, dass genug Zeit jetzt ist bis zum Start der zweiten Liga. Das Licht jedenfalls wird auf St.Pauli jedenfalls nie ausgehen.

Ach ja. Fast hätte ich es vergessen. Fußballpause ist ja nicht oder doch? Ist das noch Fußball, was in den USA, Kanada und Mexiko gespielt wird? Oder ist es einfach nur Profitmaximierung der Fifa mit Hilfe des Fußballfriedenspreisträgers Trump? Und wer darf am Ende tatsächlich mitspielen und dürfen Fans überhaupt rein oder, wenn ja, können sie das überhaupt bezahlen? Wird Elon Musk den WM-Ball aus dem All direkt auf den Anstoß Punkt einfliegen? Wird Infantino von Trump den Preis für Völkerverständigung bekommen? Wird überhaupt jemand Weltmeister? Werden am Ende die USA durch VAR Entscheid den Titel holen? Fragen über Fragen. Ich wünsche Euch allen einen schönen Sommer.



EL HOTZO



Credits: ©Max Sand

WARUM DAS DEUTSCHE FERNSEHEN SEINE RENTE VERWEIGERT

Sie stehen in der zweiten Reihe, kasieren die dicken Schecks, ernten die Lacher – und fressen heimlich ihren eigenen Frust. Die Rede ist von Sidekicks. Den ewigen Sparingspartnern, ohne die der große Showmaster im Scheinwerferlicht ziemlich alt aussehen würde. Doch was passiert, wenn das Ego der ewigen Nummer Zwei plötzlich meutert? Und warum klammert sich eine ganze Generation alternder Entertainment-Alphas so verzweifelt an Bildschirme und Mikrofone, während ganz Fernseh-Deutschland kollektiv den Kopf schüttelt?

Niemand könnte diese Medien-Absurditäten treffender sezieren als Sebastian Hotz, den meisten wohl besser bekannt als El Hotzo. Als wohl reichweitenstärkster Satiriker und Beobachter der Generation Social Media schießt er sonst täglich treffsichere Pointen via Instagram und X ab. Mit seinem neuen, rasanten Roman Sidekick verlässt er das klassische Kachel-Format und liefert eine bitterböse Medien-satire ab, die gleichzeitig Roadmovie und Entführungsdrama ist.

Wir haben uns mit dem selbsternannten „Internetclown“ zusammengesetzt. Ein Gespräch über millionenschwere Quoten-Projektionen, die Logik der Profitmaximierung im ÖRR und die Kunst, den eigenen Zenit mit Würde zu überschreiten (oder es für fünf Millionen einfach komplett sein zu lassen).

Was hat dich dazu gebracht, ein Buch über die "ewigen Sparingspartner" zu schreiben? Du hast ja durchaus das Potential der Showmaster zu sein.

Eigentlich ist der Sidekick, die Person neben dem großen Star, der perfekte Job. Oft mindestens gut bezahlt, nicht ganz so im Fokus wie der Hauptdarsteller, dennoch mit Lachern und Applaus bedacht. Eigentlich könnte man mit dieser Position sehr zufrieden sein, doch wie so oft im Leben, steht sowohl meiner Hauptfigur Boris, als auch seinen realen Vorbildern das Ego im Weg. Außerdem schreiben die Showmaster meistens selbst Bücher, Sidekicks sind völlig unterrepräsentiert!

Ob im Privatfernsehen oder im ÖRR, überall begegnen wir Menschen, die an Relevanz lange verloren haben, aber sich dennoch an alte Zeiten klammern - warum?

Die verlorene Relevanz ist in vielen Fällen ja durchaus Projektion, die allermeisten bekommen ja immer noch ihre Millionenquoten und -gehälter, das hilft über den Relevanzverlust oft ganz gut hinweg. Außerdem kann ich als jemand, der selbst den Zenit seiner öffentlichen Bedeutung vielleicht ein wenig überschritten hat, sehr gut nachvollziehen, warum man weitermacht. Vor den großen Hits und Erfolgen hat man diesen Job schließlich aus Freude und vielleicht sogar ehrlicher Begeisterung gemacht. Wenn mir mit 70 irgendein Sender 5 Millionen bezahlt, damit ich wieder Tweets schreibe, werde ich sicherlich nicht nein sagen!

Außerdem gibt es Sender, die für viel Geld versuchen, alte Showgrößen wieder groß zu machen, während ganz Fernseh-Deutschland den Kopf schüttelt. Kannst du dir das erklären?

Die Unterhaltungsindustrie ist den gleichen Gesetzen der Profitmaximierung unterworfen wie jede andere Industrie. Neue Formate und frische Gesichter sind vielleicht nicht so teuer wie ein Comeback von Stefan Raab, aber bergen oft kalkulatorisch ein höheres Flop-Risiko. Die ohnehin alternde Zielgruppe klassischer Fernsehsender ist darüber hinaus nicht ganz so empfänglich für neue Gesichter, deshalb ist es komplett logisch: nicht frisch kochen, sondern lieber aufwärmen!

Siehst du in Falk Anders, einem Protagonisten in deinem Buch, den Prototyp einer Generation, die ihre eigene Irrelevanz nicht akzeptieren kann?

Falk Anders steht natürlich prototypisch für jeden Entertainment-Alpha, aber auch für jeden alternden Politiker oder jeden Dorfvereins-Vorstand, der sich einfach nicht in die Rente verabschieden möchte. Das kann man als Leidenschaft für die Materie interpretieren oder aber als hilfloses Festklammern. Irrelevanz kann man dieser Generation zwischen 65 und 80 aber leider nicht vorwerfen, als ich zuletzt nachgesehen habe, wurden die größten Volkswirtschaften der Welt allesamt von Menschen dieser Altersgruppe regiert.

Wäre es für dich selbst schlimmer als ewiger Sidekick zu fungieren oder als alternder Showmaster, der seinen Absprung verpasst hat?

Als jemand, der von sich behaupten kann, schon wirklich alles erlebt zu haben, was er erleben wollte, kann ich mir nichts Schöneres vorstellen, als einen gut getimten Absprung. Alternativ auch gern ein Ego, das nicht immer im absoluten Scheinwerferlicht stehen muss.

Ist Sidekick eher eine Abrechnung mit dem Showbusiness oder eine Offenlegung von veralteten Strukturen?

Natürlich gibt es jede Menge Anspielungen auf reale Personen und echte Begebenheiten, aber Sidekick soll letzten Endes auch ein selbstironischer Blick auf diese Branche sein, die trotz allem der Ort ist, an dem ich nur zu gerne die nächsten 50-60 Jahre bis zur Rente verbringen möchte. Und natürlich ist Sidekick auch ein ordentliches Entführungs-drama!

Welches Gefühl sollen Leser:innen haben, während sie dein Buch lesen?

Am allerliebsten wäre es mir, wenn Sidekick ab und zu dazu führt, dass man laut aus der Nase ausatmen muss, für das ein oder andere empörte Umblättern sorgt und dafür, dass man das Buch an zwei bis drei Abenden durchliest, weil man es nicht weglegen kann. Und dass man mitnimmt, dass sich hinter den allermeisten beeindruckenden Bühnenpräsenzen ein weniger beeindruckender Charakter befindet.

Bist du in deinen Tweets eigentlich Showmaster oder dein eigener Sidekick?

Ich bevorzuge die Bezeichnung „Internetclown“

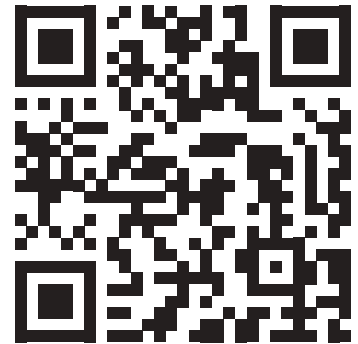
Das Tempo von "Sidekick" ist rasant. Ist das allgemein deine Art zu schreiben oder empfindest du es einfach passend für das Thema, einer so gehetzten Medienwelt?

Die immer wieder eingestreuten Artikel, Interviews, Podcast-Transkripte und Kommentarspalten

sollen sich zusammen mit der schnellen Handlung wie Scrollen anfühlen und ich glaube, das ist mir ganz gut gelungen. Sidekick ist schließlich nicht nur Mediensatire, sondern auch Entführung und Roadmovie, wie soll man das langsam erzählen?

Welche Frage hättest du gern noch beantwortet?

„Wie kann man dir am einfachsten 5 Millionen überweisen, damit du in Rente gehen kannst.“



Credits: ©Max Sand

BUCHEMPFEHLUNG: DER WEISSE UND DER ROTE MOND

Ich muss ein Geständnis ablegen: Im Großen und Ganzen lässt mich das Fantasy-Genre kalt. Zu oft überschwemmen stereotype Welten und die immer gleichen Abziehbilder den Markt. Doch dann stolpert man per Zufall über ein Buch, das alles anders macht. „Der weiße und der rote Mond“ ist der furiose Auftakt des fünfbandigen Asterion-Zyklus von Dr. Thomas Piesbergen – und ein absolut phantastisches Leseerlebnis.

Welcher Rollenspieler wünscht sich nicht sehnlichst, einmal in die Haut des eigenen Charakters zu schlüpfen? Doch was, wenn das wirklich passiert? Ein mysteriöses Spiel versetzt die Freunde Jonathan und Henri nach Asterion – eine fremde Welt, die von Machtkämpfen, religiösem Wahn und Gewalt erschüttert wird.

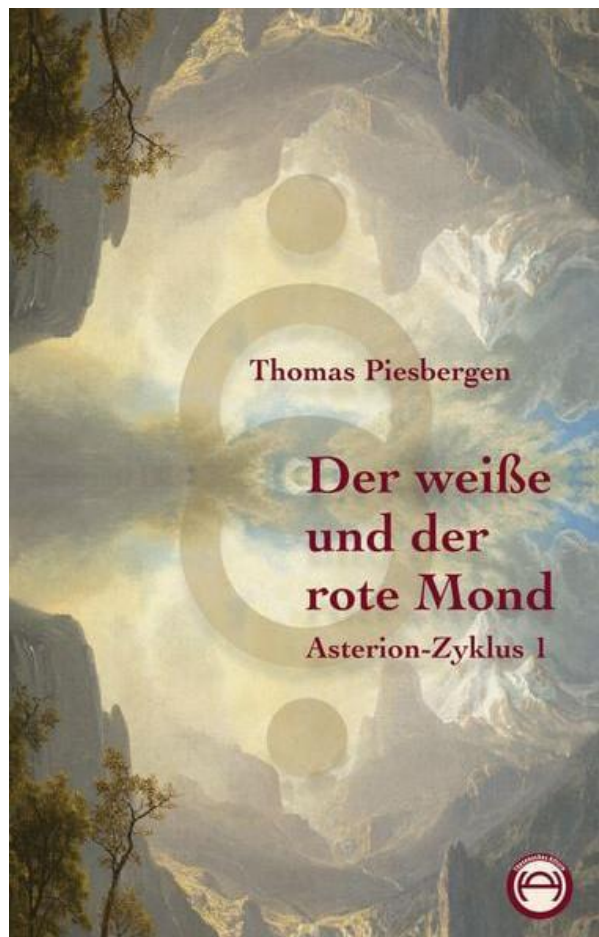
Auf der Suche nach einem Rückweg geraten sie in die Fänge übernatürlicher Wesen und eines grausamen Kultes. Der Roman beleuchtet intensiv, was diese Extremsituation mit ihrer Freundschaft macht. Ein genialer Kniff ist zudem die geheimnisvolle Qyü, die sich auf den Weg in die Menschenwelt macht. Wie sie in die Geschichte gehört, ist einer der interessantesten Schachzüge des Buches.

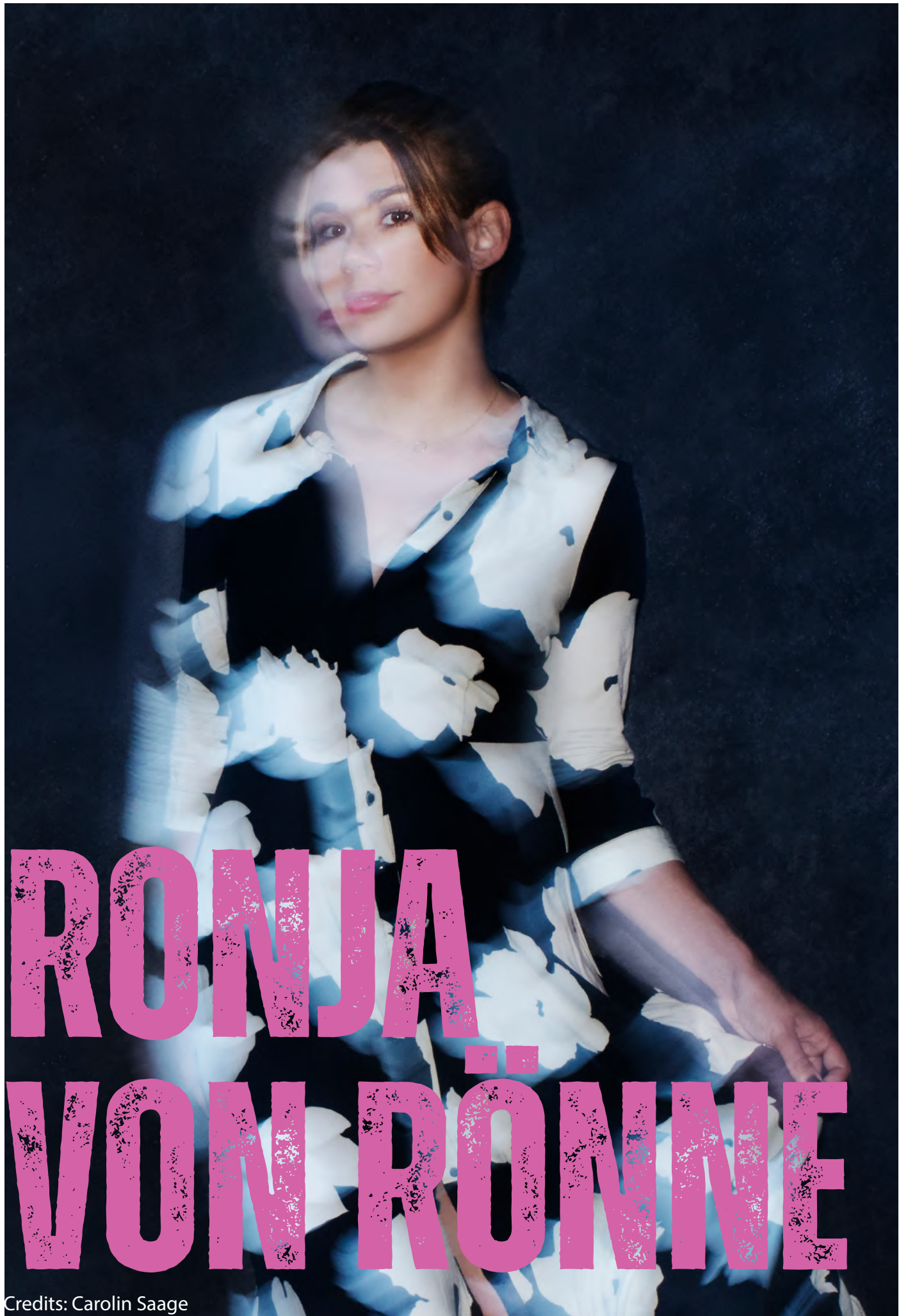
Was Asterion so besonders macht, ist der Verzicht auf Elfen, Zwerge und Standard-Fantasy. Das erhöht das Lesevergnügen enorm und öffnet einen völlig neuen Blickwinkel. Man merkt in jeder Zeile, dass Piesbergen mit immenser Liebe zum Detail ans Werk gegangen ist. Orte, Kultur und Namen ergeben Sinn; alles wirkt organisch und real. Sprachlich funktioniert das hervorragend: Ohne bildliche Keulen wer-

den sofort plastische Bilder vor dem geistigen Auge heraufbeschworen. Wer die düsteren Nuancen von H.P. Lovecraft mag, wird diese Welt lieben.

Dass das Buch diese Tiefe besitzt, kommt nicht von ungefähr. Der Hamburger Autor, Dozent für Storytelling und Musiker studierte Archäologie und Ethnologie, grub in Äthiopien aus und leitete jahrelang das St. Pauli Folk Festival. Hier schreibt jemand, der Kulturen nicht nur erfindet, sondern sie versteht. Nach 18 Jahren Arbeit ist dieser erste Teil seiner „Alternative-Fantasy“ nun endlich da.

„Der weiße und der rote Mond“ weitet die Grenzen des Genres und sticht aus dem literarischen Einerlei heraus. Eine absolute Empfehlung für Kunst & Kante. Da im Herbst bereits Band zwei erscheinen soll, bin ich definitiv wieder mit an Bord.



A portrait of a woman with dark hair, wearing a black and white floral patterned dress, set against a dark background. The text 'RONJA VON RÖNNE' is overlaid in large, bold, pink letters with a distressed texture.

RONJA VON RÖNNE

Credits: Carolin Saage

ALLES ERFUNDEN, ALLES EMPFUNDEN

Schriftstellerin, Moderatorin, das Gesicht unserer aktuellen Ausgabe und eine Frau, die keine Angst vor den eigenen Abgründen hat: Ronja von Rönne seziert in ihrem neuen Roman toxische Beziehungen, die Kunst des Selbstbetrugs und das bleierne Gefühl der Einsamkeit. Ein Gespräch über ein Buch, das eigentlich seichter werden sollte – und dann doch im besten Sinne abgerutscht ist.

Ronja von Rönne (Jahrgang 1992) ist niemand für das weichgezeichnete, persil-gewaschene Leben. Wer ihr folgt – ob im Feuilleton der Zeit, ehemals bei Streetphilosophy auf Arte oder im Format Unhappy –, weiß: Hier schreibt und spricht eine, die den Schmerz nicht wegmoderiert, sondern ihn einlädt und ihm einen Drink spendiert. Nach ihrem von der Kritik gefeierten Bestseller Ende in Sicht legt sie nun nach. Ihr neuester Roman widmet sich dem wohl größten Risiko, das wir im Leben eingehen: der Liebe – und all den hässlichen, leisen Abhängigkeiten, die aus ihr erwachsen können.

Ihr neues Buch ist dunkel, witzig, scharf und komisch zugleich. Es geht um Figuren wie Sabrina, die eine krebserkrankte Mitschülerin nur für die eigene Bewunderung instrumentalisiert, um Wilma, die an ihrer Schwiegermutter verzweifelt, und um Benni, der den Erfolg seiner Freundin nicht erträgt. Es ist ein tiefer Blick in den menschlichen Dachschaten.

Wir haben mit Ronja über das Schreiben, die Notwendigkeit von Lebenslügen und die Frage gesprochen, warum Einsamkeit eigentlich in unserer DNA liegt.

Ronja, wie bist du auf die Geschichten in diesem Buch gekommen? Gab es einen konkreten Auslöser?

Irgendwas muss da in mir gebrodelt haben. Es sollte eigentlich ein seichteres Buch werden und ist immer weiter abgerutscht. Kein Buch fiel mir so schwer zu schreiben wie dieses.

Du schreibst über fünf verschiedene Leben. Welches davon kommt deinem eigenen am nächsten?

Mein Schriftstellerkollege hat mal den klugen Satz gesagt: „Alles erfunden, aber alles empfunden.“ Das kann ich so unterschreiben.

Du beschreibst die Wahrheit im Buch als bloßes Konstrukt. Glaubst du, wir lügen uns alle nur durchs Leben, um nicht komplett durchzudrehen?

Selbstbetrug ist überlebenswichtig. Wir laufen alle durch die Jahreszeiten und verdrängen unsere Sterblichkeit. Wir reden uns ein, alles würde schon gut werden, wir trösten Menschen und sagen: „Die Richtige kommt, wenn man es am wenigsten erwartet.“

„Die Lüge ist wie Medizin: So viel wie nötig, aber so wenig wie möglich wäre vermutlich ideal.“

„Ohne Drama ist man niemand.“ Glaubst du wirklich, dass wir erst durch unsere Abgründe für andere interessant werden?

Nein. Meine Freundinnen sind meine Freundinnen, weil sie beides mit mir tun: mich auf Händen tragen und feiern, und mir eine Strickleiter zuwerfen, wenn ich im Abgrund gelandet bin. Aber ja, ein faltenfrei gebügelt, persil-gewaschenes Leben ohne Gebrauchsspuren ist vermutlich nicht eines, an das ich später zurückdenken möchte.

Du fragst im Buch, ob Einsamkeit eine Sprache ist, die man erst lernen muss. Hast du sie während des Schreibens fließend gelernt?

Frech von mir eigentlich. Blöde Frage eigentlich. Natürlich muss man Einsamkeit nicht lernen. Sie ist uns bleiern in die DNA gegossen, und das erste, was ein Baby nach der Geburt tut, ist, gegen sie anzuschreien.

Wie gut kennst du selbst das Gefühl von Einsamkeit? Viele verwechseln es ja eher mit dem bloßen Alleinesein.

Zu gut.

Welches Gefühl wünschst du dir für deine Leser:innen beim Lesen?

Obwohl oder vielleicht gerade weil das Buch sehr dunkel ist: Vielleicht schleicht sich beim ein oder anderen auch ein leises Trostgefühl ein. Weil man beim Lesen merkt: Oh, ich bin doch nicht die Einzige, die mit sich und dem Leben hadert. Und vielleicht nicht mal die Bekloppteste. Meine Figuren haben ja schon alle einen Dachschaten.

Gibt es eine Moral, die wir uns nach der Lektüre merken sollten?

Auf gar keinen Fall, das würde ich mir nie anmaßen.

Welche Frage hättest du denn selbst noch gern beantwortet?

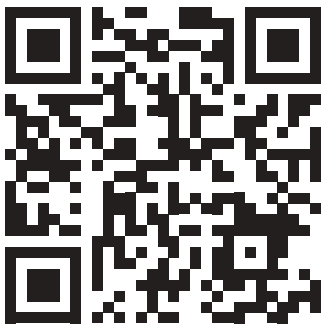
Ob Schreiben einsam macht. Aber eine Antwort darauf hätte ich dann doch nicht.

Das Buch zum Interview

Alles Liebe

Der neue Roman von Ronja von Rönne über toxische Beziehungen, leise Abhängigkeiten und die Frage, wie Nähe sich in Macht verwandelt. Berührend, komisch und befreiend.

Ab jetzt im Buchhandel.



Credits: Carolin Saage

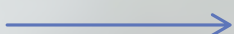
Bock auf 'nen geilen Auftritt?

Gutes Design macht mehr, als nur gut auszusehen: es schafft Vertrauen und zeigt Haltung. Manchmal entscheidet genau das darüber, ob man ernst genommen wird oder nicht.

Ich gestalte Markenauftritte für Selbstständige, die sichtbar werden wollen, ohne dabei wie alle anderen auszusehen.

Lass uns kennenlernen:
QR-Code scannen und
Erstgespräch buchen.

Logos,
Branding,
Websites



LETZTE BOLLWERKE DER FREIEN KULTUR UND SCHÖNSTE ORTE DER SUBVERSION TEIL ZWO – BIBLIOTHEK UND BUCHHANDLUNG

Real-Grotesken staatlicher Angriffe durch den BKM (Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien) auf die Kultur und Zensur aus dem Frühjahr 2026 samt flashback ins Frühjahr 1897

Motto:

Der Fall Voltaire – Adolf Paul – Heroische Komödien

Du Gilet d'Or: Sie haben ein Riesenglück, – ein ungeheures Fortune! Denn auf Ehre, es ist noch Niemand so gut verleumdet worden, wie Sie.

Voltaire: Ach so!

Du Gilet d'Or: Sie sind heruntergemacht worden, – na, ich sage Ihnen, großartig!

Voltaire: Für welche Wohlthat ist mir die Welt wieder undankbar? Was behauptet man denn wieder von mir?

Du Gilet d'Or: Nichts!

Voltaire: Nichts?!

Du Gilet d'Or: Nein, gar nichts! Aber so, daß man Alles von Ihnen glauben kann!

Im Frühjahr erwachte wieder die Natur, die Sinne flackerten hoch und offensichtlich mit auch gefährlichem politischen Wahn: Der BKM fühlte sich berufen nicht seiner Funktion folgend, die Vielfalt der Kultur zu fördern, sondern übernimmt in vorauseilender Mission, nämlich der Vorbereitung einer rechtspopulistisch-gehehmen, angepassten Sedierungshochkultur, Aufgaben des Verfassungsschutzes und lässt drei Buchhandlungen, weil sie ihm nicht gefallen!, vermutlich rechtswidrig „abfragen“ und von der Preisträgerliste des Deutschen Buchhandelspreises streichen.

Ohne öffentliche Beweise vorzulegen verbreitet der BKM den diffamierenden Vorwurf, die BuchhändlerInnen seien „politische Extremisten“.

Aus Feigheit lässt der BKM die geplante Preisverleihung auf der Buchmesse Leipzig ausfallen, stellt kurz noch die Grundaufgaben der Deutschen Nationalbibliothek in Frage, verwirft das aber wieder, um sich daran zu machen gleich an die Wurzel des ausgemachten Übels zu gehen: Der Fehler liegt nicht an den Buchhandlungen, sondern an der Jury, die die Buchhandlungen ausgezeichnet haben. Es wäre doch sinnvoll gleich dafür zu sorgen, dass jedwede Art von Kulturförderung durch eine Jury bestimmt wird, die strikt nach Parteibuch und gewünschter Ideologie auszeichnet, aber um Gottes Willen nicht nach künstlerischen und kulturellen Kriterien. Dieser Plan, Jurys zu durchleuchten ist kein abgefuckter SiFi, auch nicht aus Schulbüchern über die Nazizeit oder Vorkommnisse in Einflussbereichen aktueller Tyrannen, sondern bundeskulturpolitische Realität im März 2026!

Der Name einer der Buchhandlungen verschafft jedoch einen heiteren Gang durch Geschichten: Die Novelle „Das Logierhaus zur schwankenden Weltkugel“ von F. Gräfin zu Reventlow ist Namensgeberin der diffamierten, sanktionierten Berliner Buchhandlung, die jetzt am 30.4. den ersten gerichtlichen Sieg über den stillen Herrn W. errungen hat.

Für Zeitgenossen war die „Skandalgräfin“ Franziska Gräfin zu Reventlow ein Faszinosum. Die Nachwelt entdeckte in der Malerin und Schriftstellerin eine Pionierin

weiblicher sexueller Selbstbestimmung. Zum 155. Geburtstag der Ikone der Münchner Bohème – mit all ihren Widersprüchen und Brüchen im Leben, lud der SALON FATALE am 15. Mai wieder in den Club der Polnischen Versager Berlin.

In einem konkreten Fall war Gräfin Franziska zu Reventlow, eine Freundin Wedekinds und Panizas, wegen religiöser Themenwahl Repressalien ausgesetzt. In ihrer Satire DAS JÜNGSTE GERICHT von 1897 sortiert ein eben gestorbener Staatsanwalt die Bewohner von Himmel und Hölle neu. Die Zuordnung erfolgt durch Juristerei, die über göttliche Verfügung und Weisheit steht. Erst durch eine Falle, die dem eifrigen Staatsanwalt gestellt wird, kann göttliche Erfahrung und Entscheidungsgewalt wieder eingesetzt, neu wirksam werden. Die Autorin wurde wegen Gotteslästerung angeklagt und beschrieb den Ablauf des Prozesses in ihrer Satire DAS ALLERJÜNGSTE GERICHT (Simplicissimus 1. Jg, Nr. 49, 6.3.1897).

Sie konnte einer Verurteilung entgehen.

„Zuerst erfolgte die Verlesung der Strafliste der Angeklagten. Beide sind vorbestraft, und zwar Herr L. wegen Hundesteuerhinterziehung des Simplicissimusmopses und die Gräfin wegen unbefugten Sechsspännigfahrens im Weichbild der Stadt. Mit Spannung folgt das Publikum diesen pikanten Details aus dem Vorleben der Angeklagten.“

EIN TEXT VON HARTMUT FISCHER

Im Januar 1897 publiziert Franziska zu Reventlow ihre Satire Das jüngste Gericht in der satirischen Wochenzeitschrift *Simplicissimus*. Die gesamte Auflage dieser Ausgabe wird konfisziert und der Verleger Albert Langen wegen Gotteslästerung angeklagt. Franziska zu Reventlow antwortet darauf am 6. März 1897 mit einer Fortsetzung unter dem Titel Das allerjüngste Gericht. Es klingt teilweise wie ein „Who’s Who“ der Schwabinger Szene rund um den *Simplicissimus*. Die angriffslustige Autorin kokettiert mit ihrer aristokratischen Herkunft, parodiert die sogenannte angesehene Gesellschaft, das Gerichtswesen und das gerade aufkommende Psychologisieren.

Die Zeitschrift *Simplicissimus* erscheint von April 1896 bis September 1944 in München. Ihr Wappentier, die rote Bulldogge auf schwarzem Grund, stammt von Thomas Theodor Heine. 1903 eröffnet Kathi Kobus die Künstlerkneipe *Simplicissimus* in der Türkenstraße, die schnell zum Stammlokal der Autoren des Magazins wird. Hier treten unter anderem die Diseuse Emmy Hennings und die Schriftsteller Joachim Ringelnatz und Erich Mühsam auf.

(Verfasst von: Monacensia Literaturarchiv und Bibliothek / Gunna Wendt)

Beide Satiren erschienen in der legendären Zeitschrift *SIMPLICISSIMUS*, die regelmäßig von Anklagen überzogen wurde, die durchaus auch zur Umsatzsteigerung führten, wie jetzt 130 Jahre später bei den beschuldigten Buchhandlungen; wo der BKM bei einer von diesen als „Mitarbeiter des Monats“ gekürt worden ist. Der Staatsanwalt bei der Gräfin und der heutige BKM sind in ihrer

Parallelität ausgewiesenster Real- und Karikatur ihrer Selbst verblüffend und zeugen doch von trauriger Kontinuität des deutschen Staatsapparates bestimmten Schlages von übelster Sorte.

„Die die Zensur durchführenden Beamten zeigten sich eher selten in der Lage, wahre Kunst zu erkennen. Es war eine klare Fehleinschätzung des Apparates, dass der Zensurbeamte über das notwendige Interesse, die ausreichende juristische Vorbildung und eine hinreichende Erfahrung im Umgang mit Kunst verfüge, um etwa erforderliche Tabubrüche von pornografischen Tendenzen scheiden zu können. Auch die Überzeugung des subalternen Beamten zu wissen, was für den „Normalbürger“ gut und richtig sei, war eine klare Anmaßung. Die Folge vager Begriffe in der Gesetzgebung gepaart mit einer Selbstüberschätzung der Zensurbeamten waren häufige Prozesse, in denen die von Zensurbeamten verfügten Beschlagnahmen durch die Gerichte wieder aufgehoben wurden.“³¹⁷

Dies klingt zwar wie eine Beschreibung von Herrn W. (BKM) im Frühjahr 2026, ist aber aus einer Doktorarbeit zur Zensur um 1900 in München, genauer: „Franziska“ von Frank Wedekind - Die Einwanderung der Zensur in die Konstruktion des Textes.“ von Bianka-Aimée Gericke-Pischke.

Nicht ohne Grund lässt Wedekind eine seiner „Lulu“ Variationen in einem der noch wahrhaft freien Kulturräume nämlich in einer Buchhandlung beginnen, mit den Kämpfern für die freie Kunst nämlich dem Buchhändler und dem Verleger.

WEDEKIND BÜCHSE DER PANDORA PROLOG IN DER BUCHHANDLUNG

Zum Thema „innerer“ Zensur in einer Gesellschaft, wo Kulturschaffende, Künstler und Vermittler von Überwachung, äußeren Zwängen gegängelt werden (sollen) erinnere ich mich an den Versuch einer Kuratorin meinen Textbeitrag zu der Ausstellung „Battlefields of Cupiditas“ von Nina Staehli zu „ändern“. Zu dem Ausstellungskatalog hatte ich einen Text verfasst, der dann auch mit zwei anderen Texten an einer Veranstaltung gelesen werden sollte. Hier ging es um die Verbindung von Banken und Mäzenatentums mit einer vermeintlichen Namensähnlichkeit zu einem Mitglied des veranstaltenden Kunstvereins. Erst versuchte die Kuratorin auf die Künstlerin Einfluss zu nehmen ihren Auftrag an mich zurückzuziehen, mit der Begründung mein Text würde der Karriere der Künstlerin schaden. Nachdem dies natürlich nicht geschah, kam es zu einem Telefonat in dem sie mir ihr Anliegen schilderte. Je länger gesprochen wurde, desto mehr offenbarte sich das unglückliche Konstrukt einer Selbstzensur, dessen Fundament nur aus wagen Ängsten und vorauseilendem opportunistischem Konformismus zu bestehen schien. Mein Text wurde so gedruckt wie geschrieben und die Lesung fand wie geplant und mit großem Erfolg statt.

Zum weiterlesen:



Credits: Pauline Bonnke



Muryel wartet nicht darauf, dass der Schmerz anklopft. Während viele in der Branche das Leiden zur Grundvoraussetzung für Tiefgang stilisieren, zieht die 28-jährige Wahl-Berlinerin ihre Inspiration aus jedem intensiven Moment – sei es ein euphorisches Glücksgefühl oder eine skurrile Studio-Anekdote, über die man gemeinsam lacht. Was zählt, ist das echte Erleben, das sie in ihrem selbstbetitelten „English Leftfield Pop“ verarbeitet.

Ihre Soundwelten sind eine bewusste Entscheidung gegen das Entweder-oder: Muryel will die Indie-Stage und das große Pop-Festival gleichermaßen bedienen. Dabei bettet sie ihre Songs in ein organisches Gewand aus atmosphärischen Slide-Gitarren und Pedal-Steel-Klängen, inspiriert von ihrem großen Hero Elton John sowie modernen Referenzen wie Gracie Abrams, Griff oder Sam Fender. Das Ziel ist dabei immer, emotionale Geschichten in „catchy“ Songs zu übersetzen.

Um diese Intimität zu wahren, ohne sich schutzlos preiszugeben, nutzt sie Bilder und Analogien. Sie verpackt Private-Themen so, dass sie für Außenstehende als Projektionsfläche für deren eigene Erlebnisse dienen können. Eine Grenze zur Privatsphäre zieht sie dabei bewusst nicht, da dies für sie den Kern ihres Schaffens verleugnen würde.

Credits: Pauline Bonnke



Der Entstehungsprozess ihrer Musik ist dabei so unvorhersehbar wie das Leben selbst – mal ist es eine einsame Zeile in einer Notiz-App, mal eine nächtliche Improvisation an der Gitarre oder eine kollaborative Session mit anderen Producern. Dass sie sich im schnelllebigen Zirkus von TikTok und Co. manchmal noch schwerer tut als mit dem Songwriting, gibt sie unumwunden zu; sie nimmt sich den nötigen Abstand, sobald der Druck auf die eigene Wahrnehmung zu groß wird.

Pünktlich zum Start in diesen Juli zeigt sich, dass Muryels Weg steil nach oben führt. Nachdem erst im Mai frische Musik erschienen ist, richtet sich ihr Blick nun auf die internationalen Bühnen. Die Ambition ist klar definiert: Muryel will im Ausland stattfinden und beweisen, dass autobiografischer Tiefgang und große Pop-Melodien eine universelle Sprache sprechen.



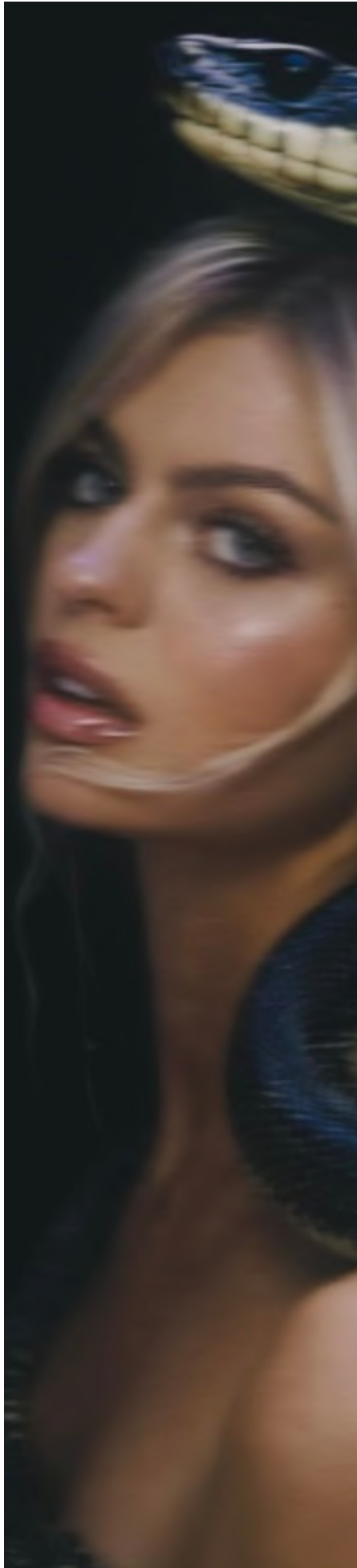
TARA: STEREOTYPE SIND FÜR DIE TONNE

Vom Model-Diktat zur kreativen Autonomie: Warum Multi-Talent Tara die sterile Modewelt provoziert, um in der Musik ihre echte, unzensurierte Stimme zu finden.

Wer versucht, Tara in eine der gängigen Industrie-Schubladen zu stecken, scheitert schon am Fundament. Schauspielerin, Model, Musikerin, Songwriterin und Drehbuchautorin – die gebürtige Dorfpflanze, die heute den Berliner Kreativkosmos aufmischt, verweigert sich konsequent jeder glatten Definition. Kreativität ist für sie kein strategischer Karrierepfad, sondern ein roter Faden, der sich radikal durch alles zieht, was sie anfasst. Ihr selbsterklärtes Ziel: mit Kunst bestehende Perspektiven aufbrechen und verkrustete Strukturen ins Wanken bringen.

Die Illusion des perfekten Bildes

Wer Tara nur von Hochglanz-Produktionen kennt, sieht nur die Oberfläche. Und genau da liegt das Problem einer Industrie, die Äußerlichkeiten fetischisiert. Während es beim Modeling fast ausschließlich um das sterile, fremdgesteuerte Bild geht, nutzt sie die Musik als existenzielles Ventil zur Befreiung. Hier geht es nicht um die Erwartungen einer Brand oder eines Fotografen; im Sound verhandelt sie ihre eigenen Gedanken, ungefilterten Gefühle und realen Geschichten. Musik bedeutet für sie die Rückgewinnung der absoluten kreativen Kontrolle – weg von der stummen Projektionsfläche, hin zu einer unüberhörbaren eigenen Stimme.



Dabei leugnet sie die Parallelen nicht. Beide Welten sind im Kern performative Disziplinen. Egal ob man vor einer Kamera agiert oder live auf einer Bühne steht: Man transportiert und triggert Emotionen. Doch während das Fashion-Business Persönlichkeit oft zugunsten eines vermeintlichen Ideals wegzensuriert, legt Tara in ihren Songs die Facetten frei, die sonst im Verborgenen bleiben.

Gegen das Diktat der Oberflächlichkeit

Die Modewelt krankt an ihren eigenen Stereotypen, und Tara benennt das Problem ohne falsche Höflichkeit: Wer vor der Kamera steht und Wert auf sein Äußeres legt, bekommt im Kopf der Masse automatisch die Tiefe abgesprochen. Als attraktive Frau in dieser Industrie, so ihre Erfahrung, muss man sich permanent doppelt oder dreifach beweisen, um nicht sofort sexualisiert, unterschätzt oder als oberflächlich abgestempelt zu werden – ein stumpfes Mindset, das ihr nicht nur auf dem Laufsteg, sondern auch in der Schauspielwelt immer wieder frontal begegnet.

Deshalb erteilt sie dem Diktat, gefallen zu müssen, eine klare Absage. Sie will weder als optisches Ideal noch als unnahbare Kunstfigur wahrgenommen werden, sondern schlicht als Mensch mit einer realen Geschichte, mit der man sich identifizieren kann. Inspiration statt bloßer Dekoration.



Ihr musikalischer Prozess ist dabei so instinktiv wie konsequent. Am Anfang steht meist ein Beat, der als Katalysator funktioniert.

Die Themen, die sie dann darauf loslässt, sind entweder tief in schmerzhaften persönlichen Erfahrungen verwurzelt oder folgen einem klaren erzählerischen Konzept.

Tara scheut sich nicht, Geschichten bewusst zu überspitzen und mit gezielter Provokation zu arbeiten. Es ist das Spiel mit dem Bruch: Die Leute aus ihrer Komfortzone reißen, um sie zum Nachdenken zu zwingen.

Ihre musikalische DNA ist dabei unüberhörbar von der Energie der Jahrtausendwende geprägt.

Die Einflüsse der 2000er – von den ikonischen Vocal-Vibes einer Britney Spears oder Christina Aguilera bis hin zu den wegweisenden, schweren Produktionen von Timbaland und Scott Storch – fließen in ihre Arbeit ein.

Sie fasziniert die Kombination aus einer starken, emanzipierten Botschaft und einem unaufhaltsamen, energiegeladenen Beat. Gepaart mit modernen Einflüssen von Künstlerinnen wie Tate McRae destilliert sie daraus einen Sound, der sich vor Vorbildern verneigt, aber strikt eigene Wege geht.

Die Prioritäten der Berlinerin sind klar gesetzt. Gefragt nach der ultimativen Wahl zwischen einem prestigeträchtigen Vogue-Cover und einem komplett ausverkauften Clubkonzert, gewinnt bei ihr die verschwitzte Live-Energie.

Ein Cover ist ein Meilenstein für das Ego, aber das Konzert in einem engen, lauten Club hat echte Bedeutung. Es ist die direkte, ungefilterte und intime Verbindung zum Publikum, die für sie den Kern des Künstlerseins ausmacht. Taras Mission ist noch lange nicht am Ende: Sie will Grenzen hinterfragen, Stereotype zertrümmern und dabei eine fast paradoxe Balance aus schwerer Relevanz und energetischer Leichtigkeit halten. Der Blick geht nach vorn – national wie international. Wer dachte, Tara sei nur ein schönes Bild, sollte ab jetzt verdammt genau hinhören.



CC SHAWTY



DIE KONTUREN DER DÜSTERNIS

Sie bewegt sich instinktiv in den Rissen des Systems. Dort, wo die Popkultur ungemütlich, laut und verdammt ehrlich wird. CC Shawty – bürgerlich Carmen – entzieht sich jeder klassischen Kategorisierung. Ursprünglich aus dem beschaulichen Liechtenstein stammend, treibt sie sich heute überall dort herum, wo der Bass drückt, die Kunst atmet und die Atmosphäre kippt. Ihr Sound ist ein faszinierender, fast schon schizophrener Hybrid aus zuckersüßen Melodien und abgründiger, tiefschwarzer Düsternis. Ein Portrait über eine Künstlerin, die kompromisslose Spontaneität lebt und der wöchentlichen Flut der Musikindustrie den Spiegel vorhält.

Keinestarren Grenzen, kein fester Ort

Wer ist Carmen, wenn man den gesamten digitalen Schleier, die glitzernden Instagram-Kacheln und den TikTok-Hype weglässt? Die Antwort ist entwaffnend unspektakulär und doch radikal konsequent: Eine Getriebene des Sounds. Seit sie elf Jahre alt ist, macht die gebürtige Liechtensteinerin Musik. Doch geografische oder stilistische Grenzen akzeptiert sie nicht. Sie zieht weiter, geleitet von einer rastlosen kreativen Energie, dorthin, wo der Vibe sie anzieht. Kein fester Ort, keine künstlich konstruierten Schranken – einfach der pure, ungefilterte Drang nach Klang.

Diese Verweigerung von Konventionen spiegelt sich exakt in ihrer Musik wider. Der Sound von CC Shawty balanciert auf einer haarscharfen Rasierklinge zwischen süßer Zugänglichkeit und einer beklemmenden, melancholischen Dunkelheit. Wer hier nach strategischem Kalkül sucht, sucht

vergebens. Wie ein Song am Ende im Studio kippt, entscheidet sich komplett spontan, getrieben von der akuten Stimmung im Raum. Eine radikale Tagesabhängigkeit bestimmt den Prozess: War der Tag düster, bricht sich die Schwärze auch im Track Bahn. Es ist diese rohe Unberechenbarkeit, die ihre Musik so unkopierbar macht.

Die Ästhetik des unperfekten Moments

Auf den ersten Blick wirkt CC Shawtys visuelles Auftreten perfekt inszeniert. Eine starke, fast schon hypnotische Ästhetik durchzieht ihre Veröffentlichungen. Doch das vermeintlich durchgestylte Image entpuppt sich als das exakte Gegenteil von Reißbrett-PR. Bis jetzt war kaum etwas komplett durchgeplant. Was wie eine makellose Kampagne wirkt, entsteht dreckig und spontan aus einer flüchtigen Emotion heraus. Zwar gibt Carmen offen zu, das Ganze in Zukunft bewusster und gezielter aufbauen zu wollen, doch die Basis bleibt unangetastet: Die Emotion bleibt roh, nur der Fokus wird schärfer gestellt.

„Alles andere gibt es irgendwo schon, aber dich selbst gibt es nur einmal.“

Dieser organische Arbeitsprozess zieht sich auch durch das Songwriting. Zusammen mit ihrem kreativen Counterpart Finité entstehen rund 70 Prozent der Texte und Skizzen im intimen, einsamen Rückzugsort zuhause. Erst die restlichen 30 Prozent werden in den energetischen Studio-Vibe getragen, um mit den Produzern finalisiert zu werden. Carmen nimmt viel selbst auf, feilt in ihrer eigenen, geschützten Bubble an Nuancen. Es ist ein ständiges Pendeln zwischen absoluter Isolation

und kollektiver Studio-Ekstase.

Emotion ohne Altersgrenze

Fragt man sie, wie sie ihren Sound einer Generation beschreiben würde, die jenseits der 60 ist und mit Algorithmen und Streaming-Playlists absolut nichts anfangen kann, bricht sie es auf das Wesentliche herunter: Inhalte, die bewegen. Musik, die keine demografischen Grenzen kennt. Es ist melancholisch, es ist streckenweise rotzfroh, aber es transportiert in jeder Sekunde echtes, spürbares Gefühl. Ein Ansatz, der im heutigen, oft formelhaften Musikbetrieb selten geworden ist.

Interessanterweise gab es für Carmen nie diesen einen, mythischen „Klick-Moment“ oder das eine große Idol, das sie zur Musik brachte. Vielmehr war es die inspirierende Summe erfolgreicher, kompromissloser Menschen da draußen, gepaart mit einem unbändigen eigenen Drang, etwas Bleibendes zu erschaffen. Nach den Anfängen am klassischen Klavier wurde ihr schnell klar: Der Gesang ist die eigentliche Waffe. Seit diesem Tag wird dieses Ziel ohne Wenn und Aber verfolgt. Jeden einzelnen Tag.

Authentizität im Zeitalter der Reizüberflutung

In einer Ära, in der Streaming-Plattformen wöchentlich mit zehntausenden Neuveröffentlichungen überschwemmt werden und Genres in rasantem Tempo wachsen, droht Identität schnell zur Massenware zu verkommen. Wie bleibt man da authentisch? Für CC Shawty liegt die Antwort in einer radikalen Innenschau. Die größte Herausforderung sei es, das ganze Rauschen da draußen auszublenken, sich komplett auf sich selbst

zu konzentrieren und stur das zu machen, was sich im eigenen Bauch richtig anfühlt. Man dürfe zwar keine Scheuklappen tragen und müsse die Welt im Blick behalten – aber Kopien gibt es schon genug. Dich selbst gibt es nur einmal.

Diese Philosophie wird sich bald auch auf den Bühnen manifestieren. Bisher performte Carmen oft minimalistisch, begleitete sich selbst am Klavier, um die melancholische, intime Atmosphäre zu zelebrieren. Doch der digitale, schwer produzierte Sound verlangt nach einer neuen Evolution. Die Vision für die Zukunft steht: Ein energetischer Hybrid aus DJ-Kultur, einer echten, schwitzenden Live-Band und ihr selbst am Klavier. Hauptsache, die Energie bricht sich ungefiltert Bahn.

Und das Traum-Feature? Die ultimative Kollaboration, national oder international? CC Shawty lächelt das Thema schweigend weg. Manche Visionen sind wohl einfach zu groß, um sie vorab zu verraten. Das bleibt vorerst ihr ganz eigenes Geheimnis.



Nicht nur hören. Fühlen.

Wo Geschichte an den Wänden hängt
und neue Sounds auf der Bühne entstehen.

Das Hard Rock Cafe Hamburg ist mehr als ein Restaurant
– es ist ein Treffpunkt für Menschen mit Haltung,
für Kunst, für Kante, für Musik, die nicht angepasst ist.

Hier ist jeder Abend ein Konzert,
jede Wand eine Story,
jeder Drink ein Statement.

Hard Rock Cafe Hamburg
Eat. Drink. Music.



HAMBURG

Erlebe Live-Musik.
Sieh dir an, wer als
Nächstes spielt.



WER IST CLEOMADITA?



Wenn man die 18-jährige Münchenerin trifft, die gerade erst ihr Abitur in der Tasche hat, begegnet einem eine Künstlerin, die das Kunststück vollbringt, gleichzeitig zart und kantig zu sein. Als Newcomerin in der deutschen Indie-Pop-Szene schreibt sie Songs, die so intim wirken, dass man fast das Gefühl hat, unerlaubt in ihrem Tagebuch zu lesen. Doch genau darin liegt ihre Stärke. In einer Branche, die oft auf polierte Oberflächen setzt, ist cleomaditas radikale Ehrlichkeit ihr markantestes Merkmal – ihre ganz persönliche „Kante“. Sie schreibt nicht über das, was vermeintlich gut ankommt, sondern über das, was sie als junge Frau in einer komplexen Welt bewegt. „Natürlich funktionieren Liebeslieder oft gut, aber aktuell habe ich keinen Bezug dazu und demnach schreibe ich auch keine“, erklärt sie.

Diese Offenheit kostet Überwindung, doch der Grad der Angst ist mittlerweile auf einer Skala von eins bis zehn bei einer soliden Drei gelandet. Cleomadita sieht ihre Sensibilität sowohl als Schutzschild als auch als Waffe. Es ist das bewusste Risiko, sich angreifbar zu machen, um anderen zu zeigen, dass sie mit ihren Gefühlen nicht allein sind. Diese Haltung ist untrennbar mit ihrer Heimatstadt München verbunden. Als echtes Münchner Kind kennt und liebt sie das Großstadtleben, beschreibt die Stadt aber auch als einen Ort, der einen „verloren“ fühlen lassen kann – geflutet von Individuen und einer gewissen elitären Note. Diese Dynamik zwischen der äußeren Schönheit der Stadt und dem inneren Gefühl der Isolation fließt direkt in ihren Sound ein.

Wenn ihre leisen, persönlichen Gedanken schließlich auf der Bühne laut werden, transformiert sich die Energie. Cleomadita gibt zu, dass sie bei Live-Auftritten, wie etwa bei der Langen Nacht der Musik, so viel Freude an der Performance hat, dass es ihr manchmal schwerfällt, das Lächeln selbst bei melancholischen Stücken zu unterdrücken. Dennoch bleibt die Grenze zwischen dem Privaten und dem Veröffentlichten ein schmaler Grat. Es gibt sie, die Songs, die kurz vor dem Klick auf den Hochladen-Button doch wieder in den Entwürfen landen, weil sie sich in dem Moment zu ehrlich anfühlen. Doch das Ziel bleibt klar: Irgendwann auch diese Hürden zu nehmen, weil sie weiß, dass sich viele Menschen damit identifizieren können.

Das Feedback ihrer Generation gibt ihr recht: Fans schreiben ihr, wie sehr ihre Musik ihnen durch schwierige Zeiten hilft. Es ist dieses Gefühl des Gesehenwerdens, das cleomadita antreibt. Fragt man sie nach ihrer Vision für die nächsten fünf Jahre, geht es nicht um Chartplatzierungen, sondern um Authentizität. Cleomadita möchte ein Vorbild für junge Mädchen sein und beweisen, dass es keine Schwäche ist, über das zu sprechen, was einen im Inneren wirklich beschäftigt. Wer sie hört, merkt schnell: Diese Kante ist nicht hart, aber sie hinterlässt einen bleibenden Eindruck.



ANDY SHARIF



ZWISCHEN COUCH UND CSD: ANDY ZERLEGT DIE KOMFORTZONE

Schubladen? Kann man machen, sind bei Andy aber verdammt schnell voll. Er ist Popmusiker und Psychotherapeut, queerer Aktivist und Content Creator. Wer jetzt glaubt, das widerspricht sich, hat den Kern seiner Arbeit nicht verstanden. Andy macht Popmusik, die dorthin geht, wo es wehtut: Er dekonstruiert toxische Männlichkeit, bricht das Tabu um eigene depressive Phasen und fordert von einer oft ausbeuterischen Musikbranche echte Wertschätzung statt stumpfer „Sichtbarkeit“. Ein Gespräch über den Mut zur hässlichen Wahrheit, die politische Wucht von Pop und die Frage, warum wir dringend mehr ungemütliche Songs brauchen.

Du bist als queerer Künstler sehr präsent. Wie verhinderst du, von der Industrie auf das Label „Queer Pop“ reduziert zu werden?

Ich weiß gar nicht, ob ich das unbedingt verhindern möchte. „Queer Pop“ ist ja erst einmal nichts Negatives. Dieser Begriff beschreibt einen Teil von mir. Gleichzeitig ist meine Musik thematisch viel breiter gefasst. Ich schreibe nicht nur über Liebe, sondern auch über innere Konflikte, Selbstfindung und psychische Themen. Das sind Dinge, die eigentlich alle Menschen betreffen. Die Industrie wird mich sowieso labeln, wie sie will. Mir geht es vor allem darum, dass meine Musik nicht in einer Schublade stecken bleibt, sondern genau dort ankommt, wo sie als Stütze oder Inspiration dient.

In „Wie ein Mann“ dekonstruiert du toxische Männlichkeit. Ist die deutsche Indie-Szene da mittlerweile wirklich weiter, oder ist vieles nur performativ?

Ob etwas performativ ist oder nicht, kann ich am Ende nicht beurteilen. Aber man merkt ziemlich schnell, ob eine Haltung wirklich gelebt wird oder nur gut aussieht. Ein lackierter Nagel oder ein Post allein reichen meist nicht aus. Ich glaube schon, dass die Szene weiter ist als noch vor zehn Jahren. Aber wir sind noch lange nicht da, wo wir hinmüssten. Das sehe ich auch in meiner Arbeit als Psychotherapeut. Viele Männer haben immer noch große Schwierigkeiten, mit ihren Gefühlen in Kontakt zu kommen und darüber zu sprechen. Solange sich das nicht ändert, bleibt toxische Männlichkeit ein Thema. Ich glaube nicht, dass wir das Problem vollständig lösen können. Aber ich glaube daran, dass man im eigenen Umfeld etwas bewegen kann. Bei mir passiert das einerseits über Musik und andererseits ganz konkret in meiner Arbeit, zum Beispiel in Männergruppen, die ich leite.

Passend zu Kunst&Kante: Welcher deiner Songs hat die schärfste Kante und löst beim Publikum auch mal unangenehme Gefühle aus?

„Wie ein Mann“ hat auf jeden Fall eine ziemlich klare Kante, weil er für manche Männer schlichtweg unangenehm ist. Der Song hält einen Spiegel vor, und das kann wehtun. Ein anderer Song ist „Schon okay“. Darin verarbeite ich eigene depressive Erfahrungen. Ich glaube, für manche ist es irritierend zu hören, dass auch ich als Psychotherapeut solche Phasen kenne. Genau diese Vorstellung breche ich bewusst auf.

Du spielst im intimen Club und vor Tausenden auf dem CSD. Verändert sich die Bedeutung deiner Songs für dich, je nachdem, wer im Publikum steht?

Die Bedeutung der Songs selbst verändert sich für mich nicht. Aber die Art, wie ich sie erlebe, schon. In kleinen Clubs liebe ich es, die Songs am Klavier zu performen und etwas zu reduzieren. Das ist sehr nah, beinahe schon intim. Bei großen Shows, zum Beispiel auf dem CSD, ist es eine ganz andere Energie. Da dürfen die schnelleren Songs nach vorne, und ich feiere einfach mit den Leuten. Beides hat seinen eigenen Reiz.

Das Musikbusiness saugt Artists oft mental aus. Braucht die Branche als Ganzes eigentlich dringend eine Therapie?

Ich glaube, was die Branche vor allem braucht, sind bessere Strukturen. Popkultur wird in Deutschland immer noch deutlich weniger gefördert als klassische Musik, und das merkt man. Dazu kommen Themen wie schlechte Bezahlung durch Streaming, Deals, bei denen Artists unter Vertrag genommen werden, aber dann nichts passiert, oder Auftritte ohne Gage unter dem Vorwand der „Sichtbarkeit“, im Sinne von: „Hier, ihr könnt ja einen Hut rumgehen lassen.“ Das kann auf Dauer ziemlich auslaugen. Und es fehlt oft an Wertschätzung, und ich meine das auch wirklich im monetären Sinne. Musik zu machen ist kostspielig. Allein diese Kosten wieder reinzubekommen, ist gar nicht so einfach. Und damit dann wirklich Geld zu verdienen, ist für die meisten, gerade wenn man es hauptberuflich macht, fast unmöglich.



Gibt es ein Thema, über das du unbedingt einen Track schreiben willst, an das du dich aber bisher einfach noch nicht herangetraut hast?

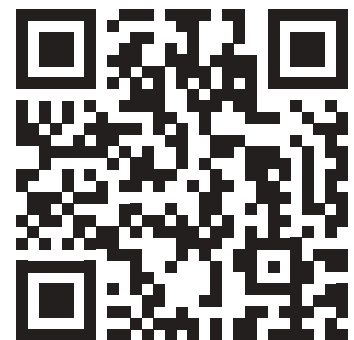
Ja, der Tod. Das ist ein Thema, das uns alle betrifft, das wir aber gleichzeitig ständig verdrängen, weil es schwer auszuhalten ist. Wenn man sich damit auseinandersetzt, wird einem klar, dass das eigene Leben endlich ist. Das macht mir Angst, ganz ehrlich. Ich will nicht sterben und weiß doch, dass es irgendwann passieren wird. Eigentlich steckt darin unglaublich viel Potenzial für einen Song. Aber ich merke auch, dass ich mich damit selbst noch nicht richtig auseinandersetzen will. Vielleicht ist das genau der Grund.

Wo fühlst du dich als Künstler am meisten bei dir selbst – beim Tüfteln allein im Studio oder beim lauten Rauslassen auf der Bühne?

Ich habe über diese Frage wirklich lange nachgedacht. Mein erster Impuls war: im Studio. Da entsteht alles, da bin ich allein mit meinen Gedanken. Wenn ich aber ehrlich bin, fühle ich mich auf der Bühne mehr bei mir selbst. Das Teilen dessen, was aus mir heraus entstanden ist, das Zeigen meiner Texte und meines Inneren vor anderen, fühlt sich jedes Mal total stimmig an. Ich glaube, ich bin mir selbst am nächsten, wenn ich meine Songs mit anderen Menschen teile und damit etwas bewege.

Welche Fragen würdest du noch gern beantworten?

Wie politisch darf oder muss Popmusik eigentlich sein? Einerseits ist Popmusik zunächst einmal Popmusik, sie darf leicht sein und Spaß machen. Gleichzeitig haben gerade erfolgreiche Künstler:innen eine enorme Reichweite und damit auch Einfluss. Viele queere Menschen suchen sich in ihrer Jugend Idole in der Popkultur. Bei mir war das zum Beispiel Lady Gaga. Das geht oft über reine Bewunderung hinaus: Da findet Identifikation und auch Orientierung statt. Und genau an diesem Punkt wird Pop plötzlich politisch, ob man will oder nicht. Wer so viele Menschen erreicht, setzt automatisch auch ein Statement. Diese Verantwortung ist einfach da.



BEWUSSTE VERLETZLICHKEIT

Wer Marita begegnet, trifft auf eine Künstlerin, die das vermeintliche Paradoxon zwischen Melancholie und Lebensfreude auflöst. Die 24-Jährige, die vor drei Jahren aus dem idyllischen Aalen nach Berlin zog, lebt dort heute ein großes Kleinstadtleben in ihrem Kiez. Während sie nachts um zwei am Klavier sitzt und Lieder schreibt, die sie selbst als „Dark Pop“ bezeichnet, spielt sie tagsüber Fußball. Ihre Musik soll sich wie eine sternenklare Nacht anfühlen: ein Gefäß für zwischenmenschliche Beziehungen und Szenarien, die sie nachts nicht schlafen lassen. Dabei verwebt sie Moll-Akkorde, Streicher und Synthesizer zu einem rohen Sound, der ihre Neigung zum „Overthinken“ und ihre Liebe zur Vergangenheit widerspiegelt.

Die „Kante“ in Maritas Kunst liegt in ihrer bewussten Entscheidung zur Verletzlichkeit. In einer Welt, die oft auf Härte setzt, macht sie ihre Sensibilität zur Stärke. Für sie ist ein sensibles Herz kein Zeichen von Schwäche, sondern ein Beweis dafür, dass einem etwas wichtig war. Diese Ehrlichkeit zieht sich als roter Faden durch ihr Werk, wobei sie ihre Texte streng autobiografisch hält. Das Schreiben selbst kostet sie zwar keine Überwindung, aber oft Tränen, da sie in Sessions verdrängte Gefühle reflektiert und erst durch den Prozess vollends begreift. Dabei schwingt stets die Sorge mit, niemanden verletzen zu wollen, über den sie schreibt – sie bleibt ehrlich, aber mit Bedacht.

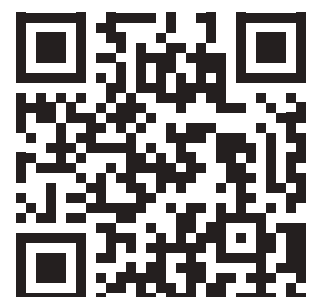
Ihre Wahlheimat Berlin prägt diese Ästhetik auf ambivalente Weise. Während sie die Stadt tagsüber oft als überstimulierend empfindet, liebt sie die Ruhe der Nacht, in der sie sich durch das



ferne Rauschen der Autos niemals ganz allein fühlt. Berlin pusht sie, sich mehr zu trauen, doch es herrscht auch der Druck, in der Masse nicht übersehen zu werden – ein ständiger Tanz zwischen Freiheit und dem Gefühl, jemand sein zu müssen. Um in diesem Umfeld den eigenen Vibe zu bewahren, vertraut sie konsequent auf ihre innere Stimme und lässt sich nicht von äußeren Meinungen verbiegen.

Diese Authentizität überträgt sie auch auf die Bühne. Als Support-Act für Künstlerinnen wie LUNA, Marie Bothmer und SOPHIA hat sie gelernt, die Energie des Raumes zu lesen. Trotz der Schwere ihrer melancholischen Texte lockert sie die Atmosphäre zwischen den Songs

mit Anekdoten auf, um dem Publikum ein positives Gefühl mitzugeben. Wenn man am Ende des Jahres 2026 auf ihre Konzerte zurückblickt, soll vor allem eine Botschaft hängen bleiben: Man kann gleichzeitig sensibel und stark sein. Marita beweist, dass traurige Songs nicht zwangsläufig trauriger machen, sondern eine Erinnerung daran sind, dass Fühlen etwas verdammt Schönes ist.





OLES KOLUMNE

OLES HOTTEHÜ

Nun also meine erste Kolumne in Kunst und Kante. Na dann. Zwecks Themenfindung und um die Eigenverantwortung bezüglich des Textes ein Stück weit abzugeben, frage ich Sascha, über was ich seiner Meinung nach schreiben soll. Wenn ER das nicht weiß als verantwortlicher Mit Herausgeber, also echt jetzt mal... Ich so: „Irgendwas mit Musik vielleicht“?

Er: „Mach', wie du meinst.“

Ich: „Okay, alles klar, super.“

Das war vor fünf Monaten. Jetzt, durchaus unzählige Wochen später, sitze ich hier und vergegenwärtige mir noch einmal vorsichtshalber den Termin für die Deadline zwecks „Abgabe der Kolumne“. Die ist, wenn mich nicht alles täuscht - morgen. Warte, ich checke nochmal kurz gegen... morgen stimmt. „Ohauerha“ denke ich und die Redewendung „Das Leben ist kein Ponyhof“ kommt mir in den Sinn.

Übrigens - „Das Leben ist kein Ponyhof“ aus dem Jahre 2001 von den Schröders gibt's nicht auf Spotify, ich hab' gerade mal geguckt. Ist meiner Meinung nach jetzt nicht sooo wild, aber who the fuck am I to judge that? Soll doch bitte jede und jeder für sich selbst entscheiden, ob das jetzt gut oder schlecht ist, bei Discogs kostet die CD auf jeden Fall zwischen 9 und 21 Euro. Von wegen „entscheiden“- ich habe mich gerade entschieden, die Sätze bis zu dieser Stelle des Textes nicht mehr zu verändern. Alter Schreib-Trick für den launigen Einstieg in Texte aller Art - einfach aufschreiben wie es ist und dabei sozusagen „Reiter und Roß“ nennen. Fühlt sich zwar ein bisschen wie Schummeln an, aber so is' es nunmal, es nützt ja alles nix.

Diese Vorgehensweise funktioniert übrigens auch prima bei Reden auf Familienfeiern. Folgendes Szenario: Keiner aus der Familie hat Bock, eine Rede zu Opa Erwins 95. Geburtstag zu halten („Erwin“ ist nur ein Fantasie name; Anm. d. Red.). Wie konnte es dazu kommen? Vollkommen unwichtig, die Hintergründe für dieses durchaus anzuprangernde Verhalten sollen hier nicht weiter beleuchtet werden. Egal, jetzt mal angenommen, die Wahl des Redners fällt, durch wessen Votum auch immer, vollkommen undemokratisch auf Dich. Geschenkt, fang' die Rede idealerweise so an: Lieber Opa Erwin...ich wurde gebeten, eine Rede über Dich zu Deinem 95. Geburtstag zu halten - aber... wie fängt man solch eine Rede am besten an, habe ich mich gefragt? Nun, mein lieber Opa Erwin - am besten, indem man undsoweiterundsofort. Checkt Ihr?

Übrigens - „Reiter und Roß“ gibt es als Album nicht auf Spotify, noch nicht einmal von den Schröders, ich hab' gerade mal geguckt. Allerdings gibt es den Song „Ross und Reiter“ von HERTZ, eine Schweizer Punk-Band aus Zürich, die zwischen 1978 und 1983 existierte. Ich persönlich finde von HERTZ ja den Titel „Gottharddurchstich“ besser, aber das heißt ja nix.

Bevor ich mich hier noch weiter „vergaloppiere“ (sorry, der musste sein) oder jemandem „etwas vom Pferd erzähle“ (der auch), könnte es nach der Einleitung doch eventuell eine gute Idee sein, in dieser Passage der Kolumne ein „musikalisches Fass“ im Sinne von „Musik und seine gesellschaftliche Wertigkeit im Laufe

der letzten sechzig Jahre“ aufzumachen.

Mal die KI fragen. Die präsentiert mir nach meinem Prompt und knapp drei Sekunden Berechnungszeit Sätze wie „Früher stiftete Musik stärker kollektive Identität. Heute erzeugt sie eher individuelle Stimmungen.“ Oder „Heute ist Musik Teil eines endlosen digitalen Stroms, in dem selbst Widerstand binnen Stunden zum Trend werden kann.“

Alles klar, weiß ich Bescheid.

Die KI fühlt sich für mich momentan so an wie meine Gedanken zum Internet Ende der Neunziger Jahre im letzten Jahrtausend. Ich stand damals mit ein paar Leuten vor dem einzigen (!) öffentlich zugängliche Rechner in der Bibliothek für Rechtswissenschaften an der Universität Regensburg, als wir unisono nach Eingabe eines Rechtsbegriffs in der Suchmaske und anschließend, minutenlangen „Rechner-Gerödel“ feststellten: „Was für ein Scheiß, da wünscht man sich ja seine Amiga-Spielecassetten aus den Achtzigern zurück, die laden schneller. Dieses Inter-Netz wird sich niemals durchsetzen! Komm', lass' ma' abhauen und irgendwo Weißbier trinken.“

KI my ass. Also wieder zurück zu den Pferden. Und zur Musik. Und jetzt verbinden wir diese beiden Welten, früher gab es Mixtapes, heute gibt es Playlists oder wie war das nochmal? BINGO. Hier ist sie nun also - die ultimative, weit von „lückenlos“ entfernte, absolut subjektiv kuratierte Ansammlung diverser Songs zum Thema „Hottehüs“, wie wir Fachleute sagen!

Voll gut - und biddeschööööööön
(denkt Euch „biddeschööööööön“ im Hase-Cäsar-Sprech, wer keinen Plan hat, googelt gerne „Hase Cäsar Bitteschön“):

Kunst&Kante Playlist „Hottehüs“

The Sundays - Wild Horses
deathcrash - Horses
KT Tunstall - Black Horse And
The Cherry Tree (Radio Version)
Andrew Bird - Three White Horses
Damien Jurado - Gilian Was A
Horse
Belle and Sebastian - Judy And
The Dream Of Horses
The Cardigans - A Good Horse
The Thrills - One Horse Town
Basht. - Wild Horses
Emma Ruth Rundle - Darkhorse
Yung Lean - Horses
Viagra Boys - Medicine For Horses
DIIV - Horsehead
America - A Horse With No Name
U2 - Who's Gonna Ride Your Wild
Horses
The Clash - Four Horsemen (Remastered)
Silver Jews - Sometimes A Pony
Gets Depressed
Garbage - No Horses
The Libertines - The Milkman's
Horse
Hudson Freeman - Wild Horses
Low - White Horses
Dexys Midnight Runners - The
Horse (2010 Remaster)
Das Pack - Pferdeapfel
The Vaselines - The Day I Was
A Horse
The Garden - Horseshit On Route
66
Patti Smith - Land Horses/Land Of
A Thousand Dances/La Mer(de)
IDLES - Gift Horses
Bonaparte - My Horse Likes You
The Osmonds - Crazy Horses

Philip Glass & Kronos Quartet -
Runaway Horses
Racing Cars - They Shoot Horses
Don't They?
PJ Harvey - Horses In My Dreams
Tom Waits - Pony
Sea Oleena - Horses
Ray LaMontagne - All The Wild
Horses (20th Anniversary Re-master)
Lisa O'Neill - All The Tired Horses
Gordon Lightfoot - The Pony Man
Willie Nelson & Merle Haggard
- A Horse Called Music
Bonnie Prince Billy - Life Is Scary
Horses
Bruce Springsteen - Chasin' Wild
Horses
The Killers feat. Phoebe Bridgers
- Runaway Horses
Black Country, New Road - Two
Horses
Silver Mt. Zion - Horses In The Sky
Bruce Cockburn - Celestial Horses
Nick Cave & The Bad Seeds -
Bright Horses
Mitski - A Horse Named Cold Air
Nick Cave & The Bad Seeds -
Cinnamon Horses
Neil Young - Horseshoe Man
Randy Newman - Rider In The
Rain
The Rolling Stones - Wild Horses
(2009 Mix)
Violent Femmes - Fast Horses
Elton John & Luciano Pavarotti
- Live Like Horses (Remastered)
Friends Of Dean Martinez - All
The Pretty Horses
Paul Simon - One-Trick Pony (Live
at the Agora Theatre 1979)
Biffy Clyro - Born On A Horse
Echo & The Bunnymen - Bring
On The Dancing Horses
QLazarus - Goodbye Horses
(New Wave Version)
Yard Act - Dead Horse
Goldfrapp - Ride A White Horse
(Single Version)
The Rubberbandits - Horse Out-
side (Radio Edit)

Deichkind - Pferd aus Glas
Katy Perry & Juicy J - Dark Horse
Geese - 100 Horses
Still Corners - Horses At Night
thredd - Horseshow
Prefab Sprout - Wild Horses
LYR - Never Good With Horses
1000 Rabbits - White Horse
Puzzle - Spirit On A Horse
Enno Bunger - Ponyhof
Ennio Morricone - Death Rides
A Horse (Main Theme)
Ronny - Es hängt ein Pferdehalter
an der Wand
Dean Martin - My Rifle, My Pony,
And Me
Georg Danzer - Weiße Pferde
Helge Schneider - Horses
Bibi und Tina (Soundtrack zum
Kinofilm) - Mädchen auf dem
Pferd (feat. Fabian Buch)
Alex G - Horse
Klaus & Klaus - Da steht ein Pferd
auf dem Flur

Fehlt noch was? Bestimmt. „Das rote Pferd“ von Markus Becker zum Beispiel. Man kann allerdings nicht alles haben, so ist das nunmal im Leben.

So, Kolumne fertig. Meinen Abschluss-Gag mit „ein Pferd springt nur so hoch wie es muss“ erspare ich Euch. Bei der nächsten Kolumne werde ich besser vorbereitet sein...höchstwahrscheinlich...vielleicht...

Eines kann ich an dieser Stelle allerdings jetzt schon versprechen: Dat löpt sich allens torecht. ;)



VON PETRA FRITZ: DAS UDOVERSUM IST ERÖFFNET

Mehr Panik geht nicht, auch wenn der Sonderzug nach Pankow nicht mehr so häufig fährt. Anlässlich des bevorstehenden 80. Geburtstages von Kultmusiker Udo Lindenberg am 17. Mai, öffnete – parallel zur „Panik City“ auf der Reeperbahn – am 30.04. für sechs Monate das UDOVERSUM im Hamburger Stilwerk seine Pforten. Vor mehr als 300 geladenen Gästen und reichlich Presse, hielten Kultursenator Dr. Brosda und Kiezikone Oliva Jones alias Oliver Knöbel die Laudatio. Überraschungsgast war – wie konnte es anders sein – WG-Weggefährte Otto Waalkes.

Mit der Großen Udo Lindenberg Ausstellung entstand eine umfassende Hommage an das Leben und Wirken dieses ikonischen Vollblutkünstlers, der mit seinem Musikstil Generationen prägte und seit Jahren auch als Maler von sich reden macht. Man denke nur an seine „Likörelle“ und „Ejakulator-Werke“. Kein Wunder, lebte er in den 70-iger Jahren doch in einer „kunterbunten“ Wohngemeinschaft mit Marius Müller-Westernhagen und Otto Waalkes in Hamburg-Winterhude; Topadresse Rondeel. Alle drei wurden prägende Persönlichkeiten der deutschen Kultur.

Das „UDOVERSUM“ zeigt persönliche Notizen, Bühnenoutfits, Instrumente, Fotografien, handgeschriebene Songtexte und bislang unveröffentlichte Exponate aus seinem Leben zwischen Rock'n'Roll, Kunst und Zeitgeschichte. Vom niedlichen Kinderfoto und jungen Schlagzeuger über sechs Jahrzehnte bis zur lebenden Rocklegende, der man hin und wieder im „Hotel Atlantic“, seinem festen Wohnort,

begegnen kann. Manchmal gibt er dort sogar ein spontanes Ständchen, aber feste Termine mag er zunehmend weniger. Er soll auch einen Zweitwohnsitz in Berlin am Potsdamer Platz haben.

Zunächst wollte der 1946 im westfälischen Gronau geborene Udo Gerhard Lindenberg zur See fahren. Schon seit frühester Jugend wollte er nur DA weg, der spießigen Welt entfliehen. Statt als Steward auf Kreuzfahrtschiffen über die Weltmeere zu schippern, wurde er dank seines ausgeprägten Rhythmusgefühls Schlagzeuger, später Sänger und schließlich zu dem Künstler, der den Deutschrock massentauglich machte.

Mit „Alles klar auf der Andrea Doria“ gelang ihm 1973 der Durchbruch und „Oberindianer Honey“ wurde mit dem Sonderzug nach Pankow zur Wendezeit (ähnlich „Wind of Change“ von der Scorpions) zum ultimativen Freiheitssong. Anlässlich Honeckers ersten Besuch in der BRD soll er ihm eine E-Gitarre überreicht haben, die mit dem Spruch „Gitarren statt Knarren“ beschriftet war. Fast alle seine Songs wurden zu Nummer-Eins-Hits und erlangten „Gold-Status“. Insgesamt dürfte er 500-600 Lieder geschrieben und 35 Studioalben herausgebracht haben.

Hamburg wurde bereits 1968 zu seiner Wahlheimat und hier entwickelte er seinen unverwechselbaren Stil: dunkler großer Hut, Sonnenbrille und seine leicht verwaschene schnodderige Sprache. Natürlich gab es in seiner Karriere gerade zu Beginn nicht nur Erfolge, sondern auch Brüche und in den 90-igern diverse Alkohol



krisen; 4,7 Promille überlebt nicht jeder. Anfang der 60-iger Jahre tourte er über Norddeutschland und Frankreich bis nach Libyen. Dort spielte er als 17-Jähriger ein Jahr lang nahe Tripolis im Club eines US-Luftwaffenstützpunktes. Nach Rückkehr begann er ein Studium an der Westfälischen Schule für Musik in Münster. In Folge trat er als Schlagzeuger mit vielen namhaften Bands auf. 1973 ging er erstmals seinem Panikorchester auf Tournee.

Udos „Onkel Pös Carnegie Hall“ war seinerzeit einer der angesagtesten Musik-Kneipen Hamburgs. Viele zunächst unbekannte Musiker und Bands legten dort den Grundstein für ihre Karrieren – so zum Beispiel 1976 Al Jarreau.

Was eher weniger bekannt sein dürfte: 2006 wurde Lindenberg damit beauftragt, die Künstler-Ausgabe der Jubiläums-Edition von „Meyers Großes Taschenlexikon“ zu gestalten und den Einband aller 24 Bände – zuzüglich einem Band mit der Lexikon-DVD – zu illustrieren. Einige seiner Werke findet man so gar im Berliner Bundeskanzleramt und 2010 gab das Bundesministerium für Finanzen zwei von ihm

gestaltete Sonderbriefmarken heraus. Zum 70-jährigen Jubiläum (02.04.2016) der Tageszeitung „Die Welt“ gab es eine von Lindenberg illustrierte Sonderausgabe.

Die Liste seiner legendären Konzerte und Benefiz-Auftritte ist endlos. Er engagiert sich u.a. für die „Afrikahilfe“, „Live Aid“ und „Rock gegen rechte Gewalt“ etc. Im Dezember 2006 gründete er die Udo-Lindenberg-Stiftung, um sich dauerhaft kulturpolitisch, humanitär und sozial zu engagieren. Die Stiftung fördert deutschsprachige Nachwuchsbands mit regelmäßigen „Panikpreis“-Wettbewerben, veranstaltet das Hermann-Hesse-Festival und begleitet soziale Projekte in Afrika sowie in Deutschland. Seit 2015 unterstützt Udo Lindenberg als Botschafter die Umweltschutzorganisation Greenpeace.

Was kann man nicht alles über ihn lesen. Er wohnt seit Jahren im legendären „Hotel Atlantic“ an der Außenalster – stimmt. Seine Suite kostet rund 15.000.- Euro pro Monat – das könnte hinkommen. Sein Vermögen wird auf ca. 35 Mio Euro geschätzt und er besitzt mehrere Sportwagen, darunter mindestens zwei Porsches – warum auch nicht? Gewitzelt wird auch über sein spätes Aufstehen nach 12.00 Uhr mittags – er leugnet dies nicht, oft male er in der Nacht. Deshalb hat er auch die Einladung zum Senatsfrühstück anlässlich seines Geburtstages abgesagt.

Die Frau an seiner Seite ist seit 1990 Fotografin Tine Acke; Mitte der 80-iger Jahre war er mal mit Rockröhre Nena liiert. Ob er immer noch gerne Lakritz ißt, war nicht zu ergründen; Eierlikör trinkt er aber tatsächlich höchst gerne.

Darüber, ob aus einer Verbindung mit dem „Mädchen von Ostberlin“ ein gemeinsamer Sohn entstammt (um 1985?), darf weiter spekuliert werden. Wie auch immer es war, er hat sein „Ding“ gemacht und seine Denkhaltung gern vertextet.

Fakt ist, daß er 1989 einen Herzinfarkt erlitt und bis dato unzählige Auszeichnungen erhielt; darunter 2019 das Bundesverdienstkreuz 1. Klasse.



Einmal in seiner legendär-laszes-siven Art „Hallöchen liebe Freunde der Panikfamilie“ hören. Am Vorabend der Eröffnung betrete ich über den magentafarbenen Teppich zusammen mit vielen geladenen Gästen die Ausstellung im 4. OG des Stilwerks am Holzhafen. Da steht in einer Ecke nicht nur sein Schlagzeug und hängt seine Lederjacke samt Gegengeschenk von Erich „Honey“ Honecker, eine Schalmey, hinter Glas, sondern sind auch viele bekannte Comic-Graphiken und sonstige Bildwerke gehängt, wie die „Andrea Doria“, seine „Antikriegs-Argonauten“ oder seine „Evolution“. Das Ganze ergänzt durch unzählige Udo-Fotos in allen Lebenslagen. Alles echte Lindenburgs!

Zu Beginn ist fast kein Durchkommen, überall recken sich Mikrophone und Kameras in die Luft. Bereits am Nachmittag wurde das Tribute Album mit dem Titel „We love Udo“ im Astor-Kino vorgestellt. Darauf gratulieren 24 Künstler Udo mit ihren ganz eigenen Interpretationen von Udo-Songs zum runden Geburtstag.

Einige Gäste im Stilwerk haben sich a la Udo mit dunklen Sonnenbrillen oder stylischen Filzhüten geschmückt und jubeln zunächst dem Posing eines Lindenberg-Doubles zu. Und natürlich wird Eierlikör ausgeschenkt. Schließlich kann sich der Meister im grauen Nadelstreifensakko mit gelb gestreiften Schulterstücken höchst selbst, von allen wichtigen Interviews und Medienschaffenden lösen, denen er zuvor mit leicht gestülpten Lippen – mal mehr, mal weniger – unnachahmlich in die Kameras genuschelt hatte. Immer mal wieder tippelt und tänzelt er mit leicht gebeugten Knien auf der Stelle – so, wie man ihn kennt. Er wird zunehmend umringt von persönlichen Bekannten und viel Prominenz aus der Show-, Musik- und Kulturbranche. Meist in seiner Nähe Lebenspartnerin Tine Acke (49 J.).

ROCKIKONE UDO LINDENBERG WIRD 80 JAHRE

Für sein Alter zeigt er eine erfreuliche Kondition und ist allen geduldig zugewandt. An einige Gesichter scheint er sich tatsächlich zu erinnern, bei anderen tut er zumindest so. Unzählige Fotos werden gemacht und es wird viel gelacht. Bei einer günstigen Gelegenheit kann auch ich ihn kurz ansprechen und zeige ihm die Buchstaben U-D-O-Versum an meinem Kragenausschnitt. Er lächelt und drückt meine Hand mit der Ghettofaust, also Daumen oben. Als er einen Moment festhält, er hat zarte, gepflegte Hände, bleibt mir noch Zeit für ein Bitt-Statement: „... und der Oberindianer bleibt original im Text“ (irgendwelche „Political-Correctness-Gut-Menschen“ hatten erst kürzlich die Eliminierung des Begriffes „Oberindianer“ aus dem Sonderzug-Song gefordert). Uns trennen nur 20 Zentimeter und verschmitzt schaut der 1,75 Meter große Barde unter seinem Hut mir in die Augen und sagt: „na klar bleibt der drin; an der Stelle singe ich jetzt immer „liiiiidaner“. Herrlich.

Zu guter Letzt folgt nach 1,5 Stunden im Erdgeschoß schließlich der Laudatoren- und Musikakt, auf den alle gewartet haben. Kultursenator Dr. Carsten Prosda weist u.a. daraufhin, daß Udo Lindenberg nach Johannes Brahms erst der zweite Musiker sei, dem die Ehrenbürgerschaft der Stadt verliehen wurde (insgesamt sind es 37). Laudatorin Olivia Jones wird indes nicht müde zu betonen, Udo immer als Inspirationsquelle gesehen zu haben. „Er hat immer an mich geglaubt und ich habe viel von ihm gelernt“. Sie würde sich (jemand vom Typ) Udo gar als Bundespräsident wünschen, da er immer für Toleranz und die Liebe eintrete.

Sie nennt das „Unterhaltung mit Haltung“ und schwärmt weiter, daß Udo einfach alles könne, sogar Rollschuhlaufen. Er scheine einfach unkaputtbar und werde zu seinem 100. Geburtstag wahrscheinlich von einem Ufo abgeholt.

Dann aber geht's los. Udo am Mikro, sein Freund und langjähriges Bandmitglied Kravetz am Keyboard. Gleich zu Beginn singt er mit „Hinterm Horizont geht's weiter“ eines meiner Lieblingslieder; die ganze Eingangshalle singt und schwingt vollmundig mit. Gänsehautfeeling. Nach dem dritten Song tritt als Überraschungsgast kurz „Otto“ auf die Bühne. Eine herzliche Umarmung, ein kurzer Jodler und gegenseitige Bekundungen zur Wertschätzung. Gemeinsam stimmen sie kurz „Highway to hell“ an und erinnern sich an alte WG-Zeiten: Otto schlief einen Stock tiefer und erlebte wie das Wasser aus dem oberen Stock von der Decke tropfte, weil Udo darüber, was auch immer angestellt oder vergessen hatte.

Das Grande Finale gerät fast nachdenklich, denn der „Kids-on-Stage-Chor“ betritt die Bühne und stimmt in sein Lied „Wozu sind Kriege da?“ ein. Ein junger Solist haucht resigniert: „Was kann ich schon tun, ich bin ja nur ein Kind.“ Der erklärte Sozialdemokrat ließ es sich in zwei Zwischenakten nicht nehmen, seine politische Gesinnung klar zum Ausdruck zu bringen und schwört auf gelebte Vielfalt. Schließlich schwingt er sein Likörgläschen, prostet in die Runde von Gästen und Weggefährten (darunter auch sein Freund und Bandkollege „Steffi“ Stephan) und nuschelt etwas wie: „Immer schön auf die Gesundheit achten, aber so ein Eierlikörchen kann ja wohl niemand schaden.“

Mehrfach läßt er ganz typisch das Mikrokabel kreisen; unvermittelt brandet herzlicher Applaus auf. Auch, als er sein Ehrengeschenk – ein riesiges Bild mit markanten Lebensstationen – in Empfang nimmt. Ein Eröffnungsabend mit vielmehr als nur WOW-Effekt – ein Moment für die Ewigkeit.

Und Udo? Er, der für andere Künstler und Weggefährten stets viel Lob findet und jedem den Erfolg gönnt, scheint wahrhaft gerührt über die Mühen seines „Zauberteams“ und wie man ihn in „seinem Hamburg“ feiert. Er versteckt sich auch nicht den ganzen Abend hinter seiner schwarzen Brille, nimmt sie hin und wieder ab; nur der Hut bleibt, wo er ist.



Also rein in die farbenfrohe „Erlebniszentrale“. Die temporäre Pilgerstädte für alle Udo Fans oder solche die es werden wollen, lädt noch bis 31.10.26 dazu ein, die Welt von Lindenberg neu zu entdecken. Ein Schwerpunkt liegt auf Lindenegers bildender Kunst: So geben zum Beispiel seine berühmten, tatsächlich mit Likör gemalten „Likörelle“ sowie Skizzenbücher und weitere Werke aus dem Atelier spannende Einblicke in sein kreatives Schaffen. Eine neu produzierte Hörführung begleitet durch die Ausstellung und verbindet Musik, Malerei und Show. Eintritt ab 14,- Euro. Das offizielle Begleitbuch zur Ausstellung im Hamburger Stilwerk (inkl. Diskografie) ist der Katalog „UDOVERSUM. Die große Udo Lindenberg Ausstellung“, herausgegeben von Frank Bartsch. Es illustriert wahren Zeitgeist und verdeutlicht auf 240 informativen Text- und Bildseiten „wie Udo so tickt“. Es ist für 39,95 Euro zu haben und ist bei der Verlagsbuchhandlung Lempertz Edition erschienen.

„Ich habe die Ausstellung selbst noch gar nicht in Ruhe betrachten können“, so Lindenberg. Kuratoren und Veranstalter haben hier tolle Arbeit geleistet. „Ich bin von Beruf Udo Lindenberg, meinen Job gibt es nur einmal auf der Welt“. Besser kann man es nicht formulieren. Alles Gute und weiter so, denn: Hinterm Horizont geht's weiter ...



Kolumnistin Petra Fritz

Petra geht es nie schnell genug. Leerlauf heißt Stillstand. Der Geist darf nicht ruhen und der Körper schon gar nicht. Deshalb zieht es sie selbst bei fiesem Hamburgwetter in die abendlichen Kulturangebote. So von allem aufgeladen spitzt sie ihre Feder. Spaziergänge, Feminismus, Best Ager, Burlesque. Rein in jedes Thema, wenn es funzt. Durchdenken und durchleben. Schöne Sprache. Petra ist ihr ganz eigenes Kraftwerk.



LIVEMUSIK- UND EVENTTERMINE IM HARD ROCK CAFE HAMBURG 2026

AUGUST

26.08.2026:

Warsteiner Musikdurstig mit Ben Stone (ab 20.30 Uhr)

SEPTEMBER

17.09.2026:

Warsteiner Musikdurstig mit Georgia Elizabeth (ab 20.30 Uhr)

OKOTBER

14.10.2026:

Coke Rocks Livemusic ab 20.30 Uhr

NOVEMBER

ab November 2026 Eisstockschießen auf unserer Dachterrasse

11.11.2026:

Coke Rocks Livemusic ab 20.30 Uhr

DEZEMBER

31.12.2026:

Große Silvesterparty im Hard Rock Cafe Hamburg, ab 21.00 Uhr

HAMBURG

Alle aktuellen Termine
findest du auch hier



STILL LOUD, STILL HERE

– Wo Musikgeschichte Weiterlebt

Zwischen Hafenluft, Neonlichtern und langen Nächten lebt ein Stück Musikgeschichte bis heute weiter. Nicht in einem Museum. Sondern im Hard Rock Cafe Hamburg.

Das sind keine Ausstellungsstücke. Es sind Zeugen. Von Geschichten, die man nicht nur erzählt – sondern sehen kann.



Abb. Setty Moïs

Zwischen Altem und Neuem treffen heute Gäste aus aller Welt zusammen. Ein Ort, an dem Musikgeschichte spürbar ist.



JETZT
GUTSCHEIN
SICHERN





ALEX
STOLDT

VORFREUDE AUF DIE STILLE

Wenn Alex Stoldt die Bühne betritt, passiert oft erst einmal nichts. Und genau das ist der Plan. In einer Welt, in der Comedy oft laut, schrill und auf ADHS-Niveau getaktet ist, wirkt der Norddeutsche wie der Stoiker unter den Pointen-Lieferanten. Wir haben mit ihm über das Aushalten von Pausen, norddeutsche Gene und die Macht der Vorbereitung gesprochen.

Wer Alex Stoldt nach seiner Identität fragt, bekommt keine ausschweifende Biografie. „Hey, ich bin Alex Stoldt“, sagt er – und man hört die hanseatische Kürze förmlich heraus. Es ist genau dieser Minimalismus, der ihn zu einem der spannendsten Gesichter der aktuellen Stand-up-Szene macht. Während andere Comedians wie bemühte Animatoren wirken, die das Publikum mit Dauerfeuer bei Laune halten müssen, traut sich Stoldt etwas, das viele Profis in den Wahnsinn treibt: die Stille.

„Ich kann Stille schlecht aushalten, wenn ich selbst nicht weiß, was als Nächstes kommt“, gibt er zu. Doch wenn er weiß, wo die Reise hingeht, verwandelt sich das unangenehme Schweigen in ein Werkzeug. „Die Stille vor einer Pointe ist für mich eher vorfreudig und leicht zu genießen.“ Sein Geheimnis gegen die Panik auf der Bühne? „Vorbereitung.“

Das klingt unspektakulär, ist aber die chirurgische Basis seiner Arbeit. Seine Gags sind so weit runterdestilliert, bis kein Gramm Fett mehr dran ist. Auf die Frage, ob er Sätze so lange feilt, bis jedes überflüssige Wort gestrichen ist, antwortet er nur mit einem knappen: „Ja.“ Ein Mann, ein Wort – im wahrsten Sinne.

Diesen minimalistischen Ansatz sieht er gar nicht unbedingt als bewusste Rebellion gegen die Comedy-Norm, sondern eher als logische Konsequenz seines eigenen Geschmacks. Für Alex ist Stand-up im Kern einfach „ein Mensch auf einer Bühne“. Alles andere sei kulturelles Beiwerk. „Ich mag es, wenn Comedians nicht wirken wie bemühte Animatoren. Ich versuche die Art Comedy zu machen, die ich selber gerne gucken würde.“

Dass er dabei oft so wirkt, als könne ihn nichts aus der Ruhe bringen, ist Teil der Faszination. Doch auch die stoischste Fassade bekommt Risse. Er lacht selbst dann, wenn etwas Unerwartetes passiert – oder, was man bei ihm kaum vermutet, wenn er unsicher ist. „Lustigerweise lache ich auch, wenn es nicht so gut läuft. Aber das versuche ich natürlich zu vermeiden.“

Seine Herkunft spielt dabei eine tragende Rolle. Die norddeutsche Mentalität, die oft als „trocken“ oder „unterkühlt“ missverstanden wird, ist sein natürliches Habitat. „Dass ich dieses Animateur-mäßige nicht so mag, hängt sicher damit zusammen, wie ich aufgewachsen bin“, reflektiert er. Es ist eine Comedy, die ohne Schulterklopfen auskommt.

Vom Erfolg hat er dabei nie im klassischen Sinne geträumt, auch wenn er heute im Fernsehen und in den Charts stattfindet. „Ich hab schon von manchen Dingen geträumt, aber nicht vom Erfolgreichsein in dem Sinne.“ Er wirkt fast ein wenig verlegen bei dem Gedanken – eine Bodenständigkeit, die man in der Branche suchen muss.

Auch den Wandel der Szene durch Social Media sieht er pragmatisch. Statt von Senderchefs sei man heute eben von Algorithmen abhängig. Doch der Vorteil überwiegt für ihn: „Insgesamt sind mehr Comedians sichtbar. Es entstehen Subgenres und Stand-up wird mehr als Szene wahrgenommen.“

Wernach dem Gespräch wissen will, was Alex Stoldt eigentlich selbst begeistert, bekommt einen Tipp abseits des Mainstreams: „Janet McNamara: Not Smart Enough“ auf YouTube. Warum? Weil es ehrlich und einzigartig ist. Eigenschaften, die man ohne Zögern auch Alex Stoldt zuschreiben kann. Auch wenn er selbst wahrscheinlich nur mit einem kurzen „Danke“ reagieren würde.





Mariattma Jadie ist 25 Jahre alt, Synchronsprecherin und seit einem halben Jahr auch auf Social Media aktiv. Vor allem aber ist sie eine Frau mit einem klaren Traum: zu moderieren. Ein Wunsch, der sie seit ihrer Kindheit begleitet und bis heute ihre größte Leidenschaft geblieben ist.

Zwischen Moderation, Content Creation und Synchronsprechen weiß Mariattma genau, was ihr am meisten bedeutet. Das Moderieren steht für sie über allem – es ist der Ort, an dem sie sich am meisten entfalten kann.

Auf Social Media zeigt sie sich laut, wild und selbstbewusst. Privat kann sie auch ruhig sein, doch sie weiß: Lautsein funktioniert

online besser. Die Kamera gibt ihr Bestätigung. Das Gefühl, gut zu sein in dem, was sie tut. Glücksgefühle.

Gleichzeitig reflektiert sie sehr klar die Unterschiede in ihrem Arbeitsfeld. Während Influencerinnen viel Gestaltungsfreiheit haben, ist Moderation meist an feste Abläufe gebunden – ein Rahmen, den sie kennt und bewusst annimmt. Ein großes Ziel hat Mariattma fest im Blick: Eines Tages „Joko & Klaas – Das Duell um die Welt“ zu moderieren. Ihre Vorbilder passen zu diesem Anspruch. Stefan Raab, Domian und Klaas Heufer-Umlauf haben sie geprägt – wegen ihres ausgeprägten Talents und der Art, wie sie vor der Kamera sprechen.

Als Frau in der Medienbranche kennt Mariattma die besonderen Herausforderungen ihres Berufs. Ernst genommen zu werden und nicht auf ihr Aussehen reduziert zu werden, gehört für sie zu den zentralen Themen. Trotzdem – oder gerade deshalb – tritt sie selbstbewusst auf und nimmt ihren Platz vor der Kamera ein. Mariattma Jadie ist eine Frau, die weiß, was sie will. Und die bereit ist, dafür sichtbar zu sein – laut, klar und mit Haltung.





SCHAUSPIEL UND MEHR TRÄUME, ZWEIFEL, KREATIVITÄT

Hello, schön, dass ihr hier seid! Heute werde ich hauptsächlich über meine Schauspielausbildung sprechen - die Kurse, die Atmosphäre, die Veränderung durch Corona. Für die, die mich noch nicht kennen: Ich bin Lisa und nehme euch hier ein bisschen mit in mein Leben - von Träumen, Zweifeln, Kreativität, bis zu dem Wunsch und der Möglichkeit als Schauspielerin zu arbeiten. Falls es euch interessiert, schaut auch gerne in Part 1 und 2 aus den letzten Ausgaben rein. :)

Ausbildung Nummer eins war also abgebrochen und meine Zweifel hätten mich fast davon abgehalten an eine Schauspielschule zu wechseln. Als ich mir dann sicher war, dass ich mich immer ärgern würde, es nicht doch zu versuchen, gab es nur noch an einer Schauspielschule in Hamburg einen Termin zum Vorsprechen, um im selben Jahr noch mit der Ausbildung beginnen zu können. Ich hatte mich vorher schon ein bisschen umgehört, welche Schulen gute Bewertungen hatten und war froh, dass diese auch dabei war. Das war das Schauspiel-Studio Frese.

Bei meinem Vorsprechen hatte ich zwei Monologe vorgetragen und ein Lied. Ich weiß noch, dass ich sehr wenig Zeit zum Vorbereiten hatte und mir aus einem Buch mit Monologen welche aussuchte, die ich dann erarbeitete. Bei meinem Termin waren noch drei weitere Personen zum Vorsprechen da, und so warteten wir, bis wir jeweils aufgerufen wurden. Zwei von uns wurden am Ende aufgenommen, zwei nicht.

Meinen ersten Monolog durfte ich ganz durchspielen, bei meinem Zweiten wurde ich schnell unterbrochen und war mir nicht sicher, ob das ein gutes oder schlechtes Zeichen war, aber Spoiler - es war ein Gutes. Beim Feedback sagten sie mir, dass sie sehen wollten, wie schnell ich Sachen umsetzen kann, und dass man mit mir gut arbeiten kann. Das hat mich natürlich gefreut und so baten sie mir meinen neuen Ausbildungsvertrag an und meine nächste Reise, die ich mit noch viel Vorsicht betrat, begann.

Die Ausbildung war für mich ganz anders als meine Musical-Ausbildung zuvor. Natürlich gab es einen anderen Schwerpunkt, aber auch von der Art des Unterrichts war es größtenteils anders und meine Ängste konnten Stück für Stück beseitigt werden, was mir mit der Zeit endlich etwas mehr Selbstvertrauen gab. Auch wenn meine Zweifel immer noch tief verankert waren. Ich wurde an dem Stand abgeholt, an dem ich gerade war und darauf wurde aufgebaut und es wurden Fortschritte geschaffen. Mit neuen Herausforderungen, aber ohne schlecht gemacht zu werden. Scheitern war erlaubt und kleine Schritte ebenso. Man hat gemeinsam einen guten Weg gefunden, der mich dann persönlich am besten weitergebracht hat.

Ich finde es konnte auch besser auf jeden einzeln eingegangen werden, alleine schon, weil wir viel weniger Leute waren. Und das, obwohl wir mit über 20 Leuten das größte Semester waren. Zum Vergleich: An der Musicalschule war ich auch im größten Semester, da waren wir um die 90 Schüler. Auch das Miteinander im Allgemeinen war an der Schauspielschule für

mich entspannter.

Es gab verschiedene Kurse in verschiedenen Semestern. Am Anfang gab es noch Grundlagenunterricht, dann die Erarbeitung von Szenen zu zweit, Improvisations-, Rhythmus- und Sprechunterricht, und später auch die Erarbeitung von Monologen. Kleine Vorbereitungen für das Leben nach der Schauspielschule. Wir hatten außerdem Körperimprovisation, Fechten, Akrobatik, Tai Chi, verschiedene Tanzkurse - also viel für das Körpergefühl. Theaterwissenschaften, Workshops wie „Camera Acting“ und Kooperationen mit der HAW, wo wir die Möglichkeit bekamen in Kurzfilmen mitzuspielen, gab es auch, sowie Gesang und Chor, wobei wir Chor durch die Pandemie nicht lange hatten, da es später nicht so schnell wieder aufgenommen werden konnte. Gegen Ende des ersten Semesters ging die Pandemie schon los und Semester zwei startete via Zoom.

Ich weiß noch, dass ich in der Zeit zu meiner Familie gefahren bin und die Unterrichte von dort aus wahrnahm. Für die Lautstärke und platztechnisch war es im Haus entspannter als in meinem Zimmer im Studentenwohnheim, in dem ich zu der Zeit noch wohnte. Denn es wird ja auch mal geschrien, sich durch den ganzen Raum bewegt oder laut gesungen. Eine Szene zu erarbeiten über den Laptop war schon eine ganz andere Herausforderung, viele Ebenen entfielen und eine andere entstand. Was ich persönlich cool fand, waren die kreativen Projekte, die neu dazukamen, durch die Einschränkung des normalen Unterrichts. Wir haben Bilder nachgestellt, sie beispielsweise mit anderen zusammengefügt, sodass es aussah, als wären

PART 3 - SCHAUSPIELAUSBILDUNG WÄHREND DER PANDEMIE

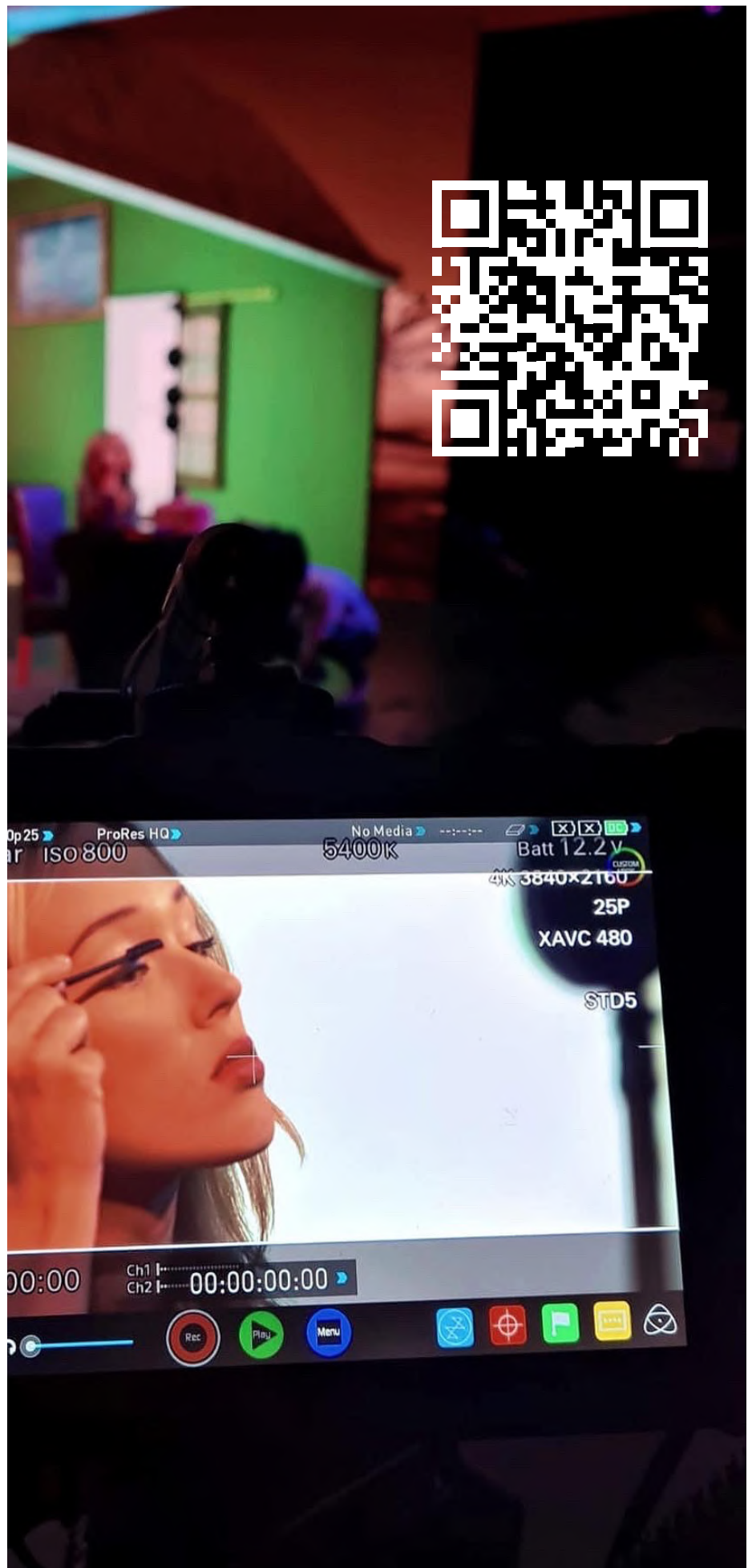
wir im selben Raum, haben Videos zu bestimmten Themen gedreht und sie danach gemeinsam angeschaut und darüber gesprochen.

Irgendwann, ich glaube ca. im dritten Semester, ging es mit Einschränkungen dann wieder in den Präsenzunterricht. Immer einen aktuellen Test, Masken, sich in Listen einschreiben. Masken durften im Spiel abgenommen werden, Abstand musste trotzdem in den Szenen gehalten werden. Es waren wie drei verschiedene Parts: Die Ausbildung vor Corona, während des Onlineunterrichts und eingeschränkt danach. Und irgendwann war es dann wieder normal. Unser Abschluss ohne Masken und Abstände. Und die große Frage wie es danach weitergeht.

Um nochmal abschließende Worte zu finden, hat mich die Schauspiel Ausbildung auf jeden Fall weitergebracht. Ich bin über meine Ängste hinausgewachsen und habe neue Dinge probiert. Habe gelernt mir Zeit zu lassen und meine kleinen Erfolge zu feiern. Habe angefangen mehr an mich zu glauben und fühlte mich am Ende bereit für den nächsten Schritt, auch wenn ich noch gar keine Idee hatte wo dieser starten könnte. Zwar war meine erste Ausbildung nicht das Richtige für mich, dennoch bin ich froh zuerst diesen Weg gegangen zu sein, denn einiges gelernt habe ich auch dort. Und nur durch diese beiden Wege und Erfahrungen, bin ich an den Punkt gekommen, an dem ich dann schließlich war.

Wenn ihr Fragen, Wünsche oder Feedback habt, dann schreibt mir gerne ne DM über Instagram @lisaherrmann_98

Bis zum nächsten Mal! :) Lisa



EIN KIND HAT KEINE AGENDA ALS ICH MEINE GEFÜHLE BEGANN ZU HINTERFRAGEN.



Mit der Zeit wurde aus dem winzigen Ei langsam eine kleine Raupe. Noch immer war ich ein verträumtes Kind, das stundenlang in Geschichten verschwinden konnte. Nach außen wirkte alles normal. Schule, Geburtstage, Dorffeste, Familienfeiern. Ich lachte viel, spielte viel mit Barbie oder Lego, ging mit meinen Freundinnen Eis essen oder malte Topmodel Bilder aus und träumte weiterhin von meinem späteren Leben. Doch irgendwo auf diesem Weg begann sich etwas zu verändern. Nicht in dem, was ich fühlte, sondern darin, wie ich meine Gefühle plötzlich wahrnahm.

Ich erinnere mich noch genau an einen Nachmittag bei meiner Tante. Ich blätterte durch irgendeine Modezeitschrift, wahrscheinlich viel zu alt für mich und eigentlich völlig uninteressant. Zumindest dachte ich das. Meine Tante beobachtete mich einen Moment lang und sagte dann beiläufig: „Du schaust dir ja nur die Mädchen an. In deinem Alter fand ich immer die Jungs interessant.“ Es war kein böser Satz. Kein Vorwurf. Wahrscheinlich war er für sie völlig bedeutungslos. Für mich jedoch fühlte es sich an, als hätte jemand plötzlich das Licht in einem dunklen Raum angeschaltet.

Zum ersten Mal stellte ich mir die Frage, die alles veränderte. Warum schaue ich eigentlich nur die Mädchen an?

Bis zu diesem Moment hatte ich nie darüber nachgedacht. Mädchen schön zu finden war für mich so selbstverständlich gewesen wie Sommerregen oder der Geruch von frisch gemähtem Gras.

MEIN PERSÖNLICHES OUTING -PART 2-

Doch plötzlich bekam dieses Gefühl einen Namen, ein Gewicht, etwas Fremdes. Etwas, das mich von den anderen unterschied. Ab diesem Tag begann der innere Konflikt.

Denn ich wuchs nicht in einer Großstadt auf, in der Vielfalt sichtbar war. Ich wuchs in einem kleinen Dorf auf. Dort kannte jeder jeden. Jeder wusste, wer mit wem zusammen war, wer sich getrennt hatte, wer „anders“ war. Und gleichzeitig kannte ich niemanden, der wirklich anders war. Zumindest niemanden, der es zeigte.

Es gab keine Vorbilder für mich. Keine Frau in meiner Umgebung, die eine andere Frau liebte- und selbst wenn hätte ich diese wahrscheinlich nicht erkannt. Keine Geschichten darüber. Keine Gespräche. Kein Verständnis dafür, dass so etwas überhaupt existierte. In Filmen verliebte sich das Mädchen in den Jungen. In Büchern genauso. Auf Hochzeiten standen Männer vorne und warteten auf ihre Frauen. Alles um mich herum schien mir zu sagen, wie mein Leben später aussehen sollte.

Nur ich passte plötzlich nicht mehr in dieses Bild hinein. Und genau das machte mir Angst. Ich begann mich selbst zu beobachten. Jede Situation wurde plötzlich analysiert. Warum fand ich dieses Mädchen hübsch? Warum wurde ich nervös, wenn eine bestimmte Freundin meine

Hand nahm? Warum fühlte sich das alles gleichzeitig richtig und falsch an? Es war, als würde die kleine Raupe langsam verstehen, dass mit ihrer Entwicklung etwas

geschieht, das sie selbst nicht kontrollieren kann.

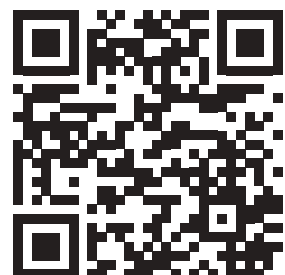
Ich versuchte lange, diese Gedanken wegzuschieben. Redete mir ein, dass es nur eine Phase sei. Dass irgendwann schon „der Richtige“ kommen würde, weil doch alle sagten, dass es so funktioniert. Ich wollte normal sein. Nicht auffallen. Nicht anders sein. Vor allem nicht auf einem Dorf, in dem Anderssein sich manchmal anfühlte wie ein riesiger roter Pfeil über dem eigenen Kopf.

Außerdem hatte ich große Angst meine Familie zu verlieren oder zu enttäuschen. Vor allem als Kind, wenn man zuhause wohnt und die eigene Familie noch die komplette Welt für einen ist macht einem der Gedanke deshalb verlassen zu werden große Angst. Doch je mehr ich gegen mich selbst kämpfte, desto erschöpfter wurde ich innerlich.

Das Schwerste an meinem Outing war am Anfang lange nicht die Angst vor anderen Menschen. Das Schwerste war mein Outing vor mir selbst. Sich einzugestehen, dass die eigenen Gefühle echt sind, obwohl man sich wünscht, sie wären es nicht, ist ein unfassbar schmerzhafter Prozess. Vor allem als junges Mädchen, das nie gelernt hat, dass es überhaupt okay wäre, so zu fühlen. Lange Zeit empfand ich sogar richtige Wut bei diesem Thema, ich erinnere mich noch daran als meine damalige Beste Freundin zum Spaß oder aus Neugier das erste Mal eine Frau küsste. Es machte mich rasend vor Wut zu diesem Zeitpunkt, weil ich so viel Eifersucht empfand. Eifersucht, dass sie es sich nicht selbst verboten hatte es auszuprobieren, Eifersucht dass sie nun wusste wie

es ist ein Mädchen zu küssen. Einfach alles störte mich daran und ich reagierte fürchterlich wütend und abwertend wofür ich mich noch heute sehr schäme. Um so länger ich versuchte dieses Thema zu ignorieren, desto mehr verspürte ich den Wunsch nach innerer Freiheit.-Den Wunsch, einfach einmal herauszufinden, wer ich wirklich bin, wenn niemand zuschaut. Wenn niemand urteilt. Wenn niemand mich bereits in eine Rolle gesteckt hat.

Irgendwann fasste ich deshalb einen Entschluss: Nach dem Abitur wollte ich weg. Raus aus meiner Kleinstadt. Raus aus all den Blicken, Erwartungen und unausgesprochenen Regeln. Ich wollte ins Ausland gehen, weit weg von allem Vertrauten. An einen Ort, an dem mich niemand kannte. Einen Ort, an dem ich einfach ich selbst sein könnte. Vielleicht, dachte ich damals, könnte ich dort zum ersten Mal ausprobieren, wie es sich anfühlt, eine Frau zu lieben, ohne Angst davor zu haben, verurteilt zu werden. Und deshalb ging ich mit achtzehn Jahren fort, nach Paris, der Stadt der Liebe. Junge Menschen wollen kein Trend sein und keine Debatte auslösen. Sie versuchen nicht, besonders zu sein. Sie versuchen lediglich herauszufinden, wer sie wirklich sind — in einer Welt, die ihnen oft viel zu früh erzählt, wer sie angeblich sein sollten.



YARAS KOLUMNE: MÄNNLICHKEIT IM UMBRUCH

Gedanken von einer Frau über die Frage, warum Männer Feminismus immer noch Missvestehen, warum es gerade jetzt feministische Männer braucht und wie das aussehen kann

Es gibt dieses seltsame Phänomen, das mir in letzter Zeit immer häufiger auffällt: Wenn man sich heute unterhält, würden die allermeisten Männer (glücklicherweise) sofort unterschreiben, dass Frauen dasselbe verdienen sollten, dass Respekt eine Selbstverständlichkeit ist und Care-Arbeit geteilt gehört. Alles cool, alles progressiv. Doch sobald das Wort „Feminismus“ im Raum steht, werden Schultern hochgezogen, Haltungen defensiv und die Stimmung verändert sich kaum merklich, aber spürbar.

Sich selbst als Feminist zu bezeichnen, wirkt auf viele ansonsten völlig empathische und reflektierte Männer plötzlich wie ein Eingeständnis von Schwäche oder wie etwas „Unnötiges“. Dabei ist es nicht so, dass sie echte Gleichberechtigung ablehnen. Es ist vielmehr ein tiefes Unverständnis darüber, was dieser Begriff eigentlich für sie ganz persönlich bedeutet. Ich frage mich in solchen Momenten oft: Was steckt wirklich hinter dieser Abwehrhaltung? Warum gilt emotionale Verdrängung oft immer noch als männliche Stärke, während das Entstehen für authentischen Gleichstand belächelt wird? Vielleicht ist es an der Zeit, dass wir uns alle – Frauen wie Männer – ehrlich und ohne Vorwürfe mit unserer eigenen, internalisierten Misogynie und den Strukturen, in denen wir leben, auseinandersetzen.

Die Gegenbewegung rollt

Man könnte diese Beobachtungen als harmlose Diskussionen bei einem Glas Wein abtun, wenn die Realität da draußen nicht gerade eine andere Sprache sprechen würde. Wir können uns nämlich nicht darauf ausruhen, dass die Gleichberechtigung ein Selbstläufer ist. Global sehen wir gerade eine massive Gegenbewegung. Abtreibung ist schon in vielen Ländern verboten, auf Social Media romantisieren „Tradwives“ die Rollenverteilung der 50er-Jahre, ein medialer Skandal zu Übergriffen von Männern jagt den nächsten und misogynen Online-Radikalismus überschwemmt die Feeds und Foren. Antifeministische Influencer, endlose Dating-Kriege auf TikTok und „Sigma Male“-Podcasts bieten scheinbar einfache Antworten auf eine zunehmend komplexe Welt.

Männer sind oft die direkte Zielgruppe all dieser Narrative. Genau deshalb ist das keine kleine Theorie mehr. Es stellt sich für jeden Mann heute eine ganz akute, politische Frage: Welche Art Mann willst du sein, wenn Gleichberechtigung plötzlich wieder verhandelbar wird?

Die Angst vor dem F-Wort

Um diese Frage gut beantworten zu können, müssen wir erst einmal verstehen, woher diese tiefe Skepsis kommt. Viele Männer haben schlichtweg ein völlig verzerrtes Bild davon gelernt, was Feminismus ist. Sie kennen ihn oft nur als überspitztes Meme, als wütenden Ragebait im Internet oder als Schreckgespenst, bei dem man „ja gar nichts mehr sagen darf“. Die Sorge ist groß,

Feminismus sei eine Anti-Männer-Bewegung, bei der Frauen gewinnen und Männer automatisch verlieren müssen. Dabei ist ein Punkt so essenziell: Der Feminismus kritisiert immer Machtstrukturen in der Gesellschaft an sich und keine individuellen Männer per se.

Was in den hitzigen Debatten nämlich fast immer untergeht, ist die Tatsache, dass eine patriarchale Männlichkeit nicht nur Frauen schadet, sondern auch den Männern selbst massiv zusetzt. Männer sterben statistisch früher. Sie sprechen seltener über ihre psychische Gesundheit und suchen sich viel später Hilfe. Sie lernen von klein auf emotionale Isolation statt wirklicher Intimität und verknüpfen ihren Wert an Leistung, Sex oder Status. Das Patriarchat ist kein System, das Männern nur Vorteile bringt. Es ist ein System, das sie unter anderem von ihrer eigenen Gefühlswelt abschneidet.

Wie all das nun zusammenhängt? Ganz einfach: Feminismus nimmt Männern ihre Männlichkeit nicht weg. Er nimmt ihnen vielmehr die schwere Last, permanent etwas beweisen zu müssen. Wie tief dieser Leistungsdruck sitzt, merke ich durch die Arbeit an meinem Podcast „UNDRESSED – der Podcast mit Yara“ (überall, wo es Podcasts gibt) immer wieder: Viele Männer haben gelernt, Sex und Interaktionen mit Frauen wie einen Wettbewerb zu betrachten, bei dem man abliefern und die Kontrolle behalten muss.

Oft werden andere Männer zu Rate gezogen, statt mit der betroffenen Frau selbst zu sprechen und ihr Fragen zu stellen. Ein geäußelter Wunsch nach echter Nähe und Verletzlichkeit überfordert dann,

WARUM FEMINISMUS DAS BESTE IST, WAS MÄNNERN PASSIEREN KANN

weil das alte Skript nicht mehr funktioniert.

Genau hier bietet der Feminismus einen Ausweg. Sein Fokus auf Konsens macht Sex nicht komplizierter, sondern schlichtweg ehrlicher. Er nimmt den Druck heraus, schafft einen sicheren Raum für Intimität und hilft Männern dabei, die erschöpfende Rolle des bloßen Performers abzulegen, um zu tatsächlich beziehungsfähigen Partnern zu werden.

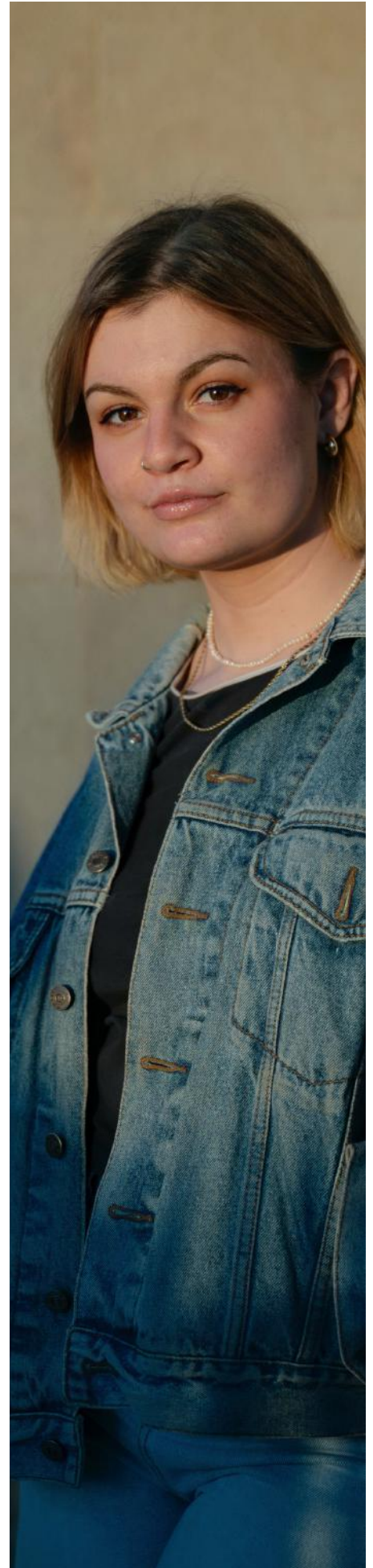
Zuhören und Anerkennen der Strukturen

Wenn wir erkennen, wie viel Potenzial für echte Verbundenheit im Feminismus steckt, wird auch klarer, wie eine zeitgemäße Rolle für Männer aussehen kann. Der Feminismus braucht Männer nicht als ritterliche Retter. Aber wir brauchen sie als Verbündete, die in Räumen Verantwortung übernehmen, zu denen Frauen oft gar keinen Zugang haben. Sexismus entsteht und verfestigt sich häufig in reinen Männerrunden. Und oft ist es das unkommentierte Schweigen der „guten“ Männer, das dieses Verhalten stabilisiert.

Viele Männer scheuen das Thema, weil sie Angst haben, etwas Falsches zu sagen. Aber Feminismus beginnt nicht mit moralischer Perfektion, und es gibt auch keine Schablone, die sich auf jeden Einzelnen stützen lässt. Er beginnt oft schon mit ganz kleinen, unspektakulären und vor allem machbaren Schritten: Frauen einfach mal zuzuhören, ohne sofort in eine defensive Gegenargumentation zu verfallen. Fragen zu stellen. Beim sexistischen Witz in der Umkleidekabine nicht aus Gewohnheit mitzulachen.

Bewusst Bücher oder Podcasts von Frauen zu konsumieren. Einfach nur zu Benennen, wenn sexistisches Verhalten gesehen wird. Und vor allem zu erkennen, dass der Hinweis auf ein altes Denkmuster kein persönlicher Angriff ist, sondern eine wertvolle Einladung zum Wachsen.

Wir neigen dazu, Dinge immer sehr schnell bewerten und mit einem Stempel versehen zu wollen. Aber vielleicht müssen wir einfach eine Weile aushalten, dass Männlichkeit gerade im Umbruch ist. Vielleicht braucht es heute keinen „Alpha Male“ mehr, der lauter brüllt als jeder Löwe. Vielleicht braucht es einfach Männer, die keine Angst mehr davor haben, verletzte Menschen zu sein. Feminismus ist nicht das Ende von Männlichkeit. Wenn wir es zulassen, ist er vielleicht ihre erste, wirklich ehrliche Weiterentwicklung.





Den Blick geradeaus. Die Schultern fest. Den Mund geschlossen. Man sieht ihn sofort. Vielleicht, weil er so vertraut wirkt. Vielleicht, weil wir alle irgendwo schon einmal vor ihm standen. In Familien. In Filmen. In Beziehungen. In Gesprächen nach einem langen Abend. In diesem Moment, in dem eigentlich etwas gesagt werden müsste, aber nichts kommt.

Die Rede ist von dem Mann. Dem Mann, der nichts fühlt.

Oder sagen wir es ehrlicher: dem Mann, der gelernt hat, so zu tun, als würde er nichts fühlen.

Da hängt er also. In diesem schweren Rahmen, den viele von uns schon so lange kennen, dass wir ihn manchmal gar nicht mehr hinterfragen. Ein Mann, der da ist und trotzdem nicht richtig erreichbar. Einer, der antwortet, aber nichts aufmacht. Einer, der sagt: „Alles gut“, obwohl alle im Raum merken, dass gar nichts gut ist. Und trotzdem steht dieser Satz da. Wie eine Wand. Wie ein Schlussstrich unter einem Gespräch, das eigentlich gerade erst anfangen müsste.

Lange wurde genau das als Stärke verkauft. Ein Mann, der sich im Griff hat. Einer, der nicht lange redet. Einer, der Dinge mit sich selbst ausmacht. Klingt erstmal stabil, ne? Klingt nach Ruhe. Nach Kontrolle. Nach erwachsen sein. Aber je länger ich auf dieses Bild schaue, desto weniger sehe ich Stärke. Ich sehe eher einen Menschen, der irgendwann gelernt hat, sich selbst zu verlassen, bevor es andere tun können.

DER MANN, DER NICHTS FÜHLT

Und das meine ich gar nicht als Vorwurf aus sicherer Entfernung. Ich kenne dieses Bild. Ich kenne diese alten Sätze. Reiß dich zusammen. Stell dich nicht so an. Komm klar. Das muss einem nicht mal jeden Tag jemand direkt ins Gesicht sagen. Manchmal reicht es, damit aufzuwachsen, welche Gefühle bei Jungen Raum bekommen und welche nicht. Wut geht oft irgendwie noch. Härte auch. Coolness sowieso. Aber Traurigkeit? Angst? Bedürftigkeit? Unsicherheit? Da wird es schnell eng.

Der erste Riss in diesem Bild entsteht für mich genau da, wo wir aufhören, Schweigen für Tiefe zu halten.

Denn der Mann, der nichts fühlt, fühlt meistens sehr viel. Er hat nur oft keine Sprache dafür. Und wenn ein Gefühl keine Sprache bekommt, verschwindet es ja nicht einfach. Es sucht sich andere Wege. Es wird zu Rückzug. Zu einem kurzen Ton am Küchentisch. Zu diesem Blick aufs Handy, genau dann, wenn ein Gespräch nah werden könnte. Zu Gereiztheit. Zu Kontrolle. Zu einem „Boah, jetzt mach doch kein Drama“, obwohl gar kein Drama passiert, sondern nur jemand versucht, Verbindung herzustellen.

Ich glaube, viele Männer halten sich selbst für unkompliziert, weil sie nicht über Gefühle sprechen. Aber oft machen sie es damit nicht unkomplizierter. Sie machen es nur für andere anstrengender. Dann müssen Partner:innen deuten, was nicht gesagt wird. Kinder spüren Stimmungen, für die niemand Worte findet. Freundschaften bleiben über Jahre stabil,

aber irgendwie auch flach, weil man über alles reden kann, nur nicht darüber, was wirklich weh tut.

Und ja, natürlich ist dieses Bild nicht einfach vom Himmel gefallen. Viele Männer haben es geerbt. Von Vätern, die selbst keine Worte hatten. Von Großvätern, die wahrscheinlich noch weniger Worte hatten. Von einer Gesellschaft, die Jungen bis heute oft beibringt, dass sie stark wirken sollen, bevor sie überhaupt verstanden haben, was in ihnen passiert. Aber geerbt heißt eben nicht: muss bleiben.

Das ist der Punkt, an dem es für mich ernst wird. Weil ich sehr wohl Mitgefühl dafür habe, wie Männer geprägt werden. Aber dieses Mitgefühl darf nicht zur Entschuldigung werden, andere Menschen dauerhaft vor verschlossene Türen laufen zu lassen. Irgendwann reicht „Ich bin halt so“ nicht mehr. Dieser Satz klingt manchmal ehrlich. Manchmal ist er aber auch einfach bequem. Eine kleine Ausfahrt aus der Verantwortung.

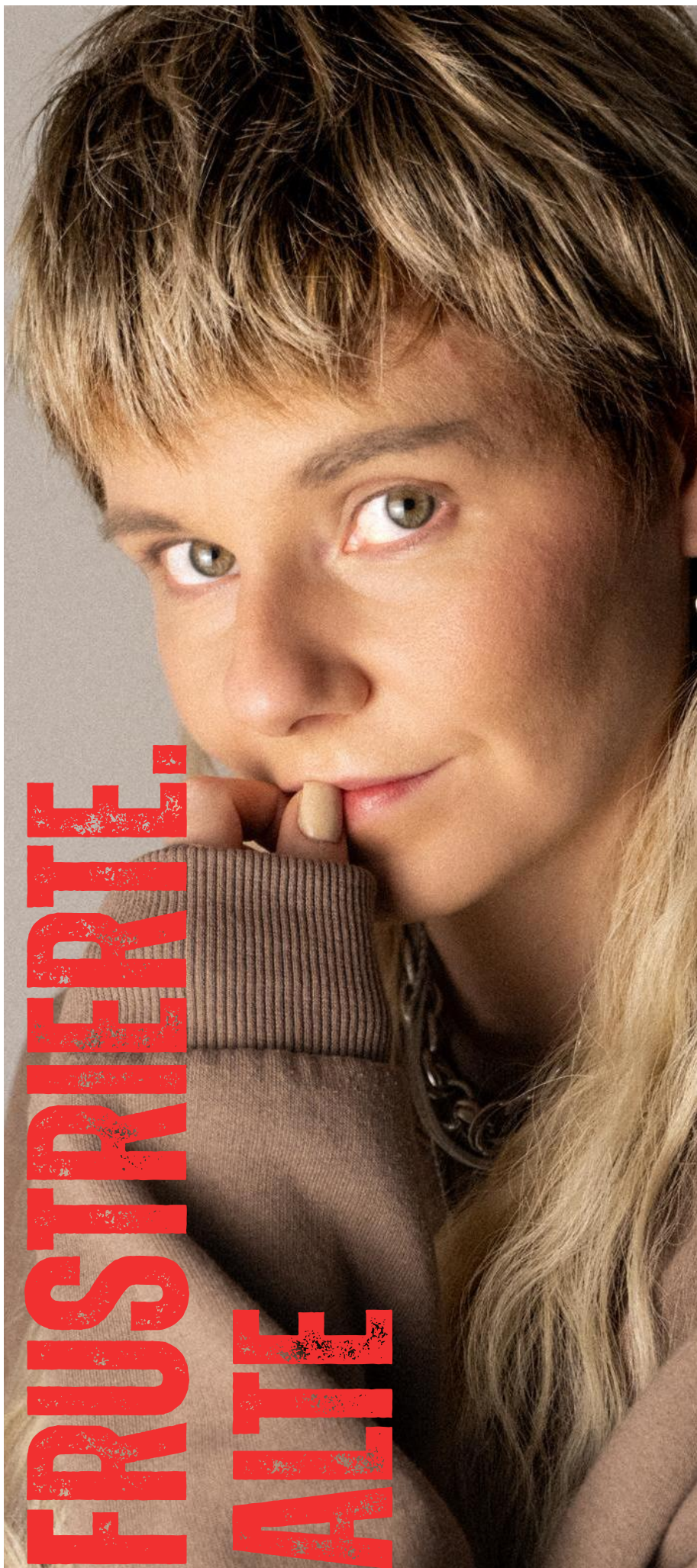
Vielleicht fängt ein anderes Männerbild gar nicht groß an. Nicht mit einer kompletten Verwandlung. Nicht mit perfekten Worten. Vielleicht reicht am Anfang ein Satz wie: „Ich merke gerade, dass ich dichtmache.“ Oder: „Ich weiß nicht, was ich fühle, aber ich will nicht einfach weg.“ Das klingt klein. Für viele Männer wäre genau das aber schon ein ziemlich großer Bruch mit dem, was sie gelernt haben. Weil es eben nicht darum geht, plötzlich alles auszubreiten. Es geht darum, nicht immer wieder an derselben Stelle zu verschwinden.

Nicht körperlich vielleicht. Aber emotional. Innerlich. In diesem Raum zwischen zwei Menschen, in dem Nähe möglich wäre, wenn einer nicht jedes Mal die Tür zumacht.

Ich glaube, wir brauchen weniger Männer, die sich selbst für eine Festung halten. Und mehr Männer, die verstehen, dass Nähe nicht entsteht, wenn andere dauerhaft vor der Mauer warten. Emotionale Verantwortung ist keine nette Zusatzleistung, die man irgendwann mal einbringt, wenn gerade Zeit und Kraft übrig sind. Sie gehört dazu. Zu Beziehungen. Zu Freundschaften. Zu Elternschaft. Zu allem, was ehrlich miteinander zu tun haben will.

Der Mann, der nichts fühlt, hängt noch immer an vielen Wänden. In Sprüchen. In Erwartungen. In Familiengeschichten. In Körpern. In diesem kurzen Zucken, wenn es zu nah wird. In diesem Reflex, sofort sachlich zu werden, wenn es eigentlich emotional wird. In diesem alten Glauben, dass ein Mann weniger Mann ist, wenn er sagt, dass ihm etwas weh tut. Aber je länger man hinsieht, desto deutlicher wird der Riss im Rahmen. Dieses Bild hat nie nur Stärke gezeigt. Es hat auch Verlust verdeckt. Es wird Zeit, dieses Bild abzuhängen.





Anja, nun also Autorin und bald mit deiner ersten Lesung am Start. Wie geht's, wie steht's? Alles fit im Schritt? Was sagt die Skala?

Ich habe in den letzten Wochen so viel positives Feedback und so viele Anfragen für Lesungen bekommen, dass sich mein Kopf spontan für eine depressive Episode entschieden hat. Die mentale Skala liegt aktuell bei 4, aber ich arbeite an einer stabilen 8.

Das Thema der aktuellen Ausgabe lautet „starke Frauen“. Nicht wenige finden das Wording dazu – gelinde gesagt – schwierig.

Es klingt irgendwie komisch, einem ganzen Menschen das Label „stark“ zu geben. Wir besitzen alle Stärken und Schwächen, die sich je nach Tagesform, Thema oder Situation unterscheiden. Und was ist überhaupt stark? Wenn wir es herunterbrechen, ist es doch schon stark, dass wir uns jeden Tag aufs Neue für das Leben entscheiden – auf welche Weise auch immer.

Wann musstest du zuletzt stark sein?

Ich definiere Stärke für mich darüber, dass ich mich meinen Ängsten stelle. Das muss nicht immer der große, sichtbare Moment sein, wie letztens, als ich für einen Redebeitrag auf der Bühne stand.

Manchmal sind es auch die kleinen, alltäglichen Dinge, wie diese Fragen zu beantworten. Nicht, weil ich keine Lust habe, sondern weil ich Angst habe, etwas Falsches zu sagen oder keinen Mehrwert liefern zu können.

ANJA IM RAGE MODUS

Kannst du ungefähr abschätzen, wie viele alltägliche Situationen dir begegnen, in denen du stärker sein musst als ein Mann?

Ungefähr jede Situation, die mit dem Wort „Nein“ zu tun hat. Ein Ja gilt sofort, aber ein Nein wird geprüft, ausdiskutiert und hinterfragt, als müsste man beweisen, dass es auch wirklich ernst gemeint ist. Auch bei handwerklichen Fähigkeiten muss ich mich oft doppelt behaupten, bis etwas als Tatsache akzeptiert wird. Das erfordert eine starke Impulskontrolle. Naja, und dann hätten wir noch den weiblichen Zyklus, aber das ist selbsterklärend.

Nimmst du diese Situationen als Frau einfach so an oder fällt dir jedes Mal auf, dass das eigentlich nicht so sein sollte?

Ich nehme diese Situationen bewusst wahr und natürlich auch, wie falsch sie sind. Meine Energiereserven reichen, bei aller Streitlust, nicht aus, um jedes Mal eine Diskussion zu beginnen. Wird dir als Frau aber mal wieder eine Fähigkeit abgesprochen, kann die Frage, ob man dafür denn einen Pimmel bräuchte, zumindest bei manchen das Denkkzentrum aktivieren.

Ist „starke Frauen“ eigentlich genauso ein blödes Wording wie „schwache Männer“?

Wir Menschen besitzen alle ein emotionales Spektrum und es wäre nützlich, wenn wir die ganze Palette auch erleben dürften. Das geschlechtsbezogene Hervorheben von „stark“ und „schwach“ beruht auf gesellschaftlichen Erwartungshaltungen. Es ist tief verankert, dass bestimmte Emotionen sozial unterschiedlich erlaubt

sind. Zeigt ein Mann Trauer, Angst oder Verletzlichkeit oder eine Frau Wut, Dominanz oder Aggression, passt das oft nicht in das stereotype Emotionsportfolio.

Die Unterdrückung bestimmter Emotionen kann auf weiblicher Seite zu Selbstzweifeln und People-Pleasing und auf männlicher Seite zu erhöhter Reizbarkeit und Suchttendenzen führen. Glücklicherweise können wir gesellschaftlich etwas daran ändern.

Was bedeutet Stärke ganz allgemein, auf Menschen bezogen – geschlechtsunabhängig?

Von welcher Stärke sprechen wir? Mentale Stärke, körperliche Stärke, Speisestärke?

Am meisten beeindruckt mich Menschen mit ausgeprägter Resilienz. Wenn man durch Krisen nicht verbittert, sondern sie als Chance betrachtet und durch Selbstwirksamkeit wieder Hoffnung schöpfen kann, ist das echt bewundernswert. Das würde unserem gesellschaftlichen Klima wirklich guttun.

Wo musst du stärker sein: an deinem Arbeitsplatz in der Kneipe oder im Internet?

Definitiv in der Kneipe. Da kommst du acht Stunden lang nicht raus und blockieren geht auch nicht. Und das Lächeln nicht vergessen. Ich hab einen starken Lachmuskel

Meinst du, dass unsere Leser:innen checken, dass wir das Wording „starke Frauen“ bewusst gewählt haben, um eine Diskussion dazu zu führen?

Stark, wie latent du hier noch eine Erklärung eingebaut hast. Shitstorm oder kein Shitstorm – das ist hier die Frage...

Übrigens, ich war bei der Lesung von Patrick van Lier im Centraalkomitee. Großartig war es. Selbst linke Frauen fanden es toll, obwohl er ein Mann ist. Wann geht's für dich auf die Bühne und wo?

Wäre dann der Umkehrschluss, dass sogar rechte Männer meine Lesung gut finden, obwohl ich eine Frau bin? LOL.

Ich habe am 18.06.26 ein Heimspiel in Mainz und wenn ich mich damit gut fühle, hätte ich große Lust, den Rest des Landes mit meinen Worten zu beglücken. An der Stelle ein dickes Danke an alle, die mir regelmäßig Hilfe anbieten. Hab euch lieb!



WARUM KINDER SCHWEIGEN UND ERWACHSENE WEGSEHEN

Menschen fragen oft, warum Kinder nichts sagen, aber fast nie fragt jemand, warum Erwachsene nichts hören. Vielleicht ist das so, weil die Antwort unbequem wäre.

Kinder sprechen nicht immer so, wie Erwachsene es erwarten. Sie schreiben keine Protokolle und sagen auch nicht: „Mir geht es nicht gut, ich brauche Hilfe.“ Manche werden still, andere laut. Manche ziehen sich zurück und andere funktionieren einfach weiter.

Und Erwachsene? Sie nennen dieses Verhalten dann „schwierig“, „sensibel“ oder „auffällig“. Manche Kinder wirken laut oder unruhig, aber nicht jedes lebhaftes Kind ist schwierig. Oft ist die Schule der einzige Ort, an dem ein Kind überhaupt Kind sein darf. Sie ist somit der einzige Ort, an dem es laut sein darf, lachen, rennen und Raum einnehmen kann. Ich glaube, viele Erwachsene unterschätzen, wie viel Kraft Kinder oft dafür aufbringen müssen, sich zu Hause anzupassen. Manche funktionieren dort so lange, bis alles, was sie unterdrücken mussten, irgendwann woanders herauskommt. Vielleicht wirken manche Kinder deshalb in der Schule „zu wild“. Dabei fühlen sie sich dort oft zum ersten Mal sicher genug, um nicht ständig aufpassen zu müssen. Ich erinnere mich an ein Kind, das sich für alles entschuldigt hat. Es entschuldigte sich, wenn es vermeintlich im Weg stand und sogar dann, wenn andere Kinder ihm wehgetan hatten. Irgendwann fragte ich mich nicht mehr, warum dieses Kind so sensibel war. Ich fragte mich, was passiert sein musste, damit ein Kind glaubt, eine Belastung zu sein.

Kinder merken sehr genau, wenn etwas nicht stimmt. Sie merken Spannungen, Blicke und Angst. Sie merken auch, wenn niemand wirklich hinschauen will. Wegsehen beginnt nicht erst bei sichtbarer Gewalt. Es beginnt viel früher. In diesem kurzen Moment, in dem man spürt, dass etwas falsch ist – und trotzdem nichts sagt. Ich habe den Eindruck, dass unsere Gesellschaft Gewalt erst dann ernst nimmt, wenn sie sichtbar wird. Wenn es Beweise, Aussagen, Diagnosen oder Frakturen gibt. Irgendetwas Vorzeigbares. Aber Gewalt beginnt lange vorher.

Dort, wo Kinder Angst haben, nach Hause zu gehen. Wo sie lernen, die Stimmung anderer wichtiger zu nehmen als ihre eigene und wo sie Verantwortung übernehmen für Dinge, die niemals ihre Verantwortung waren. Viele Erwachsene tragen diese Kindheit noch immer in sich. Manchmal merkt man erst Jahre später, wie sehr einen die eigene Kindheit geprägt hat. Deshalb wird so wenig über das Wegsehen gesprochen. Es würde bedeuten, sich zu fragen, wo man selbst geschwiegen hat oder wer damals geschwiegen hat, als man selbst ein Kind war. Die ehrlichere Frage wäre oft nicht, warum Betroffene nicht früher gesprochen haben. Sondern: Hätte überhaupt jemand zugehört? Denn Zuhören bedeutet mehr, als Worte zu hören.

Es bedeutet auch, bereit zu sein, das eigene Bild von Familie, Nähe und Normalität zu hinterfragen. Genau das vermeiden viele Menschen, weil es weh tut und weil es einfacher ist, an das schöne Außen zu glauben als an das, was hinter verschlossenen Türen passiert.

Ich glaube, Schweigen entsteht selten einfach aus Gleichgültigkeit. Oft entsteht es aus Überforderung und Angst. Es entsteht aus dem Wunsch, dass etwas nicht wahr sein möge, aber für Kinder macht dieser Unterschied kaum etwas besser.

Ein Kind merkt nicht, ob Erwachsene aus Angst wegsehen oder aus Bequemlichkeit. Es merkt nur, dass niemand eingreift. Und das ist eine der traurigsten Erfahrungen überhaupt: zu verstehen, dass Menschen etwas ahnen – und trotzdem nichts tun.

Mich beschäftigt, wie früh Kinder anfangen, sich selbst infrage zu stellen und der eigenen Wahrnehmung zu misstrauen. Wenn Gefühle ständig relativiert werden, entsteht irgendwann – schleichend und nahezu unmerklich – Stille. Von außen wirkt das stark. Viele nennen es Resilienz, dabei ist es manchmal einfach nur Überleben. Wir bewundern oft die falschen Dinge: Menschen, die trotz allem funktionieren, leistungsfähig bleiben und keine Umstände machen. Aber kaum jemand fragt, was diese Stärke eigentlich gekostet hat. Es gibt Kinder, die nie lernen durften, einfach Kind zu sein. Kinder, die früh verstanden haben, dass ihre Gefühle zu viel sind, dass Harmonie wichtiger ist als Ehrlichkeit und, dass Schweigen Sicherheit bedeuten kann.

Viele fallen nicht auf. Sie sind zuverlässig und angepasst. Oft zu vernünftig für ihr Alter. Gerade Mädchen lernen oft früh, emotional verantwortlich zu sein: für die Stimmung zu Hause, für Konflikte sowie für das Wohlbefinden anderer.

Dabei war es nie ihre Aufgabe, Erwachsene emotional zu tragen. Darin liegt eine gesellschaftliche Tragik: Dass Menschen für Anpassung gelobt werden, selbst dann, wenn diese aus Angst entstanden ist. Wir sprechen viel über Leistung, Disziplin und Resilienz. Viel zu selten sprechen wir darüber, was Menschen tun mussten, um überhaupt durchzukommen. Nicht jede Stärke entsteht aus etwas Gutem. Manche entsteht aus Not.

Kinder trösten ihre Eltern, vermitteln in Konflikten und versuchen, keine zusätzliche Belastung zu sein. Manche wachsen mit der Vorstellung auf, Liebe müsse verdient werden. Durch Anpassung, Leistung und irgendwann auch durch das Gefühl, möglichst wenig Raum einzunehmen. Viele nehmen dieses Gefühl mit ins Erwachsenenleben. Das erklärt auch, warum so viele Menschen später Schwierigkeiten haben, Grenzen zu setzen, warum sie bleiben, obwohl ihnen etwas nicht guttut und warum sie sich verantwortlich fühlen für die Gefühle anderer, aber kaum Zugang zu den eigenen haben. Kindheit verschwindet nicht einfach. Entscheidungen und in dem, was Menschen für normal halten. Sie prägt. Ich weiß, wie es sich anfühlt, wenn Erwachsene nicht hinschauen. Daraus ist mein Wunsch entstanden, anders zu handeln. Nicht wegzusehen, sondern aufmerksam zu bleiben und Fragen zu stellen. Auch dann zuzuhören, wenn es unbequem wird. Gleichzeitig leben wir in einer Gesellschaft, die Wegsehen oft belohnt. Wer schweigt, gilt als loyal, wer etwas anspricht, wiederum als schwierig – besonders dann, wenn es um Gewalt inner

halb von Familien geht. Menschen verteidigen manchmal lieber das gesellschaftliche Bild von Familie als die Kinder darin.

Aber Kinder brauchen keine nach außen hin perfekten Familien, sie brauchen Erwachsene, die hinschauen und bereit sind, Fragen zu stellen. Erwachsene, die einem Kind glauben, auch dann, wenn die Geschichte nicht ordentlich erzählt werden kann. Erwachsene, die verstehen, dass Trauma selten logisch klingt. Kinder erinnern sich oft nicht in klaren Abläufen. Manchmal erinnern sie sich nur an Gefühle, die dominant sind. An Angst oder Geräusche, sowie an bestimmte Blicke und an das Gefühl, allein zu sein. Und noch immer erwarten wir oft, dass Betroffene ihre Verletzungen „richtig“ erklären müssen, damit man ihnen glaubt. Dabei müsste die eigentliche Frage eine andere sein: Warum fällt es uns so schwer, Leid auszuhalten, ohne es sofort zu relativieren? Vielleicht, weil es uns gesamtgesellschaftlich dazu zwingt, über Verantwortung nachzudenken. Nicht nur über die Verantwortung einzelner Täter, sondern auch über die Verantwortung einer Gesellschaft, die vieles lieber nicht sehen will. Denn wirklich hinzusehen, verändert etwas. Wer hinsieht, kann sich irgendwann nicht mehr damit herausreden, nichts bemerkt zu haben. Wer zuhört, spürt irgendwann auch Verantwortung. Genau dort beginnt Zivilcourage und nicht erst in großen, öffentlichen Momenten, sondern viel früher. Sie beginnt in Familien, in Schulen, in Nachbarschaften und insbesondere in diesem einen Augenblick, in dem Menschen entscheiden, ob sie wegsehen oder handeln.

Verantwortung bedeutet auch zu verstehen, dass wir nicht nur für uns selbst existieren. Der Mensch ist kein isoliertes Wesen. Wir prägen einander. Das tun wir durch das, was wir tun, aber gleichzeitig auch durch das, was wir unterlassen. Kinder wachsen nicht nur an Liebe. Sie wachsen auch an Blicken, an Sicherheit sowie an Menschen, die eingreifen, wenn etwas nicht stimmt.

Jeder Mensch trägt eine gewisse Verantwortung für andere. So sehe ich das. Nicht die Verantwortung, jedes Problem lösen zu können, aber die Verantwortung, nicht gleichgültig zu werden. Gleichgültigkeit schützt fast nie die Schwächsten. Meist schützt sie nur die, die ohnehin mehr Macht haben. Und Fürsorge beginnt oft viel früher, als wir denken. Sie beginnt nicht erst bei großen Gesten, sondern dort, wo Menschen aufmerksam bleiben, zuhören und den Mut haben, sich einzumischen. Hinschauen bedeutet nicht, auf jede Frage sofort eine Antwort zu haben, aber es bedeutet, den Mut zu besitzen, die richtigen Fragen überhaupt zuzulassen.



DIE NEUE

IM KIEZ

SO
LÄUFT
DAS!



LAKRITZSCHNAPS × DAS ORIGINAL

KETTENFETT.NET





Warum das HERITAGE in die Kante passt:

Der flüssige Kontrast: Die Signature Drinks brechen mit der klassischen Hotelbar-Langeweile. Hier wird handwerklich präzise gearbeitet – komplexe Aromen treffen auf minimalistische Präsentation.

Die visuelle Wucht: Für jeden, der ein Auge für Komposition, Licht und urbane Dynamik hat, ist die Terrasse ein absoluter Hotspot.

Die Atmosphäre: Stilvoll, ohne steif zu wirken. Hier trifft sich die Stadt nicht nur zum Sehen und Gesehenwerden, sondern vor allem, um Hamburg aus einer Perspektive zu betrachten, die den Blick weitet.

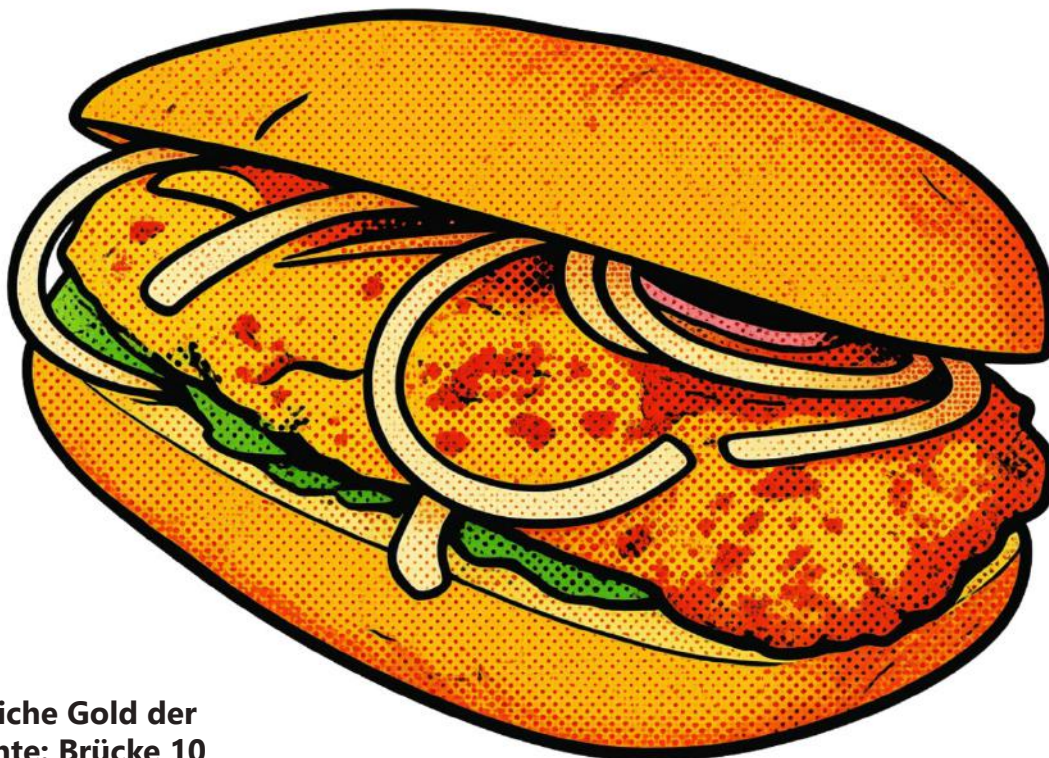
Kunst & Kante Fazit: Wer Hamburg nicht nur spüren, sondern in seiner vollen, fast kitschig schönen Pracht von oben sezieren will, nimmt hier einen Drink. Perfekt für lange Sommerabende oder den scharfen Kontrast an klaren, kalten Tagen.

An der Alster 52, St. Georg.

High Above Hamburg: Die HERITAGE Rooftop Bar

Man kann über die Hamburger Schickeria sagen, was man will – aber wenn es um die visuelle Inszenierung dieser Stadt geht, macht dem HERITAGE so schnell niemand etwas vor. Wer den gläsernen Fahrstuhl im Le Méridien an der Außenalster nimmt und im 9. Stock wieder aussteigt, lässt den Straßenlärm Hamburgs sofort unter sich. Was bleibt, ist der wohl brutalste und gleichzeitig eleganteste Panoramablick, den man über die Alster und die Skyline kriegen kann.

Die HERITAGE Rooftop Bar schafft das Kunststück, High-End-Gastronomie mit einer fast schon schwebenden Urbanität zu verbinden. Das Interieur zieht sich dezent zurück, um der Hauptattraktion nicht die Show zu stehlen: der Fensterfront und der umlaufenden Dachterrasse. Wenn hier die Sonne hinter der Silhouette der Stadt abtaucht und sich das Licht im Wasser bricht, hat das eine Ästhetik, die man sonst nur aus Arthouse-Kinos oder den Fotobänden der ganz Großen kennt.



Das ehrliche Gold der Hafenkante: Brücke 10

Wer Hamburg verstehen will, darf nicht nur von oben herab-blicken. Er muss dorthin, wo das Salz in der Luft hängt, die Möwen unbarmherzig über den Köpfen kreisen und der Wind einem die Haare zerzaust. Am äußersten, westlichen Zipfel der St. Pauli Landungsbrücken liegt eine Institution, die genau diesen rauen Puls der Stadt atmet: die Brücke 10.

Während sich ein paar Meter weiter die Touristenmassen durch Souvenirshops schieben, fühlt man sich hier, auf dem schwimmenden Ponton direkt am Wasser, der echten Identität dieser Stadt ein Stück näher. Die Bude ist schnörkellos eingerichtet – weißes Holz, maritime Klarheit, kein überflüssiger Tüdelut. Drinnen hängen Arbeiten Hamburger Künstler an der Wand, draußen sitzt man auf Holzbänken, legt sich bei steifer Brise eine Felldecke über die Knie und schaut den Containerschiffen dabei zu, wie sie das Tor zur Welt passieren.

Warum die Brücke 10 in die Kante passt:

Kein Schnickschnack, nur Handwerk: Hier gibt es keine Alibi-Salatblätter, Tomatenscheiben oder weiche, labberige Aufbackware. Das Brötchen ist eine Ansage: außen verdammt knusprig, innen weich, frisch gebacken. Der Fisch steht absolut im Mittelpunkt.

Die Königin der Elbe: Das Krabbenbrötchen ist legendär. Die Nordseekrabben liegen so dicht und pur auf der Unterseite, dass man sich fragt, wie die Konstruktion überhaupt hält. Ein schlichter, ehrlicher Luxus auf die Hand.

Die unzensurierte Kulisse: Zwischen Schiffsdiesel, dem Kreischen der Typhone und der sprühenden Gischt erlebt man Hamburg ungefiltert. Es ist der perfekte Ort, um den Kopf freizupusten und das Auge für die harten, industriellen Kontraste des Hafens zu schärfen.

Kunst & Kante Fazit: Die Brücke 10 beweist, dass die besten Dinge der Stadt oft die einfachsten sind. Ein kaltes Astra, ein absolut frisches Bismarck- oder Krabbenbrötchen und der ungehinderte Blick auf das Dock 10 gegenüber. Mehr Hamburg geht nicht.

St. Pauli Landungsbrücken 10.



Wo der Kiez noch schwitzt: Das Molly Malone

Wer nach dem Fischbrötchen an den Landungsbrücken die Treppen zur Reeperbahn hochfällt, landet früher oder Later auf dem Hans-Albers-Platz. Vergesst die glattgezogenen Cocktailbars mit ihren Neon-Schildern – die wahre, rotzige Live-Kultur von St. Pauli atmet man im Molly Malone.

Seit Jahrzehnten ist dieser Irish Pub die Anlaufstelle für alle, die den Kiez noch so wollen, wie er mal gedacht war: laut, eng, international und verdammt tanzbar. Durchschreitet man den Torbogen des historischen Gebäudes, steht man vor einem imposanten, gefühlt kilometerlangen Tresen. Hier regiert das flüssige Gold aus Irland – Guinness und Kilkenney –, serviert im Akkord an ein Publikum, das so divers ist wie der Stadtteil selbst. Aber das Molly ist keine gemütliche Kamin-Kneipe für den gepflegten Talk. Spätestens, wenn die Live-Band die winzige Bühne betritt, verwandelt sich der Laden in einen Hexenkessel.

Warum das Molly Malone in die Kante passt:

Die ungeschönte Live-Energie: Rock, Folk, Punk und Rock'n'Roll – hier wird nichts vom Band abgespielt. Die Musiker stehen gefühlt mitten in der Crowd, der Schweiß tropft von der Decke, und genau diese unmittelbare, rohe Kunstform macht den Vibe aus.

Der große Gleichmacher: Am Tresen und auf den im Boden verankerten Barhockern sitzt der gestrandete Seemann neben dem Anwalt im Feierabend und der

Independent-Künstlerin. Im Molly sind alle gleich – Hauptsache, man singt textsicher mit.

Ein Stück echter Kiez-Geschichte: Während ringsherum immer mehr seelenlose Event-Gastronomie aus dem Boden gestampft wird, bleibt das Molly stabil. Es ist laut, es ist klebrig, es ist echt.

Kunst & Kante Fazit: Das Molly Malone ist die Antithese zur durchgestylten Rooftop-Bar. Wer den Kiez nicht nur steril betrachten, sondern sich komplett in die Nacht stürzen und mit heiserer Stimme und einem Pint in der Hand den Morgen begrüßen will, ist hier genau richtig. Hans-Albers-Platz 14.

FESTIVAL FASHION FAVORITES

BY VANUTSCHI



Der Sommer ist da, die Bässe wummern in der Ferne und die Festival-Saison ist endlich in vollem Gange!

Für uns bedeutet das vor allem eins: Freiheit, Musik und die perfekte Gelegenheit, modisch komplett zu eskalieren. Festivals sind der Ort, an dem es keine Regeln gibt. Hier wird die Wiese zum Laufsteg und der persönliche Style zum absoluten Statement.

Gemeinsam mit VANUTSCHI haben wir für dich die heißesten Looks der Saison zusammengestellt. Egal, ob du nach der perfekten Balance zwischen Komfort und Wow-Faktor suchst, dem aktuellen Country-Trend ein modisches „Howdy!“ entgegenrufen willst oder den zeitlosen Mix aus coolen Boots und Denim liebst – wir haben die Inspiration, die du brauchst.

Auf den folgenden Seiten zeigen wir dir, wie du mit den richtigen Key-Pieces und liebevollen Details echte Hingucker-Outfits kreierst, ohne dabei ins Schwitzen zu geraten. Denn am Ende gilt auf jedem Festival: Die Details sind der Schlüssel – und weniger ist manchmal eben doch mehr. Lass dich inspirieren, tanz durch die Nächte und rock deinen ganz eigenen Festival-Look!



BIKINI HOWDY BOOTY BASH GIRL JEAN



Dieses Outfit ist perfekt für heiße Festival Tage!
Einfach einen Bikini anziehen und drüber ein leicht durchsichtiges Kleid und schon hat man das perfekte Outfit ohne dass man den ganzen Tag schwitzen muss! UND man fühlt sich nicht ganz unwohl nur im Bikini zu sein ;)



Howdy! mit Country kann man nie was falsch machen. Der gut dazu passende Gürtel hat das komplette Outfit zu einem Motto gemacht. Die Details sind der Schlüssel!



Die alte Mode kommt zurück und wir lieben es!
Jeans Rock und Boots kann man immer rocken. Dazu ein schulterfreies enges Oberteil und die zum Gürtel farblich passende Tasche. Weniger ist manchmal mehr ;)

Hi, ich bin Carina, 23 Jahre alt, studiere International Business mit dem Schwerpunkt Marketing und teile auf Instagram regelmäßig Inhalte rund um Fashion, Lifestyle, Reisen und worauf ich sonst Lust habe. Da ich selbst BH-Größe 75F trage, kenne ich die Probleme einer größeren Oberweite nur zu gut. Von Tops ohne Halt über verrutschende Träger bis hin zu Outfits, die auf Pinterest toll aussehen, in der Realität aber einfach nicht funktionieren – den täglichen Struggle habe ich selbst oft genug erlebt. Genau deshalb beschäftige ich mich schon lange damit, wie man Trends alltagstauglich, bequem und trotzdem stylisch umsetzen kann.

Das nächste Festival steht an? Und du hast kein passendes Outfit? Dann guckst du auf Pinterest & irgendwie ist nichts Passendes dabei. Dann hast du noch eine größere Oberweite? Entweder es sieht nicht aus, wie man es sich vorstellt, oder es ist unbequem. Diesen Struggle kenne ich nur zu gut. Aber anstatt stundenlang nach dem perfekten Outfit zu suchen, habe ich gelernt, mit den richtigen Schnitten und Accessoires zu arbeiten. Eine große Oberweite kann man schön stylen und hier teile ich meine Tipps mit dir.

Stil, Komfort & Support garantiert: Ich habe zwei Looks ausgewählt, die du direkt so übernehmen darfst! Oder vielleicht brauchst du einfach nur bisschen Inspiration? Hauptsache wir finden dir ein passendes Outfit, Girl. Was gut aussieht und du den Tag beim Festival einfach enjoyen kannst – denn deswegen gehst du doch zum Festival oder nicht?



Denim Confidence

Wer eine größere Oberweite hat, weiß, wie wichtig Halt und Passform bei einem Outfit sein können. Deshalb haben Korsetts mir schon oft meine Festival-outfits gerettet: Sie geben Struktur, sorgen für ein sicheres Tragegefühl und schaffen eine schöne Silhouette, ohne dass man ständig etwas zurechtrücken muss (geht manchmal sogar ohne BH!). Ein Jeanskorsett in Kombination mit einem Jeansrock entsteht ein zeitloser Festival-Look, der feminin, modern und gleichzei-

tig praktisch ist. Accessoires wie Cowboy-Boots, ein auffälliger Gürtel oder eine passende Tasche geben dem Outfit zusätzlich den gewissen Touch.

Styling-Tipp: Ein gutsitzendes Korsett kann gerade bei einer größeren Oberweite mehr Halt bieten als viele klassische Festival-Tops und sorgt gleichzeitig für eine definierte Silhouette.



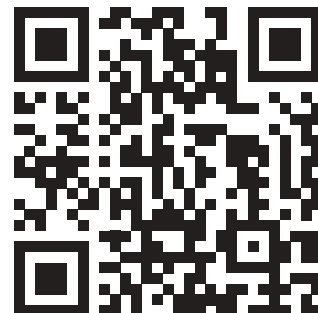
BETTER OUTFIT

Boho Goddess

Ein langer Rock gehört für mich zu den besten Festival-Piece überhaupt. Luftig, bequem und funktioniert sowohl an heißen Tagen als auch an kühleren Abenden. Kombiniert mit einem enganliegenden Oberteil entsteht ein femininer Look (immer die Taille betonen, Mädels!), der gleichzeitig genug Halt bieten kann, um sogar auf einen klassischen BH zu verzichten. Mein Tipp: falls ihr rückenfreie Oberteile habt, die aber nicht genug Halt geben -> nehmt euer Bikini Oberteil. Und das Bes

te daran: Das Outfit könnt ihr in jeder Farbe tragen und mit den passenden Accessoires individuell aufpeppen.

Styling-Tipp: Wenn du unsicher bist, welche Farben zusammenpassen, greife zu einem monochromen Look. Eine Farbe von Kopf bis Fuß wirkt immer stilvoll – die Accessoires übernehmen dann den Rest.



STYLISCHE OUTFITS FÜR DAS BÜRO!

Als ich ins Corporate Leben gestartet bin, war ich total unsicher, was ich im Büro eigentlich tragen kann. Klassische Hosenanzüge oder Kostüme waren bei uns zwar nie vorgeschrieben, trotzdem hatte ich das Gefühl, mich anpassen zu müssen, vielleicht sogar meinen gesamten Kleiderschrank.

Mode ist für mich schon immer mehr als nur Kleidung. Sie ist Ausdruck meiner Persönlichkeit. Einen festen Stil verfolge ich nicht; ich trage das, was mir gefällt. Oft ist das bunt, auffällig und alles andere als das, was man sich unter klassischer Business-Kleidung vorstellt. Lange dachte ich, dass sich das nicht mit dem Berufsleben vereinbaren lässt.

Heute mache ich die Regeln: Unter dem Motto „Ich gehe niemals boring ins Büro“ zeige ich auf TikTok und Instagram meine Bürooutfits und möchte damit vor allem junge Frauen ermutigen, ihren eigenen Stil nicht aufzugeben. Früher hatte ich selbst das Gefühl, im Berufsleben möglichst wenig aufzufallen. Heute weiß ich, dass Professionalität und Persönlichkeit sich nicht ausschließen. Im Gegenteil: Ich fühle mich am wohlsten und trete am selbstbewusstesten auf, wenn ich mich nicht verkleide.

Gerade Frauen werden im Berufsleben noch immer stärker über ihr Aussehen bewertet als Männer. Was als professionell gilt und was nicht, wird oft anhand von Äußerlichkeiten entschieden. Mit meiner Reihe möchte ich diese Vorstellungen hinterfragen.

Für mich ist das eine Form von Female Empowerment: sichtbar zu sein, Raum einzunehmen und den eigenen Stil nicht zugunsten vermeintlicher Erwartungen aufzugeben. Ob meine Knie oder Schultern sichtbar sind, meine Tattoos zu sehen sind oder ich eine Kopfbedeckung trage – all das sagt nichts über meine Kompetenz oder Professionalität aus. Meine Arbeit bleibt dieselbe. Und ich bleibe mir selbst treu.





OFFICE FASHION INSPO

BY ISA-MAJA



WAHNSINN QUO VADIS

SPOILER: NICHT WEITER

DIE STREITSCHRIFT VOM REVEREND

Was waren das noch für Zeiten als Serienkiller Überlebende im Gerichtssaal becirchten. Wohliger grusel, aber totaler Wahnsinn. Oder dieser andere, Charles Manson, der nie jemand umbrachte, aber andere dazu verleitete, die Schauspielerin Sharon Tate und weitere Gäste des abends abzuschlachten. Komplett irre.

Die da, die anderen. Die gehören weggesperrt. Menschen, die andere erkennen und ausnutzen....und wie auch immer, schnell oder langsam umbringen. Kennt man ja zur genüge aus Beziehungen, Wirtschaft und der Politik.

Der legendäre italienische Filmmacher Pier Paolo Pasolini kritisierte Psychiatrien oft als Orte der Ausgrenzung, der Gewalt und des gesellschaftlichen Ausschlusses von „Abweichenden“ und „Anderen“. 1978 wurden psychiatrische Kliniken in Italien abgeschafft, denn sie galten nicht als Hilfsorgane sondern als Orte der sozialen Verwahrung. Unliebsame Familienmitglieder gerne mit Erbenspruch wurden dort genauso abgeschoben wie Leute, die diametral denken konnten oder schlicht verwahrlost waren.

Nur, wer ist denn jetzt noch wahnsinnig, wenn das alte Backsteinhaus wo die alle früher eingesperrt waren, nicht mehr existiert. Tja, dann sind sie unter uns. Oder waren nie verwahrt.

Ein Blick in die Welt zeigt doch wie wir ticken. Raubtiere und Wanderer, das Recht des Stärkeren ... und Reichen, Moral als Propaganda. Realitäten biegen. Ausnutzen, dass das Wort Wahrheit im deutschen eine Mehrzahl hat.

Das ist die Methode des Wahnsinns. Mit dem einzigen Ziel, dass der Wahnsinnige gesehen wird oder besser, es sogar so einfordert. Inklusion, die keiner braucht. Wie heißt es doch so schön. Wenn Dir der Wahnsinn ins Gesicht lacht, lach zurück. Denn das zeigt dem Wahnsinnigen das Erkennen seiner Motivation. Mag er gar nicht.

Das andere ist Tool ist die Logik. Wenn man ins Wasser fällt wird man nass. Logisch. Genauso simpel wie, wenn ich Hass verbreite, dann werde ich gehasst. Völlig logisch. Logik ist ein Opener, um dem Wahnsinn Paroli zu bieten oder eine Endlos Debatte schnell zu beenden.

Oder ganz positiv: in Wenn-Dann-Strukturen werden Gedankengänge und Argumentationen für andere nachvollziehbar, da sie aus dem universellen Verständnis der Erfahrung basieren. Warum dem Wahnsinn dann überhaupt Lebenszeit schenken. Wegen wohligen Grusel?

Gehen wir es einmal logisch an.

Demokratie ist so eine Sache. Jeder hat da eine andere Vorstellung. Grundsätzlich ist es die Mehrheit hat recht. Nur so funktioniert es halt nicht. Die Wahnsinnigen haben eigene Vorstellungen und die heißen immer: ich habe recht. Und das ist halt nicht logisch, aber Realität.

Was ist zu tun? Hier ein paar Ideen fürs Aufräumen.

Religion ist ein Geschäft. Glauben muss Privatsache werden. Die Verbindung alter Texte mit heutigen Gebietsansprüchen zeigt doch, was daraus geworden ist. Soll doch jeder Kraft aus seinem Glauben ziehen, aber andere damit nicht belästigen.

Und sind Erwachsene, die mit imaginären Freunden sprechen, nicht eh komisch. Glaube ist jetzt ab jetzt offiziell ein Hobby. Einverstanden. Das Ende der Nationen wird Realität. Wenn das Wasser steigt, werden Landstriche neu zugeschnitten. Der sinnvollste Weg, wäre, wenn man ermittelt wie viele Menschen darin untergebracht und versorgt werden können. Und das sind dann funktionale Lebensräume.

Roboter und Drohnen sorgen für Ernten und wir chillen, wie es uns in den Zukunftsromanen und bei den „Jetsons“ versprochen wurde und leben unsere Bestimmungen.

Die Abschaffung des Geldes. Das ist der schwerste Punkt. Ist irgendwie Star Trek Ideologie, aber von großer Bedeutung. Doch in der Realität da will doch keiner was abgeben, im Gegenteil der Mensch will immer mehr davon. In dem Buch „Der Planet des Ungehorsams“ wird eine Währung eingeführt der „Ob“. Sie wird zwischen zwei Parteien in der Menge für eine Dienstleistung oder die Versorgung mit Nahrung auf Augenhöhe vereinbart. Und das wichtige, wenn ich die Person nicht mag, muss ich auch nicht mit ihm tauschen, gibt ja genügend nettere Alternativen. Schöne Fiktion.

Aber seinen wir ehrlich, das funktioniert nur radikal. Alles Geld auf dem Tisch, dann gleich zwischen allen auf dem Planeten verteilen und dann nach ein paar Jahren komplett entwerten. So hat jeder Zeit seinen Wohlstand aufzubauen, Versorgung und Bleibe sichern und seine Wünsche leben.

Und dann haben wir das Paradies, nicht wahr mein lieber Wahnsinn. Hahahahahahahahahahaha !!!!



ÜBER UNS

KUNST & KANTE

Kunst- und Kulturmagazin

www.kunst-und-kante.de
post@kunst-und-kante.de

Instagram:
[@Kunst_und_Kante](https://www.instagram.com/Kunst_und_Kante)

HERAUSGEBER:

Ekkehart Opitz
Sascha Brandt

POSTANSCHRIFT:

Erotic Art Museum
Hamburg
Bernhard-Nocht-Straße 79
20359 Hamburg

KUNST&KANTE

FINANZIERT SICH DURCH WENIG WERBUNG, EIN
PAAR SPENDEN UND MAXIMALE LIEBE!

HIER UNTERSTÜTZEN





SEEN BY SIMON

HAMBURG STREET PHOTOGRAPHY



Popaye, 2026

@simonheydorn_productions

www.simonheydorn.de