

# Ankommen ohne Ziel - Fragen an Sprinter und Life Coaches.

Category: Leben,Tiefgang

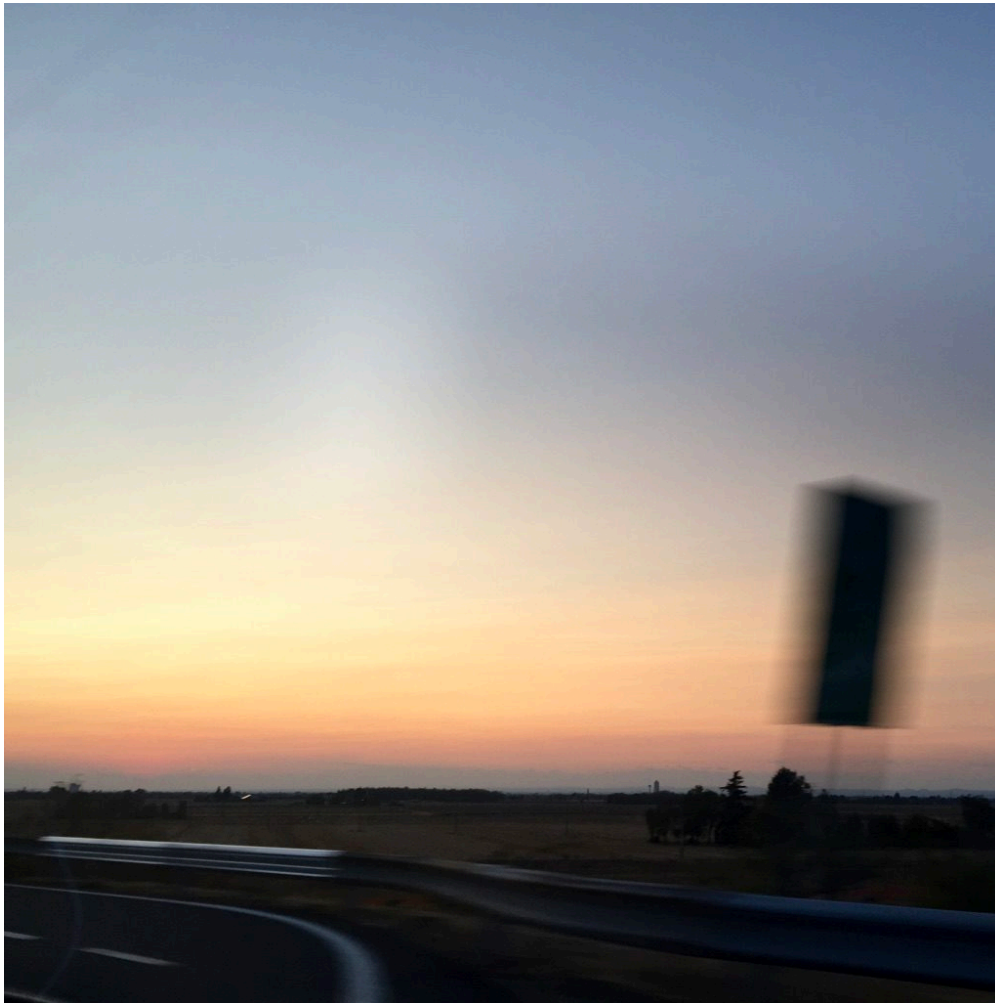
30. Oktober 2017



Bald werde ich endlich schaukeln dürfen. Bald darf ich bei dir übernachten. Bald werde ich in die Schule gehen. Bald werde ich endlich ausziehen. Bald habe ich einen tollen Beruf. Bald ist Wochenende. Bald finde ich die große Liebe. Bald bekommen wir einen Bausparvertrag. Bald bekommen wir Kinder. Bald können unsere Kinder schaukeln. Bald ziehen sie aus.

Und schon bald bekomme ich eine neue Hüfte und denke an früher.

Unser Leben scheint ein ewiges *Bald* zu sein. Ein konstantes Wollen und Werden. Ein permanentes Planen und Vorhaben. So wie wir reisen, so leben wir. Immer die nächste Etappe im Visier, im Display des unbeseelten Navigationsgerätes. Wir leben auf der Autobahn. Nur in absoluten Notfällen halten wir auf dem Standstreifen. Kurvige Landstraßen bereiten uns Unbehagen. Sackgassen sind zynische Zeitverschwendung, wie ein erneut gelesenes Buch.



**Wir reisen mit festen Zielen. Wir leben mit festen Zielen.** Planlosigkeit gilt als eine mittelschwere Vorstufe der kompletten Verwahrlosung. Man denkt an Kopfläuse und Wundliegeneschwüre. Lehnt man eine Beförderung ab oder möchte man auch ohne Familie in Teilzeit arbeiten gilt man als Karriereverweigerer und selbstverliebtes Opfer der Generation Y. Beantwortet man die Frage „Und wo sehen Sie sich in 10 Jahren?“ mit „ In der festen Umarmung meines Sofas“, wird einem geraten, einen *Life Coach* aufzusuchen. Coach statt Couch. Doch ist man, wenn man sein Leben daueroptimiert und am Ende einem Arbeitstitel, einer Ziffer auf einem Gehaltszettel oder fremden Erwartungen unterwirft nicht vielmehr ein Lebensverweigerer?

Es geht soweit, dass unsere Lebens-, ach bereits unsere Wochenendgestaltung mitunter an Kriegsplanung erinnert. Bilder von uniformierten Männern, die mit Schiebern kleine Reiterfiguren über große Kartentische schieben und ernst schauen, kommen in den Sinn. Es gilt die Westfront mit Truppen aus dem Burgund zu sichern (Weinabend mit den Nachbarn), Versorgungstrupps loszuschicken (Einkäufe erledigen), einen Simulationskampf durchzuführen

(Spieleabend mit Freunden) und einen Hinterhalt im Morgengrauen vorzubereiten (Brunch bei den Schwiegereltern). Wir scheinen einen permanenten Grabenkampf mit unserer verstreichenden Lebenszeit zu führen.

**Der Mensch strebt solange er lebt.** Stillstand ist atmender Tod. Wir scheinen in dem festen Glauben zu leben es gäbe eine Ziellinie, als würden wir mit unserer gerannten Lebensleistung genau festlegen können, wann dieses Endziel erreicht wird. Zwar mag die Wade oder gar der Laufpartner irgendwann schlapp machen, aber wir halten uns für den alleinigen Herrscher der Geschwindigkeit und zurückgelegten Distanz unseres Lebens auf der Autobahn. Erwarten wir, dass am Ende jemand applaudiert oder korrigiert „Die Schwungphase musst du etwas verlängern und präziser links abrollen“ ?

Doch was ist, wenn es keinen Sieger, kein Endziel gibt? Was, wenn das Sein gar keine feste Richtung hat? Weder eine Gerade, noch ein Rundkurs ist - sondern sich eher wie eine Wolke oder eine Pobacke darstellt: irgendetwas Deformiertes zwischen Anfang und Ende, etwas Formarmes zwischen Oben und Unten?

**Was ist dann unser permanentes Rennen, wenn nicht eine Flucht vor dieser einen Gegenwart?** Pläne, Möglichkeiten gibt es viele - ehrliche Realität nur eine. Wir sammeln Momente, als wären sie Kastanien auf der Straße. Wir fotografieren Erlebnisse, als würden wir sie uns für später aufheben wollen, weil wir gerade keine Zeit für sie haben. Wir kaufen Andenken, an die wir nie wieder denken. Ist unser Fotoalbum irgendwann voll, zu voll nehmen wir uns schließlich eine „Auszeit“ - von uns selbst, von unserem Leben. Im Schweigekloster, in der Hängematte, im Ausbildungskurs für *Life Coaches* stellen wir dann fest: Mist, du bist ja immer noch da. Man kann sich eben nicht selber auswechseln und durch einen neuen, frischeren Spieler ersetzen lassen. Die Auswechslung übernehmen irgendwann andere für uns.

Spielen müssen wir also selbst. Selber laufen. Oder am besten gemütlich gehen. Wenn der Weg das Ziel sein soll, dann sollte man doch eigentlich so langsam gehen wie es irgendwie geht. Lockeres Traben im Tempo eines Reiner Calmund sollte unsere Höchstgeschwindigkeit sein. Trampelpfad statt Autobahn. Spaziergang statt Wettlauf. Statt den Blinker links zu setzen, rechts den Wegesrand bewundern. Eine zugegeben empirisch schwach belegte These: es gibt schließlich noch immer mehr Blumen als Hundehaufen am Wegesrand zu entdecken. Wir leben in so sicheren Zeiten, wie kaum eine Generation vor uns.

Diese Sicherheit ist ein kostbares Privileg. Ein Geschenk - wir sollten das Geschenk auspacken und uns daran erfreuen, anstatt es zu versichern, wegzusperren oder unbenutzt zu verkaufen.

Gehe doch heute mal wieder schaukeln. Es gab eine Zeit, da war das das wichtigste Ziel in deinem Leben. Und sage nicht „Das mache ich bald.“ - irgendwann ist bald zu spät. Für diese Erkenntnis muss man nun wirklich kein *Life Coach* sein.

---

## Was werde ich, wenn ich doof bin?

Category: Arbeit, Gesellschaft

30. Oktober 2017



Liebe Kinder,

heute möchte ich euch in unserer Unterrichtsreihe „Was werde ich, wenn ich groß bin“ einen wirklich tollen Beruf vorstellen. Letzte Woche haben wir über Lehrer, Ärzte und Schauspieler gesprochen. Doch das klang nach einer Menge Arbeit, oder? Der heutige Beruf für Sitzenbleiber hingegen verbindet das alles und ist eine viel aufregendere, bedeutsamere Arbeit, die aber nicht jeder von euch erlernen kann. Auch wenn man dafür gar nichts können muss. Und auch nichts lernen.

Ihr arbeitet mit wichtigen Menschen, also eigentlich vor allem mit euch selbst, zusammen. Ihr könnt den ganzen Tag zuhause sein oder einfach verreisen. Ihr werdet ganz viel ausschlafen und nie müde, ganz viel essen und nicht dick, ganz viel besitzen und nicht reich. Ihr werdet zerrissene Hosen tragen und seid trotzdem angezogen. Ihr sammelt ganz viele Freunde und Herzchen-Emojis und

seid trotzdem alleine.

## Heute geht es um den Beruf des „Influencer“.

Aber was macht ein Influencer eigentlich? Ich habe euch ein paar Bilder mitgebracht, die euch zeigen, wie der tolle, aber anstrengende Arbeitsalltag eines Influencers aussieht. Er erwacht morgens in aller Frühe, schminkt und frisiert sich, legt sich wieder ins Bett und steht dann mit der Mittagssonne gut gelaunt und total ausgeschlafen auf. *Hello World*.



caro\_e\_ Do you follow my girl @bridgethelene bc I would follow her everywhere 💕!!! Waking up with @foraycollective in the most beautiful place on earth 😊 #foraymalibu

Weitere Kommentare laden

miljanafilipov ❤️😍 @marijanafilipov

shopheshoebox 💕💕💕💕💕💕

fabiolavictoria\_dreamteam 🙌🙌🙌🙌🙌🙌

girlslooks 😍😍😍❤️❤️❤️

stevieekman @olivier.gym als we er ooit nog is zijn, moeten we hier slapen !!

ameliecolmorn Was ein Bild! ❤️❤️❤️😍😍😍

torra\_s @leni\_annmi 🙌❤️

reabaztr You 💕💕💕

molokodrink 😊

sudedurakan @buzrgns06



Gefällt 35.614 Mal

7. AUGUST

Kommentar hinzufügen ...

Quelle: Instagram caro\_e

Zum Frühstück löffelt der Influencer dann alles, was das Hotelbuffet hergibt – immer aus einer einzigen Schüssel. Das mit dem Schneiden und Zerkauen fester Nahrung mag er nicht. Er mag sein Leben gerne breiig und löffelweise. Meistens legt er alle Zutaten in einer auf halb eins ausgerichteten, geraden Linie in die Schale – die Technik hat er vom frühkindlichen Koksen gelernt – und bedient sich ergänzend bei der Blumendeko am Buffet oder den Süßigkeiten vom letzten Karnevalszug der Kinder.



annafrost  
Hamburg, Germany

Folgen

annafrost Whats for breakfast? Breakfast Bowl Art!! #instafoodie #instafood #foodstagram #food #lovebreakfast #mybreakfast #morningfood #morningtime #goodmorning #instabreakfast #breakfastlove #breakfastideas #breakfastisserved

nicolejirava So schön eure neue Arbeitsplatte!

annafrost @nicolejirava ich mag sie auch sehr 😊

jakuuub Bester Frühstücksservice ever ❤️

annafrost @jakuuub morgen bist du dran 😊

goodmorningflorence Sieht toll aus 😊👍

l.u.ise Das sieht nach einem perfekten Start in den Tag aus 💕

elisaandmore @annafrost vielleicht kannst



Gefällt 2.349 Mal

15. JULI

Kommentar hinzufügen ...

Quelle: Instagram annafrost

Er nimmt sich dafür *(too) much time* - weil er noch auf den Postboten wartet, der ihm vermutlich eine Einladung zur Blogger-Konferenz in Bielefeld und die neue EINKAUFAKTUELL mit dem schwierigen Sudoku vorbeibringt.



lindarellade

Folgen

lindarellade That moment when you have too much time to prepare your breakfast because you are waiting for the post man all morning 🤪 #didsomebodysaypink

Weitere Kommentare laden

sarahmariia\_vfb 😍😍😍👉👉

iris\_behindthescenes 😊😊😊

sophia\_zi\_ Sieht super lecker aus 😍

lisa\_fitnessdiary So eine tolle Farbkombination 😍

pinkesapi 👍😍😍😍😍

beingsummerlewis this!

girligotyou\_ Lovely !!

evawhrl Sieht super aus 👍😍

\_julesworld 🤪💕💕💕

laura\_bls Grandios 😍



Gefällt 1.885 Mal

5. SEPTEMBER

Kommentar hinzufügen ...



Quelle: Instagram lindarellade

Ausgeschlafen und mit einem ganz dicken, voll gefressenen Bauch startet der Influencer schließlich mit einer kleinen Fahrradtour (Distanz ca. 20m Holzsteg) in den Tag - ausgestattet mit Blumenkörben, seiner für diesen Moment auserwählten besten Freundin *Bestie* und diversen Fotofiltern. Der bescheidene Influencer *needs nothing else*.



**caro\_e** Shangrila Villingili Re... [Folgen](#)

caro\_e\_ We need nothing else right @bridget ? 🥰❤️ #vampedtours

Weitere Kommentare laden

sunnyboy\_808 🥰👍💎

oksanochka\_savvateeva Белый цвет?)

stayinthesun Besties goals 💧💧💧

stef\_stakxz 🦋💙🦋💙🦋💙🦋💙

amytensix Nice pic!

yianatjotjos @gracewilhelmy

viviarcanzo É pedir demais uma foto assim miga? @claudianyolga

debby\_shae Wow 🌸

claudianyolga Já vou printar pra gente tirar uma igual essa amigona @viviarcanzo

viva.lentina Wow this is so beautiful

vonfrenckell Awesome Shot 🥰

👍 🗨️

Gefällt 47.827 Mal

VOR 5 TAGEN

Kommentar hinzufügen ...

Quelle: Instagram caro\_e

Nach der Anstrengung springt er zur Abkühlung mit einem *great shot* in einen hübschen Pool und in das Gesicht eines Kleinkindes.



**caseyneistat** Montauk, New York [Folgen](#)

caseyneistat Happy 4th of July!

Weitere Kommentare laden

digao\_04 Nice Shot 🎥👀❤️👍

maryj\_12345 Fantastic photography 📷

sandhyaaaaaaaaaa 💜💜

dailyprophets Fruit 🍉 ninja

mora\_szandi2004 The ninja

thgabroad Great shot

goindo24manuelrafael Lol

👍 🗨️

Gefällt 230.959 Mal

4. JULI

Kommentar hinzufügen ...

Quelle: Instagram caseyneistat

Nachdem er seinem Kind das Gesicht zertrümmert hat, zeugt er dann im Wasser so gleich ein paar neue kleine Influencer oder reitet auf hübschen aufblasbaren Gummitieren. *So adorable.*



Quelle: Instagram collagevintage

Manchmal reitet er auch auf einem richtigen Pferd – im Bikini an tropischen Stränden zum Beispiel in Nordamerika. *Summer loving* im Mai in Kanada. *What an experience.*



luisalion

Folgen

luisalion Me and 'Agente' 🐾 shooting for the new @ca swim wear collection at a beautiful beach in Spain 🌞 pic by @immofuchs h&m by @franziska\_sonnabend \*Anzeige #whatanexperience #canda #candasummerloving

Weitere Kommentare laden

stylebytommy This is soooo aweome

stylebytommy You look great love the shot

paolamod\_Ic So Amazing shot ❤️

burcu\_ergin Amazing shot ❤️

chantalortres Excellent picture dear 🥰🥰

coverstories MEGA 🚀

m.maschenka WOW!!!

mylifeincolors\_ Oh this must be an



Gefällt 10.108 Mal

12. MAI

Kommentar hinzufügen ...



Quelle: Instagram luisalion

Naja oder er sitzt halt auf dem Gaul und denkt traurig an seine haarlosen, geruchsneutralen Gummitierchen. Einhörner oder Flamingos sind dem Influencer doch immer noch am liebsten. Schrill, bunt und voller heißer Luft sind sie eben einfach seine *soulmates*, seine *loved ones*.



 **novalanalove**   
Cologne, Germany 

novalanalove BBQ Party time with my loved ones 

Weitere Kommentare laden

susi.carra Sehr schön! Tolle Aufnahme

\_cequejaime\_ Cute 

valbungau 

mrsnathi Nice Pic     

anouschkakretschmar Die Schuhe 

annasmirnow Cute

the\_paradise\_tree Looks like a trip to paradise

aelexisdancing Tolles Outfit   der Hammer!

x.ebii.x 

beautyblogbox.com\_ Awww 

\_sarah\_engelmann\_ @novalanalove ohhhh

**Gefällt 24.312 Mal**

21. JULI

Kommentar hinzufügen ... 

Quelle: Instagram novalanalove

Natürlich macht der Influencer auch ganz alltägliche Dinge. Wie zum Beispiel Sport im Wattenmeer und Wäsche waschen.



**fionaerdmann** Dithmarschen Folgen

**fionaerdmann** \*Anzeige  
Hey ihr Lieben  
Hab diese Woche im Wattenmeer Sport gemacht 🤔  
Ich liebe es ja mich dreckig zu machen 🤔  
Besser noch, wenn man dann weiß, dass alle Sachen wieder sauber werden.  
Benutze jetzt für meine Sportwäsche das neue Coral Sport aktiv.  
Damit verschwindet dann auch das Wattenmeer wieder im Handumdrehen ;) Auf in die nächste Schlammschlacht 😄

#coralcares#coralliebtdeinekleidung#wattenmeer#drecksspatz#advertisement

Weitere Kommentare laden

jazzminerise 🤔🤔🤔👍👍👍👍👍👍

jasir87 Endlich eine die mal die waschmittel

Gefällt 2.275 Mal

25. JUNI

Kommentar hinzufügen ...

Quelle: Instagram fionaerdmann (wie passend)

Oder er erledigt - trotz sehr, sehr vieler Nahrungsspenden, die ihn täglich erreichen - ein paar Einkäufe im Edeka. Burritos kauft er dann am liebsten im bequemen *Döneroutfit*.



**philjacob**  
Scheck-In Baden-Ba...

Folgen

philjacob My favorite kind of #shopping 🤪  
Wer liebt Essen auch über alles? 🤪

Weitere Kommentare laden

sonja.aj Du poser 🤪🤪

e.phta Essen?! Ja klar.. Aber tut mir leid  
dieses Döneroutfit geht gar nicht.. 🤪

philjacob @e.phta Döner ist auch geil 🤪

jacobmd79 🤪💪

berdaz86 Warum sehe ich dich einfach nie  
in citè xD

xkeywest 🤪🤪🤪🤪🤪🤪

dylanstewart17 🤪

philjacob @berdaz86 locker 2/Woche 🤪  
Kühlschrank leert sich leider so schnell

philjacob @\_iamvalentino\_ Never!!! 🤪

berdaz86 @philjacob sag nächstes mal  
wann du citè gebet xD ich will dich mal



Gefällt 3.167 Mal

8. MÄRZ

Kommentar hinzufügen ...



Quelle: Instagram philjacob

Irgendwann ist auch ein Influencer mal müde von so viel Aktivitäten. Er ruht sich dann gerne auf der Straße sitzend aus - vorzugsweise in sonnigen Kurvenlagen. Klingt gefährlich, ist es aber nicht - ein einflussreicher, erhobener Arm, eine dicke Schicht Filter und ein Airbag voller luftleerer Likes schützt ihn ganz doll.



Quelle: Instagram dagibee

Ich könnte euch noch viel mehr von diesem spannenden Beruf erzählen, aber ihr möchtet jetzt wahrscheinlich nur eines wissen: wie werde ich Influencer?

Das ist ganz einfach. Es gilt einfach ein paar simple Dinge zu beachten:

- **Fotos:** deine Hauptaufgabe besteht darin Videos oder Fotos von dir in ein soziales Netzwerk deiner Wahl zu stellen, die tägliche, un- ok überschminkte, schonungslose Wahrheit. Dabei gibt es zwei Arten von Bildern, die du verwenden solltest: zum einen Selfies, bei denen du einen Gesichtsausdruck machen solltest, als ob du gerade die Wurzel aus 34.987 ziehst und als Ergebnis einen Pups entfahren lässt. Zum anderen gibt es Fotos von dir aus der Ferne, bei denen du verklärt in den undefinierten Horizont und niemals in das Gesicht deines Gegenübers schaust. Selbst wenn dein Gegenüber gerade sagt „Ich liebe dich“ oder „You are a little too much for me“. Niemals Blickkontakt zulassen - geradeausschauen fällt dir bei deiner neuen klumpigen Mascara-Vollverschleierung in letzter Zeit eh recht schwer.



jolinamennen

Folgen

jolinamennen you are a little much for me



@maccosmeticsdeutschland rollerwheel liner

@lillylashes monaco

@doseofcolors brick liquid lipstick



#makeup #jolinamennen

Weitere Kommentare laden

bea\_krsen Sooooo schön 😍

leoncsp Jolina und ihr Lieblingstop 💕💕  
glaub ich zumindest 😂

mqrkus30 geiler liner

alylapietra 😘😘😘😘😘😘

ynicixo WELTSCHÖNHEIT 😍😍😍

yvonnecatterfeldqueen 😍😍😍😍😍😍👑

👑👑👑👑👑👑❤️❤️❤️❤️

luis\_gardes\_Huuuuu Yoo Gid 🍷🍷



Gefällt 10.093 Mal

13. JULI

Kommentar hinzufügen ...



Quelle: Instagram jolinamennen



Quelle: Instagram marenwolf

- **Sprache:** deine Fotos musst du natürlich entsprechend beschriften und katalogisieren. Keine Angst, du musst dazu weder Deutsch noch Englisch beherrschen, schon gar nicht Groß- und Kleinschreibung. Zu verwenden ist eine ausgeklügelte Zeichensprache, stark gestotterte Emojiglyphen. Aber keine Sorge: die Simpsons, ein braunes Äffchen und deine Follower übernehmen das alles gerne für dich.
- **Kleidung:** Die Dienstuniform des Influencer ist einfach, aber strikt: Sneaker, zerrissene Jeans und idealerweise Grabgestecke auf dem Kopf. Eine chiemseegroße Sonnenbrille oder das Gestell von Opa mit Fenstergläsern rundet die Tracht formverendend ab. An einem *Bad Hirn Day* solltest du dein Outfit durch stilvolle Accessoires wie Hundewelpen, Schwangerschaftsbäuche oder Partner, die dich hocheben (#hebebühne), aufwerten.



santiagos\_munez  
Suck my Shirt

Folgen

santiagos\_munez #schlappohr und #otto #backontrack 🤔 Welches Handy ist das geilste zur Zeit? Hab mein iPhone heute fallen gelassen... #undtschüss 😞😞 Jemand Erfahrungen mit dem Samsung S7? SCHÖNEN ABEND 🍷 #Lausbua #SKMST #mensfashion #menstyle #munich #bayern #bavaria #ootdmen #inked #dog #doglovers

Weitere Kommentare laden

carorie2404 Samsung Galaxy S7 Edge kann ich empfehlen. Die Kamera ist super, die Bilder top und der Rest läuft auch 🍷👍

merillita Otto!! ❤️

julie.in.love Tolles Bild und was für ein süßer Schlappohr. 🍷

aylin\_oeltze Ich habe das S7 Edge & bin damit auch richtig zufrieden.. Also man kann es nur empfehlen & die Kamera macht auch tolle Bilder! 🍷👍



Gefällt 1.505 Mal

25. MAI

Kommentar hinzufügen ...




Quelle: Instagram santiagos\_munez



Quelle: Instagram marenwolf

- **Ernährung:** anders als dir deine Mutter das beigebracht hat, ißt du alles was dir Fremde geben. Egal ob es Kinderriegel oder Gesichtscreme ist. Wobei du verzehrst das alles nicht wirklich - dann würdest du zu breit für das enge quadratische Format. Du machst ein hübsches Foto, schreibst *yummy* oder *#foodporn* darunter und verkaufst die nach Tapete schmeckenden, überteuerten Gaben dann bei Ebay. Deine Ernährung basiert einzig und alleine auf klarem Korn, den du in Coffee to go Bechern durch die Fußgängerzone deiner Kleinstadt trägst. Korn ist schließlich *einfach ein tolles Produkt.*



**luisalion**   
Munich, Germany

Folgen

**luisalion Anzeige** | My favorite chocolate is **#kinderRiegel** 🍫 Thats why I was so happy, when I found out I could work with them 😊  
Vielleicht habt ihr es schon bei Mjunik mitbekommen: Ihr könnt noch bis zum 30.4. eure persönliche **#Liebespost** mit 2 kinderRiegeln gratis an eure Liebsten versenden (@sarahbrussolo und meine Mama haben ihre schon bekommen) 🍫🍫  
👉 **#canleatthemnow** **#besteschoki**

Weitere Kommentare laden

**anecnn** Ahhh ich liebe Kinderriegel 🍫🍫

**ivyandliv** 🌟

**bridget** always smiling my honey

**jaleesaln** ist das ein echtpelzbommel? 😊  
😊

**fancycorrectitude** Love your beanie ❤️❤️  
❤️❤️😊



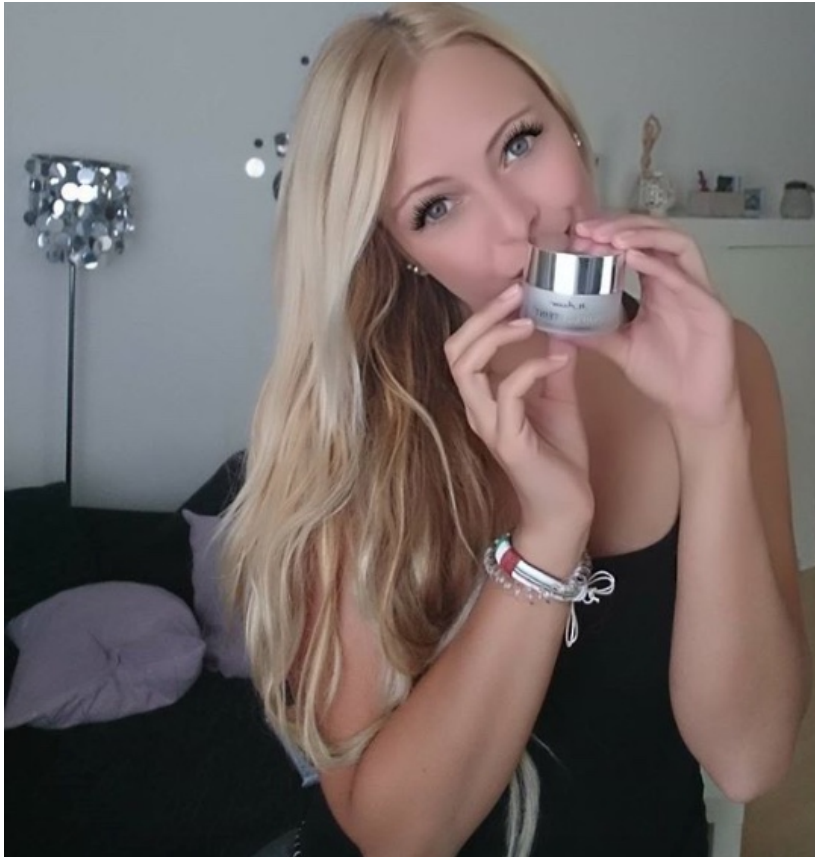
Gefällt 6.187 Mal

28. FEBRUAR

Kommentar hinzufügen ...



Quelle: Instagram luisalion



model\_bianca\_

Folgen

model\_bianca\_ Ich möchte euch heute etwas von @asambeauty vorstellen, da es sooo klasse ist und der Sofort-Effekt funktioniert wirklich! Ich bin so begeistert von der PERFECT TEINT Creme, sofort hat man ein ein besseres und ebenmäßigeres Hautbild, es ist super für den täglichen Gebrauch mit Makeup zusammen! Einfach ein tolles Produkt!  
Schaut mal hier rein:  
<http://ow.ly/Jimb30eEKPQ>

#asambeauty #makeup #beauty #Pflege #werbung #pp #beautyblogger #blogger #influencer #makeuptalk #begeistert #empfehlung #germanblogger #blogger\_de #blondehair #longhair #model #models #kosmetik #nicegirl #instagirl #instagood #ad #inlove #followforfollow #followme #follow4followback #photooftheday



Gefällt 267 Mal

11. SEPTEMBER

Quelle: Instagram model\_bianca\_

- **Einkommen:** du bist eine Wohltätigkeitsorganisation, die von Sach- und Geldspenden lebt. Das wunderbare daran ist, dass dich die Spender alle ausnahmslos richtig gut kennen. Sie schenken dir immer genau deine allerliebsten Produkte. Alles Dinge, die du wirklich magst und auf die du dein Leben lang gewartet hast - während du mit einer Ananas auf einer Parkbank oder mit Dünnpfeff auf einer Kloschüssel sitzt. *Everything is gut verdaute flowers & pineapples.*



**novalanalove**  [Folgen](#)

novalanalove Everything is flowers 🌻 & pineapples 🍍 #BecauseSummer #MalibuRum @malibu\_rum 🍹 foto 📷 @rauhutphotography

Weitere Kommentare laden



bb\_bemmy Woow 😍😍

leasophie97 ✨✨✨✨

dailylila 😍😍😍

jeaniejanes You are the cutest ❤️💙💜

about.stella So Beautiful

Gefällt 13.184 Mal

11. SEPTEMBER

[Kommentar hinzufügen ...](#) 

Quelle: Instagram novalanalove



**pilotpatrick**  [Folgen](#)

Ruby Lilly Hotel & Bar

pilotpatrick Sometimes a journey does not run smoothly 🌧️ For this event I always carry a small first-aid kit with me 🇨🇭 Have you been sick on a journey before? This can be quite frustrating especially if it is a gastro-intestinal disease 🤢 From now on I have @saltadol with me which helps to regulate the loss of fluid and improves wellbeing immediately 👍 Happy and healthy traveling! #pilotpatrick #sponsoredby #AristoPharma #ad

.  
.

(De) Manchmal verläuft eine Reise leider nicht immer wie gewünscht! 🌧️ Für diesen Fall habe ich stets eine Reiseapotheke dabei. Bist du schon mal im Urlaub krank geworden? 🇨🇭 Das kann echt unangenehm sein, insbesondere wenn es eine Magen-Darmerkrankung ist! 🤢 Ab sofort habe ich

Gefällt 10.631 Mal

13. JULI

[Kommentar hinzufügen ...](#) 

Quelle: Instagram pilotpatrick

Und nun die beste Nachricht zum Ende der Stunde: ihr könnt mit der Influencer-



Ich werde aus meiner panischen Nacktstarre gerissen. Ein Mann betritt den Raum „Moin. Ich hab euch Litschi-Guave mitgebracht. Besonders belebend.“. Das nicht auch noch.

### **Aufguss.**

Ich stehe abrupt auf. Den Rest Würde zurücklassend und ein unangenehmes Glitschgeräusch von mir gebend laufe ich zunächst in das schwungvoll über die Köpfe kreisende Handtuch des Saunameister. Wie ein Maestro dirigiert er die Schwitzenden. Ich stolpere unrhythmisch zur Tür, hinaus aus der Sauna, hinein ins Freie. Frische Luft strömt durch meine Lunge. Ich atme tief ein und wickele mich wie ein Dürüm in mein Handtuch. Langsam schleicht sich die zwiebelige Erkenntnis in meinen Kopf: Ich habe das Geschlechtsteil meines Arbeitskollegen gesehen. Au Backe, au Pobacke.

Die kühle Luft entfacht Atemzug um Atemzug schließlich eine ungeahnte Empörung in mir. Frustration, Wut, Ärger formiert sich um ein einziges Wort: Textilfrei.

**Wie kann man in einer freien, demokratischen Gesellschaft wie der deutschen zur Nacktheit gezwungen werden?** Warum zahle ich auch noch Geld dafür? Und warum gibt es keine Warnhinweise und Sicherheitseinweisung beim Betreten einer Saunalandschaft?

„Schwimmbrillen im Pool verboten – sie können zu nachhaltiger Schädigung der Sehfähigkeit führen.“

„Achtung, auch im Falle des sehr wahrscheinlichen Zusammenstoßes mit weisungsbefugten Vorgesetzten, Geschäftspartnern oder Grundschullehrern gilt die Textilfreiheitspflicht. Wir raten dazu Ruhe zu bewahren und hektische Bewegungen, Augenkontakt und bückende Körperhaltungen zu vermeiden. Denken Sie immer daran: ihr Gegenüber hält Sie und Ihre Nippel mindestens genauso bedrohlich wie Sie die Ihnen Gegenübergestellten.“

„Notausgänge sind nur im äußersten Notfall zu benutzen (Erektionen sind keine Notfälle). Sie stehen dann nackt auf der Straße. Ist dann halt doof.“



Würde man entsprechend aufgeklärt - Aufklärung ist ohnehin das zentrale Thema der Sauna - wäre das mit der Entspannung viel einfacher. Ein Sauna-Besuch unter dem Motto „Pekip für Erwachsene nur ohne Urinieren“ ist schließlich wie eine Geo-Reportage über Grottenlurche in Papua-Neuginea - mit der nötigen Distanz durchaus faszinierend. Denn über allem schwebt die beruhigende Erkenntnis: alle Menschen werden nackt geboren und sehen nackt einfach *naja* aus. Live und als farbiges 3D-Bewegtbild sind wir eben doch alle zerdellt und schwabblig. Ist jemand vielleicht straffer als der schwitzende Bundesdurchschnitt hat er zum gerechten Ausgleich Haare an Stellen, die man nicht für möglich gehalten hätte. Der Geschäftsmann mit Schlemmergewölbe, die Putzfrau mit draller Oberweite - alle egalitär vereint und ohne schützende Statussymbole bedeckt. Ob der wabbelnde Wanst durch Wachteleier oder Wopper angefressen wurde, ist schließlich selbst für das geschulte Auge nicht auszumachen. Zwar gilt auch hier „Oben wird die Luft besonders dünn“, aber dennoch gibt es in der Sauna keine Hierarchien und Rangordnungen. Das Bisschen an bodenlosem Schamgefühl sollte man da doch irgendwie wegfächern und sich zur Entspannung unter Gleichen zwingen können.

Bleibt die Frage, wie man den normalerweise hierarchisch getrennten Po-Backen beim nächsten angekleideten Zusammentreffen am Kaffeeautomaten begegnet. Wohl kaum mit einem „Die Muttermale solltest du mal untersuchen lassen“ oder „Wirklich genital deine Idee im letzten Meeting“.

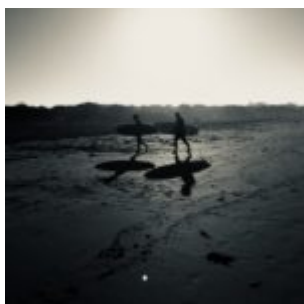
Vermutlich eher mit einem „Achtung, sehr warm“.

---

# Die Frau und das Meer - Begegnungen zwischen Surfbrettern, Dauerwelle und Glückseligkeit

Category: Leben,Reisen

30. Oktober 2017



**Das Meer, ich liebe es.** Nichts auf dieser gigantischen Erdkugel stimmt mich so ehrfürchtig wie der Anblick dieses unendlich tiefen Blaus. Dieses nie enden wollende Rauschen, diese pure Gewalt lösen in mir eine geradezu ergreifende Demut aus - ein diffuses, salziges Gefühl aus Faszination, Geborgenheit und mehr oder minder nackter Angst. Wie klein wirkt der Mensch, wie belanglos seine Probleme, wie vergänglich sein Rettungsschwimmerabzeichen angesichts dieser Endlosigkeit.

Auf dieser Endlosigkeit treibe ich nun dahin - auf einem Stück Hartschaum, welches kleiner ist als ein Badehandtuch. Ich sitze auf einem schwächtigen Brett, schaue in dieses dunkle, klare, gewaltige Blau hinein und frage mich wie ich eigentlich hierhergekommen bin. Eine einfache Überlegung trieb mich in meine klamme Lage: ich schwimme gerne, mag es aktiv zu sein, dürste nach Sonne und salziger frischer Luft - und das Meer finde ich ja dem Hörensagen nach auch so überaus bezaubernd. Warum also sollte ich nicht einfach mal eine Woche dem Meer besonders nahe sein und unter der portugiesischen Sonne das Wellenreiten

erlernen?

**Gestrandet an der Atlantikküste beginnt das kurzweilige Abenteuer zunächst mit einer beruhigenden Erkenntnis: Surfer sind wirklich genauso wie man sie sich vorstellt.** Während sie zu Wasser wie Gekos in einer Salatschleuder zu tanzen scheinen, ist ihre Entspannung zu Land so tief wie der Marianengraben. Energieverbrauch - in Form einer artikulierten Ausdrucksweise oder akkurater Termin- und Lebensplanung - wird komplett vermieden. Man lebt in einem an der Klippe geparkten Bulli oder Camper, der so niedrig ist, dass man sich offensichtlich nicht mal mehr die Haare kämmen kann. Verfilzt, barfuß, gebräunt und drahtig wie ein Kaninchenbraten schlurft diese gestrandete Surfwelt an mir vorbei. Ein Leben in purer Lässigkeit statt permanenter Lästigkeit. Klischees bestätigt, wie beruhigend, *bro*.



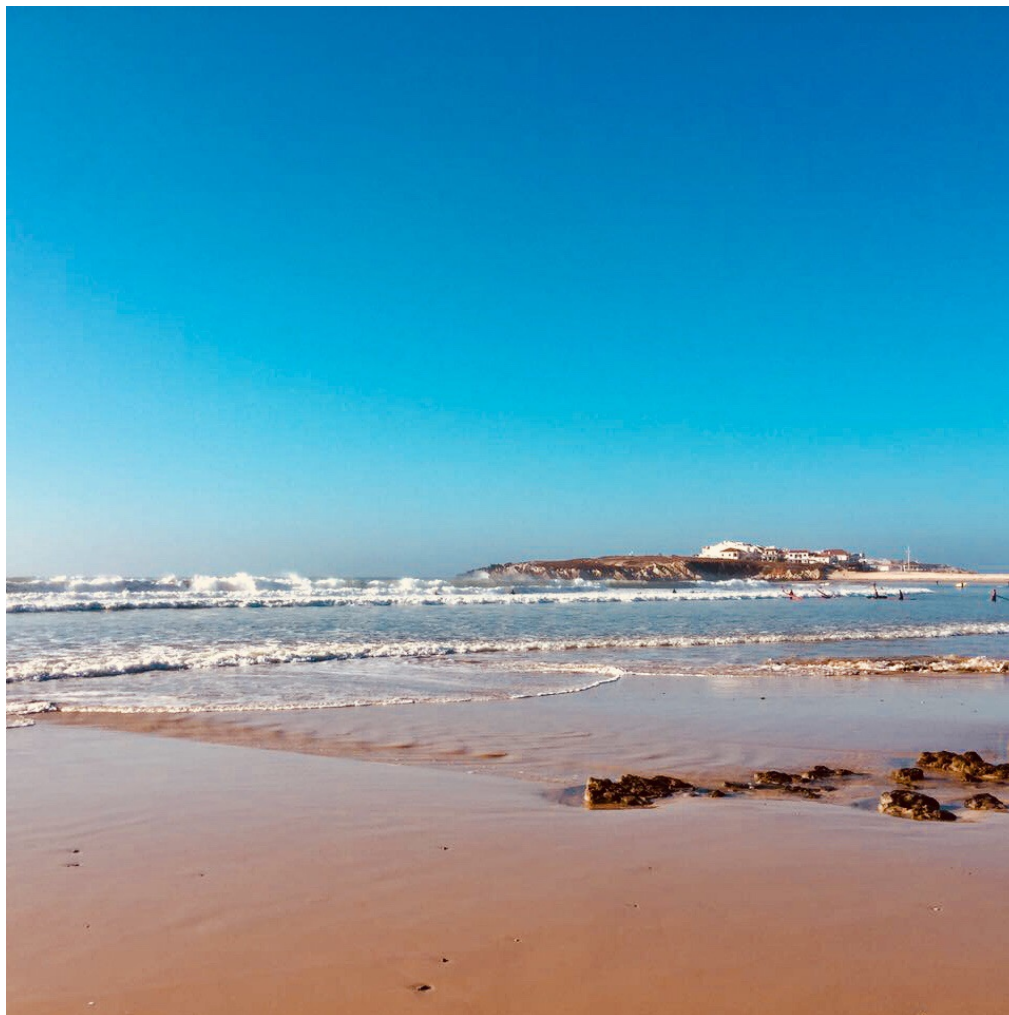
Nachdem ich mich äußerst ungraziös wie durch eine Ganzkörperlaminiermaschine in meinen Neoprenanzug geprügelt und einige gar nicht peinlichen Trockenübungen zu Land absolviert habe, springe ich endlich in die Fluten. Geradezu wohltuend ist die Kühle, die durch den Anzug wie durch ein

gekipptes Fenster spürbar ist. Wie schön es wäre den ganzen Tag hier einfach im Wasser zu treiben. Ich könnte FLATSCH...die Augen aufmachen, um zu sehen wenn eine Welle auf meinem Nasenrücken brechen möchte. Und dieses unredige Brett in meinem Arm ist vermutlich auch keine figurbewusste Rettungsboje, an der ich mich einfach festhalten und an Land spülen lassen kann. Wellenreiten, nicht Wellenbegleiten war das Motto.

Wie eine ausrangierte Mätresse auf die Guillotine wartend liege ich nun auf meinem Brett, Blick Richtung Strand gerichtet und warte auf die nächste Welle. Sie bricht weit hinter meinen Füßen und rauscht als weiße Wand heran. Ich beginne - wie ich finde - äußerst kraftvoll zu paddeln und habe dennoch das Gefühl gen blaue Unendlichkeit hinausgezogen zu werden. Um im nächsten Moment wie auf einer Schaukel nach vorne zu katapultieren. Auf dem Bauch liegend, mit ungeahnter Schnelligkeit und vor Begeisterung aufgerissenem Mund rase ich gen Strand. Laut lachend falle ich ins Wasser und finde mich im Leichtschleuderprogramm meiner Waschmaschine wieder. Mit gereinigten Nebenhöhlen tauche ich nicht mehr lachend wieder auf. Erkenntnis: beim Surfen besser die Klappe halten.

### **Frage: Wolltest du nicht aufstehen?**

Ich wusste ja schon immer, dass ich ein koordinativer Legastheniker bin, aber dass ich als erwachsene Frau das Stehen erneut erlernen würden müsse, erstaunt selbst mich. Doch wie ein unbeirrbares Baby im Strampelanzug wanke ich in den nächsten Tagen immer wieder in die Fluten und unternehme - angeleitet von meinem ungekämmten Lehrer - wacklige Stehversuche im weiß sprudelnden Wasser. Als eine vor der Guillotine geflohene Volksheldin gleite ich schließlich aufrechten Standes bis zum Strand hervor. Ich bilde mir ein im Schreien der Möwen und Tosen der Wellen so etwas wie gebührenden Beifall zu hören. Die Freude ist groß - und währt nicht allzu lange.



**Es ist Zeit für die wirklichen Wellen.** Warum dieser Schritt notwendig ist, weiß ich nicht. Doch folge ich meinem lässigen Lotsen über schwappende Wasserhügel hinaus aufs Meer. Hier bin ich nun. Alleine. Die anderen Surfer nehme ich nicht mehr wahr. Ich sitze auf meinem Brett und starre ins von der Sonne erstrahlte Blau. Die Frau und das Meer. Da ist sie wieder, diese Ehr...Furcht! Wie in einem Endzeitfilm türmt sich die H<sub>2</sub>O gewordene Aigernordwand vor mir auf. Groß, düster, unüberwindbar. Strampelnd drehe ich mich um und beginne um mein Leben zu paddeln. Dabei möchte ich die Welle gar nicht erwischen. Ich möchte einfach nur, dass die Welle mich nicht erwischt.

Und dann passiert es.

Ein gewaltiger Schub erfasst mich. Ich paddele auf der Welle. Meine Rettungsboje neigt sich nach vorne. Doch plötzlich stehe ich. Irgendwie. Und rase in die Tiefe. Gewelltes Haar, über Wasser schwebend, ein Gefühl göttlicher Nähe – für einen Augenblick denke ich, ich sei Jesus. Doch nein, es ist nur ein irdischer Moment surfender Glückseligkeit. Ich möchte diesen Moment mit einem Schrei für immer festhalten. Welch Gewalt! Welch Wucht! Welch Rausch! Doch

stattdessen beschließe ich es ist nunmehr der richtige Zeitpunkt, um diese ganze frivole Euphorie zu beenden und bremse meine rasante Fahrt mit meinem Gesicht.

Welch Salzgehalt im Wasser.

Benommen, prustend und grinsend tauche ich auf. Eine junge Surferin beobachtet mich und paddelt herbei. Sie lächelt und sagt mit eindeutigen Akzent: „[Huere schön, oderrr?](#)“

Huere gut, *dude*.

---

# Flugreisen - ein Besuch in der Kita Blauer Kranich

Category: Reisen, Unfug

30. Oktober 2017



Flugreisen sind wie ein Besuch in der Kindertagesstätte *Blauer Kranich*:

Man ist auf viel zu kleinem Raum eingepfercht mit Menschen, denen man - wenn keiner hinsieht - gerne eine Schippe an den Kopf werfen würde. Denn die Gestalten, mit denen man den Tag verbringt und neben einem hocken, hat man sich nicht selber ausgesucht. Doch wurde beim Betreten der Räumlichkeiten sorgfältig darauf geachtet, dass keine potentiellen Waffen den Weg in die Kita finden. Man überlegt sich stattdessen schreiend auf den Boden fallen zu lassen.



Gesessen wird auf Möbeln, die für Kapuzineräffchen, aber nicht für ausgewachsene Menschen gemacht sind. Gespeist wird breiige Kost oder trockene Brötchen - ohne Besteck, da man damit nicht umgehen kann. Man bekleckert sich dennoch. Kleidung zum Wechseln wurde einem vorsorglich jedoch mitgegeben.

Wenn das freundliche, aber eigentlich herrische Personal immer und immer wieder die gleichen Dinge sagt, hört man nicht zu. Egal, ob sich die vornehmlich weiblichen Betreuer dabei albern verrenken oder die Kita-Leitung mit ernster Stimme aus der Ferne unverständliche Dinge verlauten lässt. Lieber beschäftigt man sich damit *Wimmelbilder* aus bunten Miniaturlandschaften anzuschauen und den roten Traktor zu suchen. Die abgenutzten Malbücher, die einem zur Verfügung gestellt werden, findet man eher ignorierenswert.



Vornehmlich, aber nicht ausschließlich bei langen Kita-Besuchen schläft man am helllichten Tag ein und träumt davon, einmal Pilot zu werden. Geweckt wird man in der Regel vom Johlen und Klatschen der anderen. Hinausgehen darf die Gruppe aber immer nur geschlossen und zu festen Zeiten, egal wie sehr gedrängelt und geschupst wird oder wie stickig die Luft auch ist.

Den ganzen Tag hofft man aber eigentlich nur, dass man abgeholt wird - und sich bis dahin keiner übergeben musste.

