

# GQ

GERMANY

GENTLEMEN'S QUARTERLY  
APRIL 2020

**37**  
SEITEN  
**BOND**  
SPECIAL

# INSIDE 007



**SPRING  
FASHION**  
DIE ZEHN  
BESTEN PIECES  
DER SAISON

**DAHEIM BEI  
DAVID ALABA**  
SEIN LEBEN,  
SEIN STYLE, SEINE  
WOHNUNG

**DANIEL  
CRAIG**  
**EXKLUSIV:**  
WIE ER  
ZUM  
**BESTEN  
BOND**  
ALLER ZEITEN  
WURDE



"SCHÖNHEIT OFFENBART SICH  
IM GROßEN WIE IM KLEINEN."

ORA UTO,  
ARCHITEKT UND DESIGNER, TRÄGT DIE  
VACHERON CONSTANTIN PATRIMONY.





  
**VACHERON CONSTANTIN** | ONE OF  
GENÈVE NOT MANY.

KONTAKTIEREN SIE UNS: +49 89 203 03 1755







DIOR



# KEINE ZEIT ZU STERBEN <sup>007</sup>

AB 2. APRIL IM KINO



© 2008 MGM. Alle Rechte vorbehalten. 007 und James Bond sind eingetragene Marken der MGM. Die Figur James Bond ist eine fiktive Person. Die Handlung und alle Charaktere sind fiktionalisiert. Die Handlung ist eine fiktionalisierte Darstellung der Ereignisse. Die Handlung ist eine fiktionalisierte Darstellung der Ereignisse. Die Handlung ist eine fiktionalisierte Darstellung der Ereignisse.



JAMES BOND'S  
CHOICE



SEAMASTER DIVER 300M  
007 EDITION

Ω  
OMEGA

OMEGA Boutiquen  
Berlin • Frankfurt am Main • Hamburg • München





  
**JAEGER-LECOULTRE**  
HOME OF FINE WATCHMAKING SINCE 1833.





Master Ultra Thin Perpetual.  
Manufacture Movement 868/1



44229 S.I. PA/PL SEERSUCKER-TC  
LIGHT JACKET. THE SEERSUCKER WEAVE OF THE NYLON POLYESTER FABRIC IS OBTAINED  
FROM STONE ISLAND'S EXPERTISE IN TEXTILE CONSTRUCTIONS AIMED AT EMPHASIZING  
THE FINAL ASPECTS OF GARMENT DYEING PROCESSES. THE GLOSSY NYLON WARP IS WOVEN  
WITH NYLON YARNS, AS WELL GLOSSY, AND BLACK POLYESTER YARNS. THE DIFFERENT  
REACTIONS OF NYLON AND POLYESTER DURING THE GARMENT DYEING PHASE CREATE THE  
DISTINCTIVE WAVY ASPECT OF SEERSUCKER WOVEN FABRICS. THE ADDITION OF A SPE-  
CIAL AGENT TO THE DYE RECIPE CREATES AN ANTI-DROP EFFECT. NYLON MESH LINING.  
SNAP AT CUFF. BUTTONS FASTENING.

  
**STONE ISLAND**  
[WWW.STONEISLAND.COM](http://WWW.STONEISLAND.COM)





44135 NYLON METAL WATRO RIPSTOP

HOODED JACKET IN NYLON METAL WATRO RIPSTOP. THE TRILOBATE STRUCTURE OF THE NYLON YARN, WITH ITS GREY WEFT AND WHITE READY TO DYE WARP COLOURS, IS THE GROUNDS OF THE DISTINCTIVE METALLIC AND TONIC SHEEN OF NYLON METAL, ONE OF THE MOST VERSATILE FABRICS BORN OF STONE ISLAND TEXTILE RESEARCH. THE FABRIC HAS BEEN RESIN TREATED INSIDE TO ACHIEVE A MILD WIND AND WATER RESISTANCE. GARMENT DYED WITH AN ELABORATE DOUBLE DYE PROCEDURE, WITH THE ADDITION OF A SPECIAL ANTI-DROP AGENT. FASTENING ZIPPERS ARE ENGINEERED TO BE COLOURED BY THE GARMENT DYE PROCEDURE. NYLON MESH LINING. STONE ISLAND COMPASS PATCH LOGO ON CHEST. TWO WAYS ZIP FASTENING.

DOLCE & GABBANA

SHOP ONLINE AT [DOLCEGABBANA.COM](http://DOLCEGABBANA.COM)



# INHALT

## COVERSTORYS

- 37 **James Bond exklusiv**  
Daniel Craigs letzter 007 –  
das Ende einer Ära
- 70 **Spring Style**  
Die zehn besten Accessoires  
der Saison
- 140 **David Alaba**  
Zu Besuch beim FC-Bayern-  
Superstar in Wien

## AGENDA

- 27 **Jokos Top 5**; „Narziss und  
Goldmund“ mit Jannis  
Niewöhner; der Hype um  
Apache 207; der BND  
verrät seine Geheimnisse

## GENTLEMEN

- 50 **Tame Impala**  
Kevin Parkers One-Man-  
Band legt ein Album voller  
Sommerhits vor

140  
DAVID ALABA





shop online at [ARNANI.COM](https://www.arnani.com) | follow @giorgioarmani

GIORGIO ARMANI



## STANDARDS

Editorial.....	19
Backstage.....	20
Impressum.....	22

- 52 **Lashana Lynch**  
Die Frau mit der „Lizenz zum Töten“
- 54 **David Schütter**  
Am besten spielt er zwischen Gut und Böse
- 56 **Charlie Heaton**  
Der Star aus „Stranger Things“ im Porträt
- 110 **Jeremy Jones**  
Die Snowboard-Legende im Interview
- 166 **Vladimir Korneev**  
Der Bariton, der das Chanson wiederbelebt

## STYLE

- 66 **Giorgio Armani**  
Der Maestro verrät seine Tipps fürs Leben
- 82 **Uhr des Monats**  
Die neue „Omega Seamaster“ von 007
- 86 **Trend-Guide**  
Diese Field Jackets bringen Safari-Feeling ins Office
- 88 **Unterwäsche-Guide**  
Von Boxershorts bis Drunterhemd

# 24

## BOND-ESSAY



# 88

## UNTERWÄSCHE

# 70

## ACCESSOIRES





# PANERAI

LABORATORIO DI IDEE

MIKE HORN  
EXPLORER OF THE EXTREME



## SUBMERSIBLE MIKE HORN

MADE OF ECOTITANIUM™

APPLY TO THE NEW PANERAI PAM.GUARD PROGRAM  
TO BENEFIT UP TO 8 YEARS OF  
INTERNATIONAL LIMITED WARRANTY  
REGISTER YOUR TIMEPIECE ON [PANERAI.COM](http://PANERAI.COM)





# 86

## FIELD JACKETS

**COACH**

# 56

## CHARLIE HEATON



Foto (Heaton): Sharif Hamza

- 91 **Whisky-Guide**  
Das sind die drei wichtigsten Trends
- 96 **Style Traveler**  
Unser Kolumnist kennt die besten Ziele in London
- 108 **Risotto-Rezept**  
Das perfekte *comfort food*
- 114 **German Genius**  
Der Mann, der Bonds Abenteuer in Szene setzte
- 116 **Rauch-Report**  
Die Alternativen zur Zigarette
- 122 **Sport**  
Wie Fußball-Profis Social Media nutzen
- 124 **Bonds Fahrzeuge**  
Der Aston Martin DB5 und „Wet Nellie“
- 130 **Duft**  
Für jeden Anlass das richtige Parfüm
- 150 **Bond-Girls**  
Maryam d'Abo und Barbara Carrera über ihre Rollen
- 155 **007 neu geschrieben**  
Charlotte Roche verpasst Bond-Szenen einen zeitgemäßen Anstrich

## REPORTAGE

- 162 Mein Vater, der Geheim-agent: Ein Sohn erzählt



# Dior HOMME

I'M YOUR MAN

THE NEW FRAGRANCE



# EDITORIAL



## DAS FÄNGT SCHON GUT AN!

ALS GQ VOR ÜBER 20 Jahren zum ersten Mal an deutschen Kiosken lag (mit Boris Becker auf dem Titel), gab sie neue Antworten auf eine alte Frage: Was ist ein Gentleman, was für eine Art Mann möchte ich sein?

Einer der Käufer war ein, sagen wir, junger Gerade-schon-Mann im nordrhein-westfälischen Schwalmthal, der Joachim heißt, aber Joko gerufen wird. Dieser Joko war einigermaßen stolz darauf, als Einziger in seiner Umgebung Zugang zu dieser exklusiven Welt zu haben, die das Magazin ihm bot. Und auf eine irgendwie elegante Art schließt sich ein Kreis dadurch, dass Joko Winterscheidt – oder wie ich ihn nenne: ich – heute zur Welt von GQ gehört und gehöre. Und damit erst mal: Hallo, wir sind die Neuen.

War das eine elegante Einleitung? Denn diese beiden Dinge haben sich in mehr als 20 Jahren GQ nie geändert: Im Zweifel sollte man immer die elegante Lösung wählen – und, diese Frage gilt noch fast genauso, vielleicht ein bisschen weiter gefasst: Wenn ich überhaupt ein Mann sein will, dann was für einer?

Wir haben beschlossen, dieser Frage ab sofort gemeinsam nachzugehen. André Pollmann wird als Chief Creative Director der Marke GQ alle Verantwortung tragen, und Joko Winter-

scheidt als Chief Curiosity Officer die einzige, obsessiv fokussierte Aufgabe haben, alle im Haus dabei immer wieder daran zu erinnern, immer noch ein bisschen neugieriger zu sein auf die Antworten, die wir suchen. Denn unter all seinen Qualitäten ist diese Neugier auf die Welt, die schon den Jungen in Schwalmthal an den Kiosk getrieben hat, vielleicht die herausragendste.

Alles andere hat sich schon geändert: Das Print-Magazin GQ ist heute „nur noch“ der luxuriöse Meilenstein jedes Monats, in Wahrheit ist die Marke längst ständig rund um die Uhr auf vielen Kanälen zu Hause, und das werden wir noch ausbauen. Immer auf der Suche nach der elegantesten Lösung natürlich, das wird sich nie ändern. Versprochen.

ANDRÉ POLLMANN

JOKO WINTERSCHIEDT



# BACKSTAGE



## 1 ARI LILOAN

**ILLUSTRATORIN**

Sie setzte für uns Jokus Top 5 (S. 34) in Szene. Ihren Stil beschreibt sie so: ein Bastard aus dem Surrealismus der 1930er und Vektorgrafik-Dilettantismus.

**Zuletzt geshoppt:**

Einen Hoodie von Teddy Fresh.

**Aktuelles Buch:**

„Powerarchy“ von Dr. Melanie Joy.

**Interview-Wunsch:**

Dita Von Teese.

**Ungelesene Messages:**

Zu viele...

**Beste Erfindung ever:**

Das Internet – die Liebe meines Lebens.

**Liebblings-Instagram-Account:**

@hexenkult

**Letzter Binge-Watch:**

„How to Get Away with Murder“.

**Song der Stunde:**

„Gods and Monsters“ von Jessica Lange.

**Soulfood:**

Veganes Fried Chicken.

**Süchtig nach:**

Tropenpflanzen.



## 2 STEFAN ARMBRUSTER

**FOTOGRAF**

In Wien shootete er Bayern-München-Star David Alaba (M., S. 140, links: Christoph Lands-gesell, Textchef GQ) – und hatte von allen Beteiligten wohl am wenigsten Gepäck dabei.

**Zuletzt geshoppt:**

Vintage-Kameras.

**Aktuelles Buch:**

„Die Ermordung des Commendatore I“ von Haruki Murakami.

**Style-Hero:**

Marcello Mastroianni.

**Traum-Reiseziel:**

Südliche Toskana.

**Ungelesene Messages:**

33.

**Beste Erfindung ever:**

Polaroids.

**Liebblings-Instagram-Account:**

@situations

**Love-Brand:**

Jil Sander.

**Soulfood:**

Spätzle.

**Antrieb:**

Meine Tochter Ava.



INTRODUCING...

## CORDULA FUNKE

Von Frisuren über Parfüms bis zum Workout 2.0 – sie verantwortet bei GQ das Ressort Beauty und Fitness.

**Zuletzt geshoppt:**

Pastellblauer Mantel von Cos.

**Style-Hero:**

Timothée Chalamet.

**Beste Erfindung ever:**

Alles von Dyson.

**Liebblings-Instagram-Account:**

@gryffindior

**Süchtig nach:**

Concealer.

**Soulfood:**

Schokoladeneis.



Fotos: Torsten Dreier, privat (2), Mathias Leidenschwendner



MONT  
BLANC

Reconnect.



Montblanc 1858 Geosphere  
[montblanc.com](http://montblanc.com)

39° 35' 0.478" S 71° 32' 23.564" W





GQ erscheint in der Condé Nast Germany GmbH,  
Oskar-von-Miller-Ring 20, 80333 München, Telefon: 089 38104-0, mail@condenast.de, www.condenast.de  
gqpost@gq.de, www.gq.de

*Chief Creative Director*  
**ANDRÉ POLLMANN**

HEAD OF EDITORIAL **Johannes Patzig** CO-CHIEF CREATIVE DIRECTOR **Michalis Pantelouris**  
CHIEF CURIOSITY OFFICER **Joko Winterscheidt** HEAD OF EXPERIENCE DESIGN **Jana Meier-Roberts**

PHOTOGRAPHY DIRECTOR **Björn Schütrumpf** FASHION DIRECTOR **Tobias Frericks**  
EDITORIAL BUSINESS MANAGER **Anna Schubert**

EDITORIAL OPERATIONS SPECIALIST **Viola Müller-Hergerdt**

TEXTCHEFS **Oliver Fuchs, Christoph Landsgeßel**

**Textredaktion** Christoph Eisenschink, Ulf Pape, Clark Parkin

**Mode** Thomas Haditsch (Ass.), Sharina Lichtl (Ass.)

**Bildredaktion** Verena Aichinger

**Art Department** Anais Hüttenbrink, Mathias Leidgswendner

**Mitarbeiter dieser Ausgabe** Julius Abel, Stefan Armbruster, Kilian Bishop, Marcello Bona, Katharina Bourjau, Felix Brandl, Greg Delves, Nils Dose (Textredaktion), Mimi Erhardt, Filip Fröhlich, Sarah Fürbringer, Maurice Haas, Marc Heckner, Sarah Heidelberger, Antonia Hrstar, Friederike Jung, Kasiq Jungwoo, Jörn Kaspuhl, Olivier Kugler, Ari Liloan, Simon Lohmeyer, Mark Long, Kagan McLeod, Massu Nedjat, Yannick de la Pêche, Peter Praschl, Kai Psotta, Travis Rathbone, Señor Salme, Paul Maximilian Schlosser, Jan Steins, Alexander Stilcken, Basti Mowka, Johannes Thalmayr (Textredaktion), Katie Thompson, Özgün Turgut (Bildredaktion), Daniela Wiesemann, Max Witzigmann

**Büro Mailand** Anna Riva, Paola Dörpinghaus, p.dorpinghaus@condenast.it, Tel. +39 (02) 29 00 07 18

**Büro New York** Christina Schuhbeck, christina\_schuhbeck@condenast.com, Tel. +1 (212) 630 4980

**Schlussredaktion** LEKTORNET GmbH

**Syndication** syndication@condenast.de

**GQ.de** Cordula Funke, Mathias Ottmann, Patrick Pendiuk, Daniela Pusch, Ursula Schmied, Tobias Singer

Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt des Magazins

**ANDRÉ POLLMANN**

EXECUTIVE DIRECTOR COMMERCIAL CONTENT **Constantin Herrmann**

*Anzeigen/Vermarktung*

SALES

**Christina Linder**, HEAD OF SALES, christina.linder@condenast.de, Tel. -430

BRAND ADVERTISING

**Margit Färber**, BRAND DIRECTOR, margit.farber@condenast.de, Tel. -363 (verantwortlich für Anzeigen)

MARKETING

**Angela Reipschläger**, HEAD OF MARKETING, angela.reipschlaeger@condenast.de, Tel. -793

**Andrea Beckmann-Otto**, MARKETING DIRECTOR, andrea.beckmann@condenast.de, Tel. -103

**Kathrin Ölscher**, MARKETING DIRECTOR, kathrin.oelscher@condenast.de, Tel. -746

CREATIVE STUDIO

**Carsten Schilkowski**, HEAD OF CREATIVE STUDIO, carsten.schilkowski@condenast.de, Tel. -365

ADVERTISING OPERATIONS

**Katharina Schumm**, HEAD OF REVENUE MANAGEMENT, AD & MARKETING SERVICE, katharina.schumm@condenast.de, Tel. -135

*Vertrieb*

**Alima Longatti**, HEAD OF DIRECT MARKETING & CRM, alima.longatti@condenast.de, Tel. -301

**Einzelverkauf** MZV GmbH & Co. KG, Karsten Reissner (Bereichsleitung)

*Herstellung*

**Lars Reinecke**, DIRECTOR PRODUCTION

**Druck** Mohn Media, Mohndruck GmbH, Carl-Bertelsmann-Straße 161M, 33311 Gütersloh

**Digitale Vorstufe** CLX Europe Media Solution GmbH, Barmbeker Strasse 8, 22303 Hamburg

*Unternehmenskommunikation/PR*

presse@condenast.de

*Finanzen*

**Roland Riedesser**, FINANZDIREKTOR

*Geschäftsführerin und Herausgeberin*

**JESSICA PEPPEL-SCHULZ**

*Chairman Condé Nast International*

**JONATHAN NEWHOUSE**

**Abonnement-Betreuung** Deutschland und Ausland ohne Schweiz: GQ Leserservice, Postfach 290, 77649 Offenburg, Telefon: +49 (0) 781 6394507,

E-Mail: abo@gq-magazin.de. Preis für Jahresabonnement (12 Ausgaben): 56,50 € (D), 56,50 € (AUT). Restliches Ausland auf Anfrage.

Schweiz: GQ Leserservice, Postfach, 6002 Luzern, Telefon: +41 3292244, E-Mail: gq@leserservice.ch. Preis für Jahresabonnement (12 Ausgaben): 100 sfr.

USA: GQ (German) (USPS no 0023823) is published monthly by Condé Nast Germany. Known Office of Publication: Data Media (A division of Cover-All Computer Services Corp.), 660 Howard Street, Buffalo, NY 14206. Periodicals postage is paid at Buffalo, NY 14205. Postmaster: Send address changes to GQ (German), Data Media, P.O. Box 155, Buffalo, NY 14205-0155. E-Mail: service@roltek.com Toll free: 1-877-776-5835

**Bestellung von Einzelheften** Preise, Verfügbarkeit und Bestellung unter <http://abo.gq-magazin.de/Einzelhefte>; für weitere Fragen Tel: + 49 (0) 1806/012906 (0,20 €/Anruf aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk max. 0,60 €/Anruf. Abweichende Preise aus dem Ausland möglich.)



Zurzeit gilt Anzeigenpreisliste Nr. 23, gültig ab 1.1.2020. Alle Rechte vorbehalten. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwertung ohne Einwilligung des Verlags strafbar. Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial wird keine Haftung übernommen. ISSN-Nr. 1434-5560



Beim Druck dieses Produkts wurde durch den innovativen Einsatz der Kraft-Wärme-Kopplung im Vergleich zum herkömmlichen Energieeinsatz bis zu 52 % weniger CO<sub>2</sub> emittiert. Dr. Schorb, ifeu-Institut

© 2019 Condé Nast Verlag GmbH. Alle Rechte vorbehalten. Die Zeitschrift und alle darin enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwertung ohne Einwilligung des Verlags strafbar. Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial wird keine Haftung übernommen.

**PUBLISHED BY**  
**CONDÉ NAST**

Chief Executive Officer **Roger Lynch**  
Chief Operating Officer & President,  
International **Wolfgang Blau**  
Global Chief Revenue Officer & President,  
U.S. Revenue **Pamela Drucker Mann**  
U.S. Artistic Director and Global Content Advisor  
**Anna Wintour**

Chief of Staff **Samantha Morgan**  
Chief Data Officer **Karthic Bala**  
Chief Client Officer **Jamie Jouning**

**CONDÉ NAST ENTERTAINMENT**

President **Oren Katzoff**  
Executive Vice President-Alternative  
Programming **Joe LaBracio**  
Executive Vice President-CNÉ Studios  
**Al Edgington**  
Executive Vice President-General Manager  
of Operations **Kathryn Friedrich**

**CHAIRMAN OF THE BOARD**

**Jonathan Newhouse**

**WORLDWIDE EDITIONS**

**FRANCE** AD, AD Collector, Glamour,  
GQ, Vanity Fair, Vogue, Vogue Collections,  
Vogue Hommes

**GERMANY** AD, Glamour, GQ,  
GQ Style, Vogue

**INDIA** AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue

**ITALY** AD, Condé Nast Traveller,  
Experience Is, GQ, La Cucina Italiana,  
Vanity Fair, Vogue, Wired

**JAPAN** GQ, Rumor Me, Vogue, Vogue Girl,  
Vogue Wedding, Wired

**MEXICO AND LATIN AMERICA** AD Mexico,  
Glamour Mexico, GQ Mexico and Latin America,  
Vogue Mexico and Latin America

**SPAIN** AD, Condé Nast College Spain,  
Condé Nast Traveler, Glamour, GQ, Vanity Fair,  
Vogue, Vogue Niños, Vogue Novias

**TAIWAN** GQ, Interculture, Vogue

**UNITED KINGDOM**

**London:** HQ, Condé Nast College of Fashion  
and Design, Vogue Business;

**Britain:** Condé Nast Johansens, Condé Nast  
Traveller, Glamour, GQ, GQ Style, House &  
Garden, LOVE, Tatler, The World of Interiors,  
Vanity Fair, Vogue, Wired

**UNITED STATES** Allure, Architectural Digest,  
Ars Technica, basically, Bon Appétit, Clever,  
Condé Nast Traveler, epicurious, Glamour, GQ,  
GQ Style, healthyish, HIVE, La Cucina Italiana,  
Pitchfork, Self, Teen Vogue, them, The New  
Yorker, The Scene, Vanity Fair, Vogue, Wired

**PUBLISHED UNDER JOINT VENTURE**

**BRAZIL** Casa Vogue, Glamour, GQ, Vogue

**RUSSIA** AD, Glamour, Glamour Style Book, GQ,  
GQ Style, Tatler, Vogue

**PUBLISHED UNDER LICENSE**

**OR COPYRIGHT COOPERATION**

**AUSTRALIA** GQ, Vogue, Vogue Living

**BULGARIA** Glamour

**CHINA** AD, Condé Nast Center of Fashion &  
Design, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Lab,  
GQ Style, Vogue, Vogue Business in China,

Vogue Film, Vogue Me

**CZECH REPUBLIC AND SLOVAKIA**

La Cucina Italiana, Vogue

**GERMANY** GQ Bar Berlin

**GREECE** Vogue

**HONG KONG** Vogue

**HUNGARY** Glamour

**ICELAND** Glamour

**KOREA** Allure, GQ, Vogue, Wired

**MALAYSIA** Vogue Lounge Kuala Lumpur

**MIDDLE EAST** AD, Condé Nast Traveller, GQ,  
Vogue, Vogue Café Riyadh, Wired

**POLAND** Glamour, Vogue

**PORTUGAL** GQ, Vogue, Vogue Café Porto

**ROMANIA** Glamour

**RUSSIA** Tatler Club, Vogue Café Moscow

**SERBIA** La Cucina Italiana

**SOUTH AFRICA** Glamour, GQ, GQ Style,  
House & Garden

**THAILAND** GQ, Vogue

**THE NETHERLANDS** Glamour, Vogue, Vogue

Living, Vogue Man, Vogue The Book

**TURKEY** GQ, Vogue, Vogue Restaurant Istanbul

**UKRAINE** Vogue, Vogue Café Kiev

Condé Nast is a global media company  
producing premium content with a footprint  
of more than 1 billion consumers in  
31 markets. [condenast.com](http://condenast.com)

Heftpreis Inland: 5,50 € inklusive 7 % MwSt.  
Jahresabonnement (12 Ausgaben) Inland: 56,50 €  
inklusive Porto, Versandkosten und 7 % MwSt.  
Ausland: Österreich: 56,50 €, Schweiz: 100,00 sfr,  
restliches Ausland auf Anfrage. Abonnement-  
bestellungen: GQ Leserservice, Postfach 290,  
77649 Offenburg, Telefon: 01805 517258, Fax:  
01805 071101 (jeweils 0,14 € pro Minute), E-Mail:  
abo@gq.de, Schweiz: GQ Leserservice, Postfach,  
6002 Luzern, Telefon: +41 3292244, Fax: 041  
3292204, E-Mail: GQ@leserservice.ch, USA: IPD-  
SDS 12406, US Highway 250N, Milan, Ohio  
44846, Telefon: 1 419 4991500 (+ 15 in den USA),  
Fax: 1 419 4993601.

 PIQUADRO

**MAX VERSTAPPEN**

Full grain leather backpack with double compartment for 15.6" laptop and tablet, RFID anti-fraud pocket, bottle and umbrella holder, trolley strap.

ASTON MARTIN

**Red Bull**   
RACING

 PIQUADRO

**TEAM SUPPLIERS**



# WHAT THE FUCK, JAMES?

Bei *Bond* ist es wie mit dem Fußballverein:  
Man muss Fan sein, um ihn kritisieren zu dürfen.  
Ich bin einer. Aber wenn ich darüber nachdenke,  
bin ich mir nicht mehr sicher, ob das so gut ist

TEXT MICHALIS PANTELOURIS

ES SIND JA nicht wenige Momente, in denen man sich windet vor Fremdscham, wenn man alte Bond-Filme schaut. *Case in point*: die bizarre, computergenerierte Tsunami-Welle in „Stirb an einem anderen Tag“, auf der Pierce Brosnan davonsurft, ausgelöst von einem implodierenden Eisberg (ich werde kein Wort über das alberne unsichtbare Auto verlieren. Man sieht es ja nicht). Es ist furchtbar, aber das sind nur Details. Es geht noch viel schlimmer. Das Schicksal hat mich mit einer Frau zusammengebracht, die in ihrem Leben noch nie einen Bond-Film gesehen hat. Nie. Keinen einzigen. Und ich dachte, zur Einführung müsste man mit Connery anfangen. Das war keine gute Idee.

Ich hatte nicht bedacht, dass unser aller Lieblingsagent seine Lizenz zum Töten in seinen Anfangstagen als Freibrief für jede Art von Verbrechen verstand, darunter sexuelle Belästigung und Nötigung bis an den Rand der Vergewaltigung. Ernsthaft, in „Fußball“ drängt er sich der sehr eindeutig Widerstand leistenden Mitarbeiterin eines Sanatoriums auf und droht ihr, einen vermeintlichen Fehler ihrem Chef zu melden, wenn sie ihn nicht ranlässt. Ich hatte das so krass nicht in Erinnerung, wie es plötzlich wirkt, wenn man es gemeinsam mit einer zivilisierten Anfängerin guckt.

Wer heute Frauen an das Bond-Universum heranführen möchte, der sollte nicht mit den Connerys anfangen, das geht nach hinten los. Und mich beschleicht ein ungutes Gefühl: Bond war ein Held meiner Kindheit, und obwohl damals im Kino längst Timothy Dalton die Rückennummer 007 trug, war der einzig wahre Bond für mich Sean Connery, der oft im Fernsehen lief. Dessen Wege, „alle Frauen rumzukriegen“, unterschieden sich von denen Harvey Weinsteins teilweise nur in dem Detail, dass Weinsteins Opfer sich Hoffnungen auf Filmrollen machen konnten. Bonds hingegen wurden umgebracht. Vielleicht ist er nur deshalb nie verklagt worden.

Genau betrachtet ist Bond ein Arschloch. Ich darf das sagen, weil ich ein Fan bin,

genauso wie ich sagen darf, dass der HSV seit 1986 eine Übergangssaison spielt. So was dürfen nur Fans. Aber die Frage, die sich eigentlich stellt, ist die: warum ich das nicht schon als Kind bemerkt habe. Denn das habe ich nicht, im Gegenteil: Ich habe Bond bewundert. Ich habe gedacht, so wie er das macht, sei das lässig.

Vielleicht ist Bonds Unwiderstehlichkeit am besten rückwärts zu verstehen, wenn man bei Daniel Craigs Bond anfängt, dieser verlorenen Seele auf der Suche nach sich selbst. Seine Suche ist eigentlich eine Familienaufstellung, sein Ernst Stavro Blofeld praktisch ein Halbbruder und M ein Elternersatz, bei Judi Dench genau wie bei Ralph Fiennes. Gleichzeitig ist Craigs Bond brutaler und stumpfer als alle vor ihm und in der Folge auch der erste, der regelmäßig nicht als „Spion“ oder „Agent“ bezeichnet wird, sondern als „Assassin“ – die Lizenz zum Töten ist hier keine Kollateralbedingung seiner Aufgaben mehr, sie ist der ganze Job. Er ist einfach ein Killer.



Ich behaupte, Craigs Bond und die Wiederbelebung der Reihe wurde nur denkbar durch die Hommagen der anderen JB's, nämlich Jason Bourne, der darum kämpft, herauszufinden, wer er eigentlich ist; und Jack Bauer, jenem Haifisch aus „24“, neben dem Terroristen wirken wie Makrelen. Der aktuelle Bond, Craigs Bond, ist eine besser angezogene Mischung aus den beiden, und das Besser-angezogen-Sein ist eigentlich das Einzige, was er mit seinen fünf Vorgängern gemeinsam hat. Und da liegt auch sein Geheimnis: Bond ist gefeit gegen die schlimmsten Angriffe, die einen Mann treffen können, weil es nicht möglich ist, ihn zu demütigen. Seine wahre Stärke ist seine ignorante Selbstsicherheit, dieses In-jedem-Raum-Klarkommen und in jeder Situation.

Es mag sein, dass Bond immer auch ein Zeichen für die Unsicherheiten und Ängste jeder Generation ist, vom Kalten Krieg mit seinen Atombomben über den drohenden Medienfaschismus in „Der Morgen stirbt nie“ bis zur Angst vor totaler Überwachung in „Spectre“, aber wenn ich ehrlich bin, dann ist die Bond-Sicherheit für mich nie die gewesen, dass da einer über die Geschicke der Welt wacht, sondern dass es einen Mann gibt, der nie underdressed ist. Oder overdressed. Das sind die Unsicherheiten, mit denen ich mich herumgeschlagen habe, heute noch herumschlage, um genau zu sein, und es tut gut, einen zu sehen, der es beherrscht. Ich bin in den Achtziger- und Neunzigerjahren aufgewachsen und hätte vielleicht Angst haben sollen vor Bomben und dem Fallout von Tschernobyl, aber wie jeder Teenager hatte ich nur Angst davor, Mädchen anzusprechen und die falschen Sneakers zu tragen. Mit dem Blick von heute hoffe ich, dass ich nie etwas von Bond über das Leben gelernt habe, aber ich verstehe, warum ich es so genossen habe, ihm zuzusehen: weil alle meine Probleme in seinem Leben gelöst waren. Ein besserer Jugendlicher, als ich es war, hätte vielleicht auch auf die Art und Weise geachtet, aber ich fühlte mich getröstet, wenn die akuten Probleme nur Atomkrieg und Weltherrschaft waren, völlig ohne Akne.

Das macht die Filme leider nicht besser, wenn man sie heute sieht. Sie sind frauenfeindlich (und auch noch homophob, aber das ist hier jetzt nicht mein Thema). Sie waren es damals schon. Das heißt auch: Was sie über Männer erzählen, ist kein Kompliment. Sie erzählen von gigantischer Unsicherheit und fehlendem Mut, was leicht bizarr ist angesichts ihres Helden, der vor Selbstsicherheit strotzt und die Welt rettet. Aber so ist es. Und wir lernen dabei, dass ein guter Anzug noch keinen Mann macht. Er macht es nur einfacher, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. GQ

  
HERMÈS  
PARIS

DAS WASSER DER ERDE

TERRE  
D'HERMÈS







**HEINZ BAUER**  
MANUFAKT



**TECHNO CLASSICA ESSEN**  
23.-29. MÄRZ 2020  
STAND: H3-128

HEINZBAUER.COM  
+49-7121-620626





**Narziss und Goldmund**  
im Kino seit 12.3., mit Jannis  
Niewöhner, Sabin Tambrea,  
Henriette Confurius, Regie:  
Stefan Ruzowitzky

## KINO

# MITTELALTER AUF LSD

Werden die Werke längst verstorbener Schriftsteller verfilmt, heißt es oft, der Autor „würde sich im Grabe umdrehen“, wenn er das sehen könnte. Hermann Hesse jedoch dürfte sich da unten zufrieden ein Pfeifchen stopfen, wüsste er, dass sein Werk gerade abermals neu entdeckt wird. Seine Romane „Der Steppenwolf“ und „Siddhartha“ steckten zur Zeit der Flower-Power-Bewegung im Rucksack jedes anständigen Hippies.

Mit genau diesem Wissen hat nun Regisseur Stefan Ruzowitzky die Hesse-Erzählung „Narziss und Goldmund“ – die Geschichte zweier ungleicher Klosterschüler – in einen knallbunten Kino-Trip verwandelt. Das düstere Mittelalter sieht hier aus wie das Coachella-Festival, überall Drogen, Künstler und freie Liebe. Dass der Film manchmal wirkt wie ein explodiertes Disney-Märchen macht nichts, weil er bis in die

Nebenrollen brillant besetzt ist und einfach Spaß macht. Insbesondere Jannis Niewöhner glänzt in der Hauptrolle als Goldmund. In einem komplett anderen Part – als Wehrmachtssoldat in den Kriegswirren an der Ostfront – wird er demnächst in der Siegfried-Lenz-Verfilmung „Der Überläufer“ im Ersten zu sehen sein (8. und 10. April). Bis dahin ziehen wir aber erst mal mit ihm über den Hippie-Trail durchs Mittelalter. —Ulf Pape



Sneakers

# DIE NEUEN SCHWARZEN

**Reebok**

Nachwuchs bei Reebok:  
Der neue Everyday-Sneaker  
heißt „Zig Kinetica“.  
120€

**Asics x GmbH**

Asics feiern aktuell ihr großes Comeback. GQ-Liebling:  
„Gel-Nandi 360“ in Kooperation mit GmbH. 180€

**Balenciaga**

Martial Arts meets Sportswear. Der „Zen“-Sneaker ist  
flach, vegan und minimal.  
We like! 425€

Weißer Sneakers bleiben aktuell, bekommen diesen Sommer aber massiv Konkurrenz. Die neuen Trend-Schuhe für Männer sind nämlich futuristisch, cool – und SCHWARZ. Das sind drei Modelle, die in keinem Schuhschrank fehlen dürfen: von High Street bis High Fashion.

Ausstellung

## SPIONIEREN BEIM BND

Ein Nachrichtendienst, der sich in die Karten schauen lässt? Das gibt es in Berlin. Denn der BND wagt Transparenz, zumindest bei ausgewählten Exponaten. Im Besucherzentrum des Auslandsgeheimdienstes kann man sich über 60 Jahre Arbeit der deutschen Geheimagenten informieren. Auch die historischen Exponate à la Bond fehlen nicht. Sie wissen schon, Kameras im Regenschirm und Mikrofilm im Schuh.



The Cinema Squad

Charlize Theron  
Brad Pitt  
Adam Driver

PREMIER



**BREITLING**  
**1884**

**BREITLING BOUTIQUE**  
BÖRSENSTRASSE 2-4  
FRANKFURT







Musik

## APACHE 207

Vor Jahren stand ich mal – nicht ganz nüchtern – auf dem Hamburger Dom und aß eine Bratwurst, von der ich mir in diesem Moment sicher war, sie sei die beste der Welt – bis ich merkte, dass ich an einem Rossbratwurstgrill stand. Pferde gehören zu meinen Lieblingstieren, aber das Rad lässt sich nicht zurückdrehen, die Wurst war lecker. Genauso geht es mir mit Apache 207. Irgendwann hüpfte mir der Song „Wieso tust du dir das an?“ in die Ohren und wollte da nicht mehr weg. Als ich später bei Songs wie „Kleine Hure“ feststellte, dass der 22-Jährige manchmal nicht sehr respektvoll über Frauen und Homosexuelle rappt, konnte ich trotzdem nicht verleugnen, dass der Sog seines

Beats mich längst erwischt hat. Im Gegensatz zu seinen Kollegen verspult Apache seine Reime nicht mit Autotune. Braucht er auch nicht. Er kann singen. Seine Videos sind so vollgepumpt mit überzogener Straßenromantik, Lederjacke überm Unterhemd, Sonnenbrille auf der Nasenspitze und funkelnder Kette um den Hals, dass sein Programm eher wie eine Rap-Satire rüberkommt. Apache fährt „Roller“, mit „zehn PS“, statt Lamborghini und macht aus seiner Understatement-Pose einen Hit, der auf YouTube 65 Millionen Mal gesehen wurde. Der bellt nicht, der beißt nicht, der ist einfach richtig witzig. Believe the hype! —Ulf Pape

Serie

## KAMPF UM KOKAIN

Herzlich willkommen in der Welt des globalen Kokainhandels! Basierend auf dem gleichnamigen Buch von Roberto Saviano erzählt „ZeroZeroZero“ in acht Episoden vom meistgehandelten Produkt der Welt: Kokain. Streitigkeiten um Millionenbeträge, Macht und das weiße Gold zwischen der kalabrischen 'Ndrangheta, einer US-amerikanischen Reederei-Familie und mexikanischen Kartellen sorgen für viel Spannung und rohe Gewalt. Die Serie besticht durch große Bilder, einen exzellenten Soundtrack – und eine Geschichte, die so absurd wie real ist.



„ZeroZeroZero“, ab 26.3. bei Sky, mit Gabriel Byrne



Foto: twosides





VERSACE  
EROS



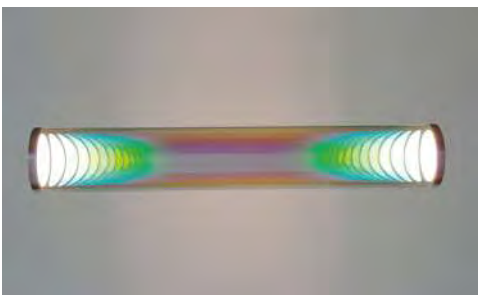


Reise

## FLUCHTPUNKT L.A.

Mit seinem zehnten Edition Hotel hat sich Designhotel-Impresario und „Studio 54“-Legende Ian Schrager am Sunset Strip in West Hollywood niedergelassen. Das coole Interieur ist von John Pawson, die grünen Vorhänge von Schrager selbst. Im Keller gibt's den „Sunset“-Club.

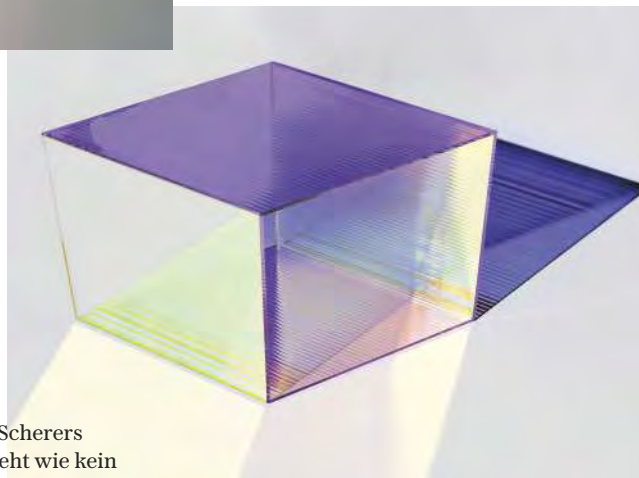
Übernachtung ab ca. 60 €, [editionhotels.com](http://editionhotels.com)



### Design HIGHLIGHTS

Neo/Craft heißt Sebastian Scherers Interior-Label. Der Designer geht wie kein anderer spielerisch mit Licht, Transparenz und Farbverlauf um: Jedes seiner Liehaberstücke ist ein Eyecatcher, der sich je nach Tageszeit und Lichteinfluss wandelt.

[neocraft.com](http://neocraft.com)



**Buch**

## „F\*\*\*\* EUCH ALLE!“

Diese ruppige Botschaft schmettert Ulf Poschardt in seinem neuen Buch all jenen entgegen, die unser Leben für uns regeln wollen. Bewaffnet mit Kant, Heidegger und Adorno, zieht der „Welt“-Chefredakteur gegen bevormundende Klimaaktivisten und KI-Maschinen ins Feld, was allerdings nie wie selbstbesoffenes Bildungsbürgergeschwafel daherkommt, sondern klug und überraschend gut gelaunt. —*Christoph Eisenschink*

**Mündig**, Ulf Poschardt,  
Klett-Cotta, 20 €



# DER NEUE PEUGEOT 208

## UNBORING THE FUTURE



FLAT-RATE LEASING<sup>1</sup>

**139<sup>€</sup>** /MONAT

INKL. ÜBERFÜHRUNGSKOSTEN

INKL. WARTUNG & VERSCHLEISS

**MOTION & e-MOTION**



**PEUGEOT**

Beispielfoto von Fahrzeugen der Baureihe, die Ausstattungsmerkmale der abgebildeten Fahrzeuge sind nicht Bestandteil des Angebots.

#### PEUGEOT EMPFIEHLT TOTAL

PEUGEOT e-208 Elektromotor 136, 100 kW (136 PS); Reichweite: bis zu 340 km<sup>2</sup>; Energieverbrauch: bis zu 17,6 kWh/100 km<sup>2</sup>; CO<sub>2</sub>-Emissionen (kombiniert): 0 g/km<sup>2</sup>; Kraftstoffverbrauch für den PEUGEOT 208 Active 1.2 l PureTech 55 kW (75 PS), 1.199 cm<sup>3</sup>, innerorts 4,8 l/100 km, außerorts 3,7 l/100 km, kombiniert 4,1 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emission (kombiniert): 94 g/km, Effizienzklasse A.<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Monatliche Leasingrate inkl. Wartung und Verschleiß gemäß den Bedingungen des PEUGEOT optiway ServicePlus-Vertrages der PEUGEOT DEUTSCHLAND GMBH, Edmund-Rumpler-Straße 4, 51149 Köln. Ein unverbindliches Kilometerleasingangebot der PSA Bank Deutschland GmbH, Siemensstraße 10, 63263 Neu-Isenburg, für den neuen PEUGEOT 208 Active 1.2 l PureTech 75, 55 kW (75 PS), Benzin, 1.199 cm<sup>3</sup>, Anschaffungspreis (UVP/Nettodarlehensbetrag): 15.856,80 €; Leasingsonderzahlung: 1.499 €; Laufzeit: 24 Monate; 24 mtl. Leasingraten à 139 €; effektiver Jahreszins: -9,89 %; Sollzinssatz (fest) p. a.: -10,37 %; Gesamtbetrag: 4.835 €. Alle Preisangaben inkl. MwSt.; Laufleistung: 10.000 km/Jahr. Zgl. Bsp. nach § 6a PAngV. Angebot für Privatkunden gültig bis zum 31.03.2020. Widerrufsrecht nach § 495 BGB. Mehr- und Minderkilometer (Freigrenze 2.500 km) sowie eventuell vorhandene Schäden werden nach Vertragsende gesondert abgerechnet. Über alle Detailbedingungen informiert Sie gerne Ihr teilnehmender PEUGEOT Partner. <sup>2</sup>Die Energieverbrauchs- und CO<sub>2</sub>-Emissionswerte wurden nach der neu eingeführten „Worldwide Harmonized Light Vehicles Test Procedure“ (WLTP) ermittelt (vorbehaltlich der abschließenden Homologation). Die angegebenen Reichweiten stellen einen Durchschnittswert der Modellreihe dar. Die Werte können je nach Ausstattung, gewählten Optionen und Bereifung variieren. Die Angaben zu Kraftstoff- bzw. Energieverbrauch und CO<sub>2</sub>-Emissionen beziehen sich nicht auf ein einzelnes Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebots, sondern dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen. <sup>3</sup>Verbrauch und Emissionen wurden nach WLTP ermittelt und zur Vergleichbarkeit mit den Werten nach dem bisherigen NEFZ-Prüfverfahren zurückgerechnet angegeben. Die Steuern berechnen sich von diesen Werten abweichend seit dem 01.09.2018 nach den oft höheren WLTP-Werten. Über alle Detailbedingungen informiert Sie gerne Ihr teilnehmender PEUGEOT Partner.





# JOKOS TOP 5

Der Mann kommt rum: An dieser Stelle sammelt unser Neugierde-Beauftragter Joko W. seine *Entdeckungen und Tipps* für den nächsten Monat. Ungefiltert, roh und garantiert subjektiv

ILLUSTRATION ARI LILOAN



## 1 SEEFELD

Schon mal in Seefeld in Tirol gewesen? Nein? Ich auch nicht. Bis vor Kurzem. ProSieben hatte mich zu einer internen Veranstaltung geladen, und ich hatte noch etwas Zeit. Also rein in die irre Schneelandschaft. Nur 50 Meter weiter war das Hotel „Astoria“. Ich sag nur: was für eine Bar!

## 2 MAUSBUNT

Darf es etwas mehr sein? Diese Frage kennt man vom Wochenmarkt, aber bei diesem Pullover aus der „Disney x Gucci Collection“ passt sie auch. Er ist von allem zu viel, auch auf der Rechnung, aber Micky Maus ist drauf (ich liebe Micky!). [gucci.com](http://gucci.com)

## 3 MATIJA AUF TOUR

Die coolsten Boys der Welt machen die coolste Musik, und das obwohl der Frontmann Blockflöte (!) spielt. Sie wirken wie eine geile Indie-Band aus Schweden, sind aber aus München, und diese Deutschland-Tour ist die letzte Chance, sie zu sehen, bevor die ganze Welt sie kennt. [matija.world](http://matija.world)

## 4 YESWECANCER

Ein guter Freund erkrankte an Leukämie und schwor sich: „Wenn ich das überlebe, dann helfe ich anderen, die unter dieser Scheißkrankheit leiden!“ Und er löst sein Versprechen ein: mit einer App für Krebskranke. Denn nur unter Betroffenen hilft das Reden wirklich. Die Selbsthilfegruppe funktioniert so ähnlich wie Tinder: „Wer in meiner Nähe ist ebenfalls erkrankt? Ah, mit der Person treffe ich mich mal!“ Die Selbsthilfe-App gibt es im App Store. [yeswecancer.org](http://yeswecancer.org)

## 5 SAUFBUB

Ein Sechsjähriger testet seinen Lieblingsdrink auf Instagram – immer und immer wieder. Ich weiß, das klingt sehr komisch, aber schauen Sie selbst – dann verstehen Sie, was ich meine! Klein ganz groß! [@theshirleytempleking](https://www.instagram.com/theshirleytempleking)



# GQ CATCH



Der Windbreaker wird zum Fashion-Item: Mit den Hybrid-Looks von camel active können Sie nach der Tour durch die Wildnis gut noch ein paar Tage New York dranhängen

## Der Ruf der Ferne

**Unberührte Küsten, pulsierende Metropolen ... Es gibt so viel zu entdecken. Brechen Sie auf zu neuen Abenteuern**

**D**ie Frühjahr/Sommer-Kollektion von camel active ist eine Einladung zum Reisen. Naturverbundenheit trifft auf Hightech, Outdoor-Kleidung auf Utility- und urbane Athleisure-Wear. Ein It-Piece für Welteroberer ist die federleichte, ungefütterte Multipocket-Jacke, die mit einem Oberstoff aus Funktionslaminat, Funktionsreißverschlüssen und verschweißten Nähten wasserdicht und atmungsaktiv ist. Auch die

zwei Safety-Pockets innen, die verstellbare Kapuze und die Reflektorstreifen bewähren sich bei Einsätzen in allen Gefilden – bis hin zum Großstadtpflaster, wo die Jacke dank ultraschmaler Silhouette und stylisher schwarzer Zipper ebenso cool überkommt wie der restliche Look: die hochgekrempelte Cropped Cargohose im Tapered Cut, der Cardigan mit Workwear-Brusttasche und das lässige graue Shirt. [camelactive.de](http://camelactive.de)



# LOTOS

BY STEPHAN SCHMIDT

---

THE LEGACY OF LUXURY EYEWEAR



GOLD 750/-18 KT · „FINE JEWELRY“ KOLLEKTION

[WWW.LOTOSGOLD.DE](http://WWW.LOTOSGOLD.DE)



# GENTLEMEN

HELDEN  
ENTDECKER  
MACHER  
04.2020

TEXT — SAM KNIGHT FOTOS — LACHLAN BAILEY STYLING — GEORGE CORTINA

Pyjama  
Olatz

## BORN TO BE BOND

*Vor 14 Jahren erfand Daniel Craig die Figur des James Bond neu. Doch was wie eine Bilderbuch-Karriere erschien, war in Wahrheit ein Höllenritt. Nun endet Craigs Ära. Wir haben ihn während des Drehs getroffen – und er hat uns die ganze Geschichte erzählt*

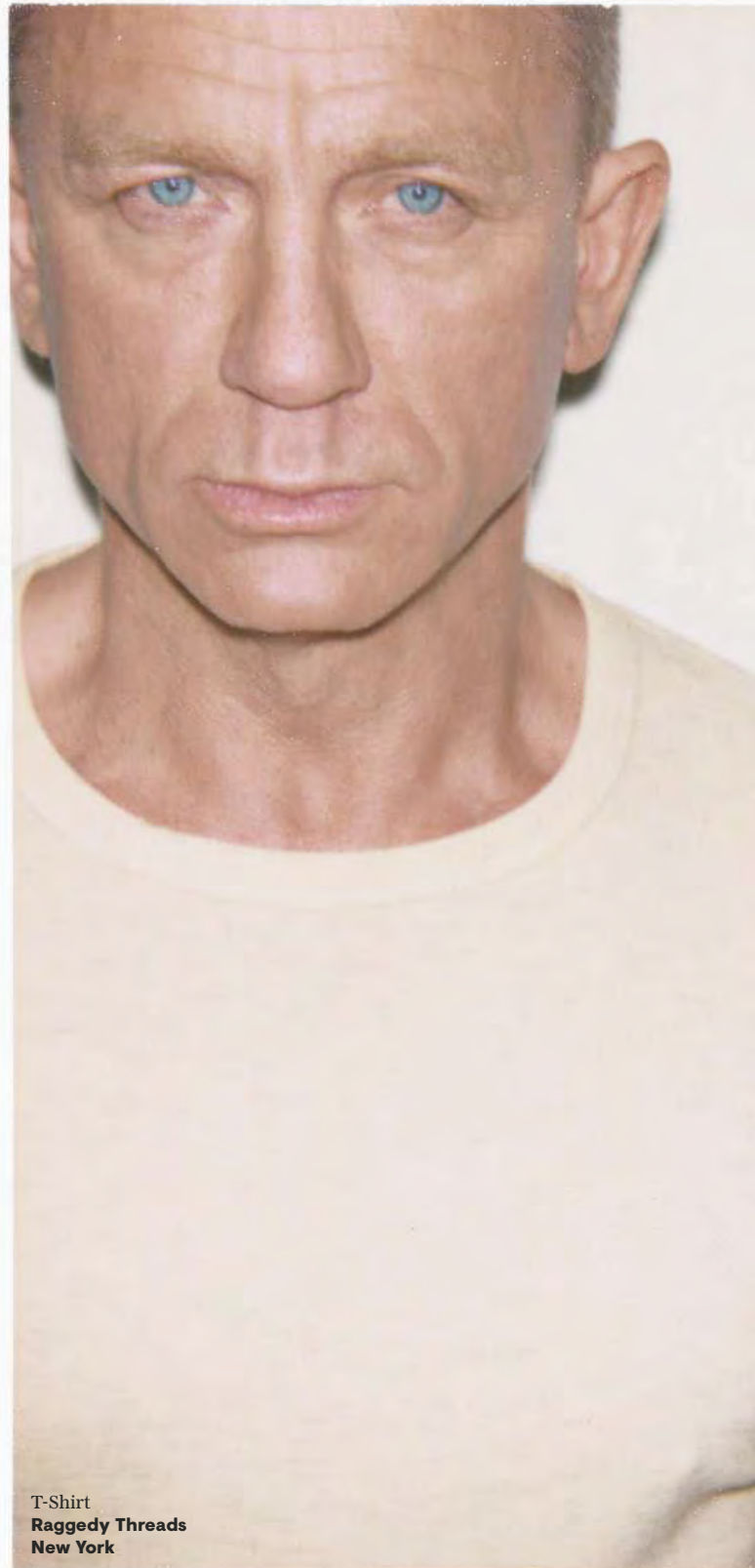


E


Es ist kurz vor Mitternacht, ein nasskalter Freitag im vergangenen Oktober. Daniel Craig dreht seine letzte Szene als James Bond, eine Verfolgungsjagd, draußen auf dem Studiogelände der Pinewood Studios westlich von London. Die Kulisse stellt eine Straßenlandschaft in Havanna dar – Cadillacs und Neonlicht. Die Szene wäre bereits im Frühling in der Karibik gedreht worden, hätte sich Craig nicht einen Bänderriss am Knöchel zugezogen und operiert werden müssen. Als er 2005 für die Rolle des berühmtesten Spions der Welt gecastet wurde, war er 37 und blond. Jetzt ist er 51, sein Haar schmutzig-grau, und er spürt die ersten Anzeichen von Arthritis. „Man wird immer schwergängiger“, sagt Craig. „Und dann verliert man die Elastizität.“

Da war er also – und ließ sich in einer ungemütlichen englischen Herbstnacht eine nachgebaute kubanische Gasse entlangjagen. Jeder Bond-Dreh entwickelt seine eigene Form von Chaos, und „Keine Zeit zu sterben“, Craigs fünfter und letzter Film in der Rolle, der am 2. April in die Kinos kommt, macht da keinen Unterschied. Danny Boyle, der ursprünglich die Regie hatte übernehmen sollen, sprang ab. Craig verletzte sich. Es gab eine Explosion am Set. „Man fragt sich: ‚Verdammte Scheiße, wie sollen wir das bloß hinbekommen?‘“, sagt Craig. „Aber irgendwie schafft man es doch.“ Etwa 300 Leute arbeiteten an den finalen Dreharbeiten mit, so ziemlich alle waren völlig fertig. Die Abschlussszene – der wahre Abschied von Craigs Bond – hatte Regisseur Cary Fukunaga bereits einige Wochen zuvor gedreht. Nun ging es nur noch darum, Szenen zu sammeln, die in den vergangenen Monaten verloren gegangen oder verpfuscht worden waren.

Deswegen war es reiner Zufall, dass Craig in seinen letzten Takes als Bond – einem Archetyp des Kinos, dessen Image sich mit Craig zum ersten Mal seit den 1960er-Jahren verändert hatte – einen Smoking trug und im Dunkel der Nacht verschwand. Die Kameras liefen, und Craig rannte, rannte auf seine wuchtige, verzweifelte Weise. „Da war überall Rauch“, erzählt er. „Und ich dachte: Macht’s gut, ich bin dann mal weg.“ Craig ist nicht der Typ, der sich länger mit Momenten wie diesem aufhält. Meistens blendet er sie aus. „Man kann solche Dinge im Leben ignorieren oder... Na ja, es hat was von Familiengeschichte“, sagt er. „Die wird auch immer größer und größer. So geht es mir ein bisschen mit Filmen: Die Legende baut sich immer weiter auf.“



T-Shirt  
**Raggedy Threads**  
New York



**BOND IST ÜBERFRACHTET MIT  
LEGENDEN. ES HABEN MEHR  
MÄNNER DEN MOND BETRETEN ALS  
BOND GESPIELT, UND KEINER  
VON IHNEN HIELT SICH SO LANGE  
IN DER ROLLE WIE CRAIG**

**„KEINE ZEIT ZU  
STERBEN“  
(ab 2.4. im Kino)**

Im 25. Teil der 007-Filmreihe will sich James Bond (Daniel Craig in seinem fünften und letzten Auftritt als Bond) eigentlich endgültig zur Ruhe setzen – doch dann bittet ihn ein alter Freund um Hilfe. Bond bekommt es daraufhin gleich mit zwei Bösewichten zu tun – Safin (Rami Malek) und Erzfeind Ernst Stavro Blofeld (Christoph Waltz). Regie führte Cary Fukunaga („True Detective“, „Beasts of No Nation“).

## **CRAIGS STUNTMAN WEINTE: „WIR WUSSTEN, DAS WAR EIN MONUMENTALER AUGENBLICK“**

Bond ist geradezu überfrachtet mit Legenden. Es haben mehr Männer den Mond betreten als Bond gespielt, und keiner von ihnen hielt sich so lange in der Rolle wie Craig: 14 Jahre (Sean Connery hatte zwar zwei Comebacks, aber seine Hauptphase als 007 dauerte nur fünf Jahre). Zudem entstehen die Filme bis heute im Rahmen eines Familienunternehmens, was ihren mythischen Nimbus noch verstärkt. 1962 produzierte Albert „Cubby“ Broccoli „007 jagt Dr. No“, den ersten Film der Reihe. 58 Jahre und 25 Filme später übernehmen das seine Tochter Barbara Broccoli und sein Stiefsohn Michael G. Wilson.

Die Filme liefern sich ein Kopf-an-Kopf-Rennen mit Marvel: Craigs „Skyfall“ spielte mit rund 1,1 Milliarden US-Dollar ungefähr genauso viel ein wie „Iron Man 3“. Gleichzeitig haben die Bond-Filme etwas Kunsthandwerkliches, Traditionsbehaftetes. Das Büro der Bond-Produktionsfirma Eon liegt einen Spaziergang weit vom Buckingham Palace entfernt. Die Titelmelodie ist seit einem halben Jahrhundert unverändert. Die Stunts sind größtenteils echt, die Drehbücher ein Albtraum, das Ganze umgeben von der leicht fatalistisch anmutenden britischen Grundhaltung, dass am Ende schon alles funktionieren wird. „Bond lief immer schon irgendwie auf gut Glück“, erzählt Sam Mendes, der bei zwei von Craigs 007-Filmen Regie führte. „Eine sonderlich gesunde Arbeitsweise ist das nicht.“

Jetzt, wo all das zu einem Ende kommt, hat Craig manchmal Probleme zu begreifen, was da mit ihm passiert ist. Was er erreicht hat. Als ich diesen Winter etwas Zeit mit ihm verbrachte, zeigte er sich ausgesprochen warmherzig und redselig. Während er meine Fragen beantwortete, entschuldigte er sich mindestens genauso oft, wie er fluchte. Auf der Leinwand kann Craigs Gesicht – diese attraktive Boxervisage mit den gasflammenblauen Augen – eine beunruhigende Regungslosigkeit an den Tag legen, während sich sein Körper in Bewegung befindet. Im wahren Leben ist alles an Craig lebendig, sprunghaft. Als wolle er mehrere Stellen im Raum gleichzeitig ausfüllen. Er kritzelt viel an sich selbst herum.

Als ich ihm während eines unserer Gespräche sage, es sei ihm gelungen, einem vormals hohlen Charakter ein Innenleben, ein Gefühl von Sterblichkeit, eine Aura unstillbaren Verlusts zu verleihen – oder, kurz gesagt, dass er als Bond triumphiert hat –, versteht mich Craig zunächst ganz falsch. Als er begreift, wie ich es gemeint habe, stottert er eine Weile lang Entschuldigungen vor sich her. „Sie wollen also sagen, dass... Also, wenn ich das sage...“ Er zögert. Kann den Gedanken nicht ertragen, sich zu brüsten. Aber trotzdem hat er genau verstanden, worauf ich hinauswill. „Es hat die Messlatte höher gehängt“, räumt er schließlich ein. „Es hat die beschissene Messlatte höher gehängt.“

Nach dem letzten Dreh in Pinewood posierte Craig mit Fukunaga für ein Foto. Seine Fliege saß schief, sie sahen beide erledigt aus. „Normalerweise bin ich am Set weniger der emotionale Typ“, sagt Fukunaga. „Aber an dem Tag war da so eine Art pulsierendes Gefühl.“ Der Nachtdreh endete früher als erwartet, und die Produktionscrew kam am Set zusammen. Fukunaga hielt eine kurze Rede, Craig ebenfalls, unter Mühen. Nachdem er 2018 mit seiner Frau Rachel Weisz eine Tochter bekam, kämpft er häufiger mit den Tränen (Craig hat auch noch eine erwachsene Tochter aus einer früheren Ehe). „Ich hatte mir ganz genau zurechtgelegt, was ich sagen wollte“, erinnert er sich. „Aber dann hab ich es einfach nicht rausgebracht.“





”  
**ES WAR EIN NACHTDREH, DA RENNEN DIE LEUTE  
NORMALERWEISE SOFORT WEG. ABER SIE REDETEN NOCH  
MITEINANDER, SCHÜTTELTEN SICH DIE HÄNDE. ALS  
WÜRDEN SIE DAS ENDE HERAUSZÖGERN WOLLEN, OBWOHL  
SIE GENAU WUSSTEN, DASS ES UNAUSWEICHLICH WAR**

Craigs Stuntman weinte. Broccoli und Wilson waren dabei. „Wir wussten, das war ein monumentaler Augenblick“, sagt Broccoli. „Es blieb kein Auge trocken.“ Ein paar Leute trafen sich danach in Craigs Trailer. Er trank Campari-Tonics und machte Negronis für alle anderen. „Ich war fertig mit der Welt“, sagt Broccoli. „Absolut fertig.“ Am Set hing der Rest der Crew herum. „Es war ein Nachtdreh, da rennen die Leute normalerweise sofort weg“, erzählt mir Wilson. „Aber sie redeten noch miteinander, schüttelten sich die Hände. Als würden sie das Ende herauszögern wollen, obwohl sie genau wussten, dass es unausweichlich war.“

Ein paar Wochen später schwelgten die Produzenten in einem Hotel in Lower Manhattan in Erinnerungen. Es war Anfang Dezember, und am Morgen waren Craig und Léa Seydoux, Rami Malek und Lashana Lynch, die anderen Stars aus „Keine

Zeit zu sterben“, in der US-Fernsehsendung „Good Morning America“ zu Gast gewesen, um den Trailer vorzustellen. Ich schaute den Trailer wie der Rest der Welt auch auf meinem Handy an und muss sagen, dass sich der 25. Bond-Film für mich nicht großartig von Nummer 24 oder Nummer 23 zu unterscheiden schien. Man sah Bond auf einem Motorrad irgendeine pittoreske Treppe hinaufklettern, Bösewicht Malek trug eine beunruhigende Maske. Alles wies darauf hin, dass jemand ein falsches Spiel spielte.

Craig dagegen wirkte während der Vorbereitungen auf seinen Abschied von der Franchise wie ein ganz neuer Mensch. Er wollte seine Arbeit als Bond feiern, aber mehr noch wollte er sich auf das freuen, was als Nächstes kommen würde. „Ich... Also, mir geht es wirklich gut“, sagt er. „Das wäre vermutlich nicht so gewesen, wenn ich den vorletzten Film gedreht hätte,



## BITTE NICHT BOND: ICH HATTE ANGST, DASS ICH MIR MIT DER ROLLE MEIN LEBEN VERSAUE

Begonnen hatte alles mit einer Beerdigung. Am 21. April 2004 starb die legendäre Londoner Casting-Direktorin Mary Selway an Krebs. Selway hatte Craig zu einigen seiner wichtigsten frühen Rollen verholfen und ihm generell gesagt, was er zu tun hatte. Craig ist nicht gerade der unterwürfige Typ. Als Jugendlicher ging er von zu Hause weg und hat es nie bereut. „Meine Mutter wird mich dafür has-sen, dass ich das sage, aber ich war ganz auf mich gestellt. Die Vorstellung, dass mich andere Leute unterstützen könnten, war mir damals völlig fremd.“ Craig war gerade am Flughafen auf dem Weg nach Indien, als eine von Selways Töchtern anrief. Sie bat ihn, sich den Sargträgern anzuschließen. Craig war bestürzt. „Es war wie ein Weckruf“, sagt er. „Ich dachte, oh, stimmt ja. Es gibt Leute da draußen, die

sich für mich interessieren.“

Selways Beerdigung fand in Saint James's Piccadilly statt, einer lichtdurchfluteten Kirche im Londoner West End. Die gesamte britische Schauspielwelt war anwesend. Barbara Broccoli hatte alles organisiert. Wenn Sie sich Broccoli als ältere Dame im Rolls-Royce vorgestellt haben, können Sie sich von dem Bild getrost verabschieden. Sie war damals 43. Sie hat lange braune Haare, spricht ein distinguiertes Englisch, und man tut, was sie einem sagt. „Die Wahrscheinlichkeit, dass die Tochter eines der größten kommerziell erfolgreichen Filmpro-duzenten der vergangenen hundert Jahre ebenfalls eine groß-artige Produzentin wird, geht gegen null. Aber in diesem Fall ist es so“, sagt Mendes. Broccoli und Craig begegneten einan-der auf der Trauerfeier zum ersten Mal. Sie bat ihn, bei ihr vor-beizuschauen.

Broccoli hatte Craig zu diesem Zeitpunkt bereits seit Jah-ren als nächsten Bond im Auge gehabt. 1998 hatte Craig an der Seite von Cate Blanchett in „Elizabeth“ einen psychopathi-schen Priester gespielt, der vom Vatikan entsendet wird, um die Königin zu töten. Die Rolle des gestörten, gefährlichen jun-gen Mannes war wie gemacht für Craig. In einer Szene musste Craigs Priester am Strand einen Informanten töten. Laut Dreh-buch sollte er ihn würgen und dann in der Brandung erträn-ken. Aber Craig hatte eine bessere Idee. Er zertrte den Schauspie-ler aus dem Bild und tat so, als würde er ihm mit einem Stein den Schädel einschlagen. „Ich schlug immer wieder zu“, erinnert er sich. Er machte weiter, bis er ins Schwitzen geriet. „Irgend-wann hieß es, ‚Cut!‘, und die ganze Crew meinte nur: ‚Oh... okay!‘“ Als sei er ein Wahnsinniger. Broccoli war wie gebannt. In einer anderen Szene von Craig, in der er in einer Soutane durch eine Kirche marschiert, erkannte sie den Bond in ihm. „Ich weiß noch, dass ich auf einmal am ganzen Körper eine Gänsehaut bekam“, erzählt sie. „Ich dachte nur: Oh mein Gott.“

Wenn man sich die Vorgeschichte ansieht, ergab es keiner-lei Sinn, Craig als 007 zu besetzen. Zu diesem Zeitpunkt hatte Pierce Brosnan vier Filme hinter sich, in denen man ihn als direkten Abkömmling der früheren Bonds inszeniert hatte:

Hose  
Stock Vintage  
New York

Oben  
Jeans  
Front General Store  
New York

und das wäre es dann gewesen. Aber nach diesem hier denke ich“, er klopft sich imaginären Staub von den Händen, „auf geht's, lasst uns weitermachen. Mir geht's wunderbar damit.“

Dem Rest der Bond-Familie allerdings nicht. Die Filme mit Craig haben über drei Milliarden US-Dollar eingespielt. Und in dramaturgischer Hinsicht hat er die Rolle grundlegend verändert. In Craigs Händen ist Bond gealtert, hat sich ver-liebt, zum ersten Mal geweint. Er hat an Selbstzufriedenheit verloren und an Tiefe gewonnen. Womöglich hat Craig Bond für immer kaputt gemacht. Denn die Filme können nie wie-der dorthin zurück, wo sie einmal waren. Als ich Broccoli fra-ge, wie sie ohne Craig zurechtkommen will, gerät sie in Erklä-rungsnöte. „Um ehrlich zu sein, weiß ich das auch nicht. Ich kann nicht... Ach, eigentlich will ich überhaupt nicht dar-über nachdenken.“





Craigs Premiere als James Bond:  
„Casino Royale“ (2006)

souverän, verwegen, unnahbar. Die Brosnan-Filme neigten zum Kitschigen, Fantastischen, aber das war auch zuvor schon bei vielen Bond-Streifen der Fall gewesen. Und sie brachten gutes Geld. „Stirb an einem anderen Tag“ (2002), in dem Madonna als Fechtlehrerin und Brosnan beim

Kitesurfen auf einer verdächtig animiert wirkenden Welle zu sehen gewesen waren, spielte über 400 Millionen US-Dollar ein.

Aber Anfang der 2000er befand sich die Bond-Franchise in einer Phase der Unsicherheit. 1997 hatte „Austin Powers – Das Schärffste, was Ihre Majestät zu bieten hat“ die Filme von A bis Z persifliert, sodass 007 Gefahr lief, unfreiwillig komisch zu werden. Am Morgen des 11. September 2001 befanden sich Broccoli und Wilson bei einem Drehbuchtermin für „Stirb an einem anderen Tag“ in London. Es war zu spät, um den Film umzuschreiben, aber sie spürten beide, dass es der Letzte seiner Art sein würde. „Wir hatten das Gefühl, dass sich die Welt schlagartig geändert hatte und dementsprechend auch die Filme eine ganz neue Atmosphäre benötigten“, erzählte mir Broccoli. Zwei Jahre zuvor hatten Eon und MGM Studios nach einem langen Rechtsstreit die Rechte an Ian Flemings erstem Bond-Roman „Casino Royale“ erlangt. Nach 9/11 bot die Geschichte ihnen die Möglichkeit, frischen Wind in die Franchise zu bringen, es stärker in der eher düsteren ursprünglichen Atmosphäre der Romane zu verankern und den besorgniserregenden neuen Zustand der Welt widerzuspiegeln. „Es ging nicht einfach nur darum, die Rolle neu zu besetzen“, sagte Broccoli. „Ein neues Jahrhundert war angebrochen, eine neue Ära. Wir hatten den Eindruck, uns neu definieren zu müssen.“

Craig war sich sicher, dafür der Falsche zu sein. Als er zum ersten Mal in die Eon-Büros kam und vor all den alten Plakaten an der Wand stand, redete er sich ein, es würde Broccoli nur darum gehen, einfach mal Neuland abzuklopfen. „Ich sagte mir, das ist ihr Job. Sie holen Leute hier rein, strecken die Fühler aus“, erzählt er. „Und außerdem: Warum sollte Pierce die Rolle aufgeben?“

Als Craig begriff, dass es Broccoli ernst war, versuchte er, ihr die Idee wieder auszureden. „Ich weiß noch, dass ich ganz am Anfang sagte: ‚Ich kann keinen Sean Connery nachmachen. Ich kann kein Pierce sein‘“, sagt er. Aber Broccoli blieb standhaft. Craig zögerte. Er war 36. Seine Filmkarriere war in Bestform. Er wollte nicht Ja sagen. Er hatte panische Angst davor, Nein zu sagen. Vor seinem inneren Auge sah er sich selbst in späteren Jahren, wie er im Pub sitzt und irgendwelchen Fremden erzählt, dass er einmal beinahe Bond geworden wäre. Außerdem legte er Wert auf seine Privatsphäre. „Ich hatte



An der Seite von Olga Kurylenko  
als Bond-Girl Camille: „Ein Quantum  
Trost“ (2008)

aufrichtig Angst, dass ich mir das Leben versaue, wenn ich annehme.“ Im Oktober 2004 verkündete Brosnan, dass er gegangen worden sei. Doch Craig zögerte. „Ich dachte mir, ach, leckt mich doch. Ich will den ganzen Scheiß nicht. Wie könnt ihr es wagen? Wie könnt ihr es wagen, mir so ein Angebot zu machen?“, sagt er. „Es war lächerlich. Alles reiner Selbstschutz.“

Er forderte Einsicht in das Drehbuch zu „Casino Royale“. Es war gut. Seine Einwände bröselten ihm zwischen den Fingern weg. Eines Tages, Craig war wieder auf dem Weg zu einem Termin bei Eon, zog er ein Hemd an, konnte aber seine Manschettenknöpfe nicht finden. Er zog ein Jackett über, und die Hemdsärmel ragten heraus. Er verließ das Haus, ging los zu einem Vorstellungsgespräch für die Rolle des James Bond, obwohl er aussah, als hätte er sich im Dunkeln angezogen. „Ich dachte: ‚Scheiß drauf, ich lass sie einfach so raushängen‘“, erinnert sich Craig. Als er Broccolis Büro betrat, wusste sie sofort, dass er die Rolle wollte.

## CRAIGS ANFÄNGE: „ER IST VIEL ZU NAH AN SEINEN GEFÜHLEN DRAN“

Er kam schon als Showtalent zur Welt. Bis zu ihrer Trennung – Craig war vier – betrieben seine Eltern das „Ring O’Bells“, ein Pub in Frodsham, einem Marktstädtchen in Cheshire im Nordwesten Englands. Als Kleinkind lieferte Craig Vorstellungen für die Stammgäste, spielte Sketche nach, die er im Fernsehen gesehen hatte: Groucho Marx, Laurel und Hardy. „Sie steckten mir Geld dafür zu“, erzählt er. „Schätze, ich hab schon früh angefangen, mir so meinen Lebensunterhalt zu verdienen.“

Nach der Trennung zog Craigs Mutter Olivia mit ihm und seiner Schwester in eine Wohnung in der Liverpools Innenstadt, wo sie als Kunstlehrerin arbeitete. Das Viertel mit der Postleitzahl L7, in dem Craig in den 1970ern seine Kindheit und frühe Jugend verbrachte, steht auch heute noch für Armut, Gewalt und Verbrechen. „Es ist eine harte Gegend, aber etwas anderes konnten wir uns nicht leisten. Der Heimweg von der Schule war...heikel“, erinnert sich Craig. „Natürlich war es nicht Brooklyn in den 1980ern. Aber heikel war es schon.“

Craig war unglücklich in der Schule. Er fiel durch Prüfungen, wurde gehänselt. Nicht, dass er ein Schwächling war – er spielte Rugby, eine Leidenschaft seines Vaters –, aber er passte einfach nicht dorthin. Als Craig 14 war, schlugen ihn ein paar Freunde für die Rolle des Bestatters Mr. Sowerberry in einer Schulaufführung des Musicals „Oliver!“ vor. Das Publikum liebte ihn. „Ich will das jetzt nicht mit dem ersten richtig guten Drogenrausch vergleichen“, sagt Craig. „Aber es war ein physischer Schock, die Emotionen, das Adrenalin – so etwas hatte ich vorher noch nie erlebt.“ Craig machte seinen Abschluss und verließ die Schule. Im Liverpool Everyman Theatre, einem der wichtigsten Theater der Stadt, lungerte er hinter der Bühne herum. Aber eigentlich liebte er die Schauspielerei, weil sie ganz und gar ihm gehörte. „Was ich auf der Bühne erlebte, gehörte nur mir“, sagt er. „Es war das erste Mal in meinem Leben, dass ich etwas ganz allein für mich beanspruchen konnte.“

Als Heranwachsender ging er in dem Küstenstädtchen Hoylake an der Irischen See in einem Billigkino ein und aus. Häufig war er der einzige Besucher. „Die Filme kamen meistens mit Verspätung dort an“, erinnert sich Craig. „Und die Kopien waren immer grauenhaft, total zerkratzt. Aber ich saß da drin und schaute mir die Filme an.“ Eines Nachmittags Anfang der 1980er-Jahre ging er in eine Science-Fiction-Doppelvorstellung. „Blade Runner“, ich hatte noch nie davon gehört.“ Craig sah sich den Film an, allein mit einer Tüte Kia-Ora, einer

inzwischen nicht mehr existenten Orangensaftkonzentrat-Marke. Er beugte sich in seinem Kinosessel vor, war völlig versunken, wie in einer anderen Welt. „Ich trank nicht einen Schluck. Ich dachte einfach nur: Das ist es, was ich tun will. Genau das. Ich will genau das machen. Ohne richtig zu wissen, was das eigentlich war“, sagt Craig. „Für mich war das eine Offenbarung.“

1984, er war 16, sprach Craig beim National Youth Theatre vor und zog für den Sommer nach London. Der Theaterintendant Edward Wilson wurde zu seinem Mentor. Er wurde das Mädchen für alles des Theaters, malerte die Büroräume. 1991 wurde Craig für die Rolle eines rassistischen südafrikanischen Soldaten in dem Film „Im Glanz der Sonne“ mit Stephen Dorff gecastet – ein Flop. Craig war 23. Man bezahlte ihm 18000 Pfund. „Was ein Scheißvermögen war, ich meine, ein Vermögen!“, sagt Craig. „Ich habe jeden einzelnen Penny ausgegeben.“ Keiner hatte ihn vor den Steuern gewarnt, vermutlich weil keiner glaubte, dass er je genug verdienen würde, um welche bezahlen zu müssen. Er brauchte fünf Jahre, um seine Schulden beim Finanzamt zu begleichen.



50-jähriges Jubiläum der Bond-Filmreihe: „Skyfall“ (2012)

Bei seinen Castingterminen in London begegnete Craig reihenweise jungen Schauspielern, die besser ausgebildet und selbstsicherer waren. Aber was ihm an Schliff fehlte, machte er durch seine Präsenz wett. „Am Ende geht es doch darum, dass wir eine Show abziehen. Und wenn ich was kann, dann eine verdammte Show abziehen.“

1996 gelang Craig mit seiner Rolle in der BBC-Serie „Our Friends in the North“ der Durchbruch. Er spielte einen Abzocker, der am Ende obdachlos wird. Zwei Jahre später war er in „Love Is the Devil“ zu sehen, ein Überraschungserfolg. 2002 castete Sam Mendes Craig für die Rolle von Paul Newmans Filmsohn in „Road to Perdition“, einem Big-Budget-Gangsterfilm, der in der Zeit der Prohibition spielt. Craig hatte gemeinsame Szenen mit Newman und Tom Hanks. Er war die ganze Zeit nervös, und das merkte man seiner Darbietung an. Als Mendes später hörte, dass Craig für die Rolle des Bond ausgesucht worden war, war er unsicher, ob der Plan aufgehen würde. „Bond war eine Konstante: diese urbane, unerschütterliche Figur, die immer mit einer gehobenen Augenbraue herumläuft und eine Pointe nach der nächsten liefert“, sagt er. „Ich dachte: Das ist nichts für Daniel. Dafür ist er viel zu nah an seinen Gefühlen dran.“

## CRAIG REVOLUTIONIERT BOND: „ER IST GANZ SCHÖN ABGEFUCKT“

Nachdem Craig eingewilligt hatte, Bond zu spielen, verlangte das Studio Probeaufnahmen. Es ist ein Ritual der Franchise,



Sein letzter Auftritt als Bond: Daniel Craig in „Keine Zeit zu sterben“ (2020)

dass alle potenziellen Bonds dieselbe Szene spielen müssen. Sie stammt aus „Liebesgrüße aus Moskau“: Bond kommt in sein Hotelzimmer, wo ihn die russische Agentin Tatiana nackt im Bett erwartet. Craig hasste die Prozedur, das Gefühl, einer Tradition folgen zu müssen. „Ich fasse selbst nicht, wie arrogant ich war“, sagt er. Aber er hatte sich auf die Rolle vorbereitet, hatte Flemings

Romanvorlagen gelesen und dort eine Figur vorgefunden, die sich stark von der gefühlsarmen Leinwandpersönlichkeit unterschied, die das Publikum in den vergangenen 30 Jahren zu sehen bekommen hatte. Mit dem Bond aus den Büchern konnte Craig deutlich mehr anfangen: Er war kalt, verkorkst, menschlich. „Er ist verdammt düster“, sagt er.

In der Romanversion von „Moonraker – Streng geheim“ (1955) kippt sich Bond eine Ladung Speed in seinen Champagner. „Aus meiner Sicht ist er so interessanter“, sagt Craig. „Mir ist klar, dass wir ihn nicht die ganze Zeit über Amphetamine und Speed und was auch immer einschmeißen lassen können. Aber in mir drin weiß ich, dass ich es tue. Und ich will, dass die Rolle davon geprägt ist, ich will sagen: So ist er. Er ist ganz schön abgefickt. Weil das nun mal ein Job ist, der einen abfickt.“

Für die Probeaufnahmen wurde groß aufgefahren. Ein Set in Pinewood. Beleuchtung, Crew, Make-up. Ein halber Drehtag. Regisseur Martin Campbell, der 1995 „Goldeneye“ gedreht hatte und nun „Casino Royale“ übernehmen sollte, gab Craig die Anweisung, zu einer Obstschale zu gehen und sich eine Weintraube in den Mund zu werfen. Craig weigerte sich. „Ich sagte einfach Nein. ‚Nein, ich kann nicht.‘“ Sie gerieten aneinander. „Ich mach das nicht.‘ ‚Du machst das‘“, erinnert sich Craig. „Es ging um die Frage, was für ein James Bond ich sein sollte.“

Von da an setzte eine seltsame Dynamik ein, die sich während der gesamten Dreharbeiten an „Casino Royale“ halten sollte. „Man sieht ihm in die Augen und weiß einfach, dass er zu allem fähig ist“, sagt Broccoli. Der Rest der Welt dagegen befand sich in Aufruhr. Jetzt, etwa 15 Jahre später, lässt sich leicht vergessen, wie schlecht die Entscheidung, Craig für die Rolle zu casten, damals ankam, insbesondere in Großbritannien, wo James Bond ähnlich wie die Royal Family und die englische Fußballnationalmannschaft als eine Art Staatseigentum gilt. Man war sich schnell sicher: Craig ist der Falsche.



An Bord mit Bond-Girl Madeleine Swann (Léa Seydoux): „Spectre“ (2015)

Am 14. Oktober 2005 wurde Craig der Welt als sechster James Bond präsentiert. Am Themse-Ufer stieg er von einem Schiff der Royal Navy. Er trug eine Schwimmweste. Er war nicht sonderlich groß. Die britische Boulevardpresse wusste wenig über Craig, der mit Mitte 20 einmal zwei Jahre lang verheiratet gewesen war. Unter anderem, dass er gern feierte. Auf der Pressekonferenz fragte man ihn, wer ihm als Bond-Girl lieber sei: Sienna Miller oder Kate Moss, mit der er angeblich geschlafen hatte. Craig verweigerte die Antwort. Und dann war da sein Haar.

Aus heutiger Perspektive mag das absurd wirken, und die Farbe ist mit den Jahren auch unauffälliger geworden, aber bei seinem ersten öffentlichen Termin als neuer 007 war Craig flachsblond. Sein Haar erinnerte an Stroh. Viele Rätsel mögen sich um Flemings Bond ranken, aber eins war immer eine unverrückbare Tatsache: die dunklen Haare.

Wütende Fans gründeten Webseiten – blondnotbond.com, danielcraigisnotbond.com –, um ihrem Missfallen Ausdruck



zu verleihen. „The Name's Bland, James Bland“, titelte der „Daily Mirror“. „Bland“ bedeutet so viel wie „nichtssagend“, „farblos“. Als die Dreharbeiten zu „Casino Royale“ begannen, umschwärmten die Paparazzi das Set. Auf den Bahamas vergruben sich Fotografen nachts am Strand wie Schildkröten ihre Eier. „Es waren weltweite News“, erinnert sich Broccoli. „Alles deutete darauf hin, dass er nicht der Richtige für die Rolle war.“ Craig ging die Sache nahe. Er rief Olivia an. „Ich weiß noch, wie ich meine Mutter fragte: ‚Kann ich James Bond spielen?‘“, erzählt Craig. „Und sie meinte: ‚Natürlich kannst du. Aber ich bin ja auch deine Mutter.‘“

Mal abgesehen von all diesem Irrsinn fühlte sich aber auch vieles an „Casino Royale“ richtig an. Das Drehbuch hielt sich eng an Flemings Romanvorlage. Die Geschichte handelt von einem Pokerspiel mit Höchstesätzen, bei dem es – ganz im Zeichen der Ära 9/11 – um die Finanzierung von Terroranschlägen geht. Für einen Bond-Film war „Casino Royale“ auf stille Weise revolutionär. Es gab keinen Q, der technische Spielereien verteilte, keine Flirts mit Moneypenny und so gut wie keine schlagfertigen Sprüche. Am Anfang des Films fährt Craig einen Ford Mondeo und wird fälschlich für einen Mitarbeiter des Parkplatzservice gehalten – eine Schmach, die für einen Roger Moore undenkbar gewesen wäre.

Craig trainierte hart, und zum ersten Mal wurde James Bonds Körper zum Faszinosum. Die Szene, in der er – ganz Muskeln und kleine Badehose – aus dem Meer steigt, erinnerte an Ursula Andress und ihren weißen Bikini aus „007 jagt Dr. No“. Craigs Körper war eine Botschaft für sich. Viele Stunts machte er selbst. Sein Bond war kein sorgenfreier Womanizer – er war ein Kämpfer. Er hatte einen Stiernacken. Er kotzte. Er durchbrach im Rennen eine Wand.

Vor allem aber war Craigs Bond eins: emotional. In seinen Szenen mit M, gespielt von Judi Dench, klang eine gewisse Verletzlichkeit an. „Sie ist Mum, so einfach ist das“, sagte Craig. „Er liebt sie so sehr, wie er überhaupt nur lieben kann.“ Bonds Beziehung zur Agentin Vesper Lynd fühlte sich nach echter Liebe an. Er sprach davon, den Geheimdienst hinter sich zu lassen. Wenn ich zurückdenke, wie ich „Casino Royale“ zum ersten Mal sah, erinnere ich mich vor allem daran, Bond zum ersten Mal gewünscht zu haben, dass er glücklich wird. Was natürlich gar nicht infrage kommt. Wie im Buch hintergeht Vesper Bond und wird am Ende ermordet. „Die Schlampe ist tot“, sagt Bond dazu. „Fleabag“-Hauptdarstellerin Phoebe Waller-Bridge, die am Drehbuch zu „Keine Zeit zu sterben“ mitwirkte, war verblüfft über die neue Komplexität in Craigs Darstellung. „Er hat uns ein Stück weit an sich herangelassen, wodurch die Augenblicke, in denen er uns ausschließt, noch faszinierender wirken“, schrieb sie mir. „Vor allem aber hat er eine Fantasiefigur in realen Emotionen verwurzelt, die wir inmitten all der Action und Draufgängerei vorher wohl vermisst hatten, ohne es richtig zu merken.“

Die Premiere fand im November 2006 im Londoner West End statt. Die Queen war da. Die Lichter gingen aus. Die Eröffnungsszene ist in Schwarz-Weiß gefilmt. Craig sitzt in einem dunklen Büro. In einem Flashback sieht man ihn jemanden töten. Er ertränkt sein Opfer in einem Waschbecken, eine für einen Bond-Film ziemlich explizite Gewaltszene. Das Publikum lachte. Dann erschießt Bond einen abtrünnigen britischen Agenten. Wieder Lacher. Craig überkam in seinem Kinossessel Panik. „Ich dachte nur: Oh... oh fuck“, sagt er. Dann setzte der Vorspann ein, die Musik begann, und die Menge jubelte. Da begriff er: Das Publikum mochte ihn.

Als Craig mir diesen Augenblick 13 Jahre später in einem Hotelzimmer in New York beschreibt, fängt er an zu weinen.

„Tut mir leid“, sagt er. „Der ganze Druck war plötzlich... Diese ganze Geschichte von wegen, ich sei nicht der Richtige... Ich hatte das alles intellektualisiert. Ich kapiere schon, warum sie mich nicht mögen. Ich weiß, warum ich mich nicht mag. Und deswegen weiß ich verdammt noch mal auch genau, warum sie mich nicht mögen.“

„Casino Royale“ war ein weltweiter Erfolg. Bis heute hat kein Bond-Film so viel Geld eingespielt. Aber bei der Erleichterung, die Craig empfand, als er von dem zunächst skeptischen heimischen Publikum akzeptiert wurde, ging es um mehr. Großbritannien hat eine komplizierte Einstellung zu seinen Helden, selbst wenn sie nur fiktiv sind. „Ich weiß selbst nicht so ganz, wieso“, sagt Craig zu mir, „aber in Großbritannien ist das echt scheißwichtig. Und wir hatten es geschafft.“ Craig war der erste Bond-Schauspieler, der für einen BAFTA nominiert wurde. Er musste an all die 007-Filme denken, die in seiner Kindheit und Jugend herausgekommen waren. „Selbst wenn sie schlecht waren – ein Ereignis waren sie immer“, sagt er. „Man ging trotzdem rein. Und wenn sie dann auch noch gut sind und die Leute gehen rein – fuck, yes!“

## ENGLAND, DAS EMPIRE, BOND: ALLES AM ENDE

Philip Larkin war James-Bond-Fan. 1981 schrieb der Dichter in der „Times“ über Flemings Romane: „Was an seinen Büchern heutzutage am meisten auffällt, ist ihre eindeutige, archaische Ehrsamkeit. England ist stets im Recht, alle anderen Länder sind stets im Unrecht.“ Während der Jahre, in denen Craig die Rolle spielte, haben sich die Welt und Großbritanniens Platz in ihr gewandelt. Als „Casino Royale“ ins Kino kam, residierte Tony Blair in der 10 Downing Street und Donald Trump wirkte in der Reality-Show „The Apprentice“ mit. Das Risiko einer Finanzkrise ging gegen null. Das Wort Brexit existierte nicht. 2012 drehte Craig gemeinsam mit der Queen einen Sketch für die Eröffnungszeremonie der Olympischen Spiele in London. Bond und Ihre Majestät schritten durch den Buckingham Palace, umgeben von Corgis. Sie stiegen in einen Helikopter und sprangen – natürlich nur als Stunt – zum Soundtrack der Bond-Melodie mit dem Fallschirm über dem Olympiastadion ab. Craig vergleicht das Erlebnis damit, von einem atemberaubend schönen Strand wegzuschwimmen und vom offenen Wasser aus staunend zum Ufer zurückzublicken. „Ich schaue mich um und denke nur: Ich kann nicht fassen, dass ich hier bin“, sagt er. Sieht man sich die Aufnahmen heute an, wirkt all das unglaublich unschuldig. Wie aus einer anderen Zeit.

Craig führte die Zeitlichkeit in die Bond-Filme ein. Vor ihm regenerierten sich die Figur und ihre Welt von Film zu Film einfach, und dann schwang sie wieder auf, die ledergepolsterte Tür zu Ms Büro. In Craigs Filmen, die losen Seriencharakter haben, altert Bond – und auch Großbritannien ist gealtert. Es existiert so etwas wie Zweifel. England ist nicht stets im Recht. Und alle anderen Länder nicht stets im Unrecht.

Nach Abschluss der Dreharbeiten zu „Casino Royale“ hatte Craig ein Gefühl dafür bekommen, in welche Richtung sich die Gesamtstory bewegen sollte. „Die ganz großen Themen sind die besten“, sagt er zu mir. „Und die ganz großen Themen sind Liebe, Tragik und Verlust. So ist das nun mal, und sie sind das, worauf ich instinktiv immer abziele.“ Nach Vesper Lynds Tod wollte er, dass sich Bond vollkommen abkapselt, alles verliert und im Verlauf mehrerer Abenteuer nach und nach wieder zu sich findet. „Ich glaube, mit ‚Keine Zeit zu sterben‘ ist uns das gelungen“, sagt Craig. „Ich glaube, wir haben diesen



T-Shirt  
**Brunello Cucinelli**  
Hose  
**Ovadia & Sons**  
Gürtel  
**Artemas Quibble**  
Uhr  
**Omega**



Punkt erreicht, und er besteht darin, dass er seine Liebe entdeckt. Dass er akzeptieren kann, verliebt zu sein.“

Die Herausforderung bestand darin, diesen langen, recht komplexen Bogen zwischen Rennboot-Verfolgungsjagden, Ho-telexplosionen, schönen Frauen und zerstörungswütigen Irren, gewürzt mit etwas Skisport, zu etablieren – alles unter dem Druck von Erscheinungsterminen, die über Jahre im Vorhinein feststanden. Funktioniert hat es nicht immer. Craigs zweiter Bond-Film „Ein Quantum Trost“ beginnt nur wenige Augenblicke nach dem Ende der Handlung von „Casino Royale“, kollabiert aber schnell zu einem abgedrehten Plot über bolivianische Wasserressourcen. „Wir hatten kein Drehbuch“, gesteht Craig, „also konzentrierten wir uns stark auf die Stunts.“

In Mendes fand er einen Verbündeten. Es war Craigs Idee, den Regisseur anzufragen. Mendes sagte nur wegen Craig Ja. „Durch ‚Casino Royale‘ habe ich wieder Interesse an der Franchise gefunden.“ Wie Craig fand er die Vorstellung ansprechend, Bond als sterblichen Charakter und Großbritanniens Status im 21. Jahrhundert als unsicher zu zeichnen. In „Skyfall“, ihrem ersten gemeinsamen Bond-Film, spielt Javier Bardem den Bösewicht, einen Cyberterroristen. Er sagt: „England, das Empire, MI6 – Sie leben auch in einer Ruine, Sie wissen es nur noch nicht.“

Die Beziehung zwischen Bond und Großbritannien war noch nie ganz einfach. Die Filme handeln vornehmlich von Flucht: Die Welt ist in Gefahr, dann kommt ein Mann im Smoking an und rettet sie. Aber Mendes und Craig war es wichtig, dass die Franchise mit der echten Welt korrespondieren sollte. „Skyfall“ und „Spectre“ wurden durch Julian Assange beziehungsweise Edward Snowdens NSA-Enthüllungen inspiriert. Bei „Skyfall“, berichtet Mendes, habe er darauf geachtet, das „irgendwie nostalgische, hurrapatriotische Großbritannienkonzept aus der Zeit vor dem Kalten Krieg“ aus den klassischen Filmen zu korrigieren. „Es fühlte sich richtig an, dass es Daniel war“, fährt er fort, „weil er ein zeitgenössischer Bond war, ein Realist, ein Mensch, wie man ihm tatsächlich auf der Straße begegnen würde.“

Zum aktuellen Tagesgeschehen wollte sich Craig während unserer Unterhaltungen nicht groß äußern. Nicht weil er sich nicht engagieren würde (Craig war gegen den Brexit und hat als US-Staatsbürger Geld gespendet, um Bernie Sanders zu unterstützen), sondern weil man über kaum mehr etwas anderes reden kann, wenn man erst einmal angefangen hat. „Wir hatten echte Probleme, das Thema Trump aus dem Film rauszuhalten“, erzählt Craig über „Keine Zeit zu sterben“. „Aber natürlich steckt es trotzdem drin. Es steckt immer drin, egal ob es um Trump geht oder den Brexit oder den Einfluss Russlands auf die Wahlen oder was auch immer.“ Wie viele andere Briten, die ihre Heimat verlassen haben – Craig und Weisz leben in New York –, ist er sprachlos darüber, wie sich das Land seit 2016 abkapselt. „Es gibt Briten in den Top-Branchen der Welt, an der Führungsspitze dieser Branchen. Wir können so was. Aber aus irgendeinem Grund machen wir es uns kaputt“, sagt er. „Zum Beispiel indem wir uns von Europa lösen... Das ist schon eine Art Nihilismus, oder?“

”  
**WIR HATTEN ECHTE PROBLEME,  
DAS THEMA TRUMP AUS DEM FILM  
RAUSZUHALTEN. ABER NATÜRLICH  
STECKT ES TROTZDEM DRIN**

Auch wenn es etwas weit hergeholt wirken mag, sieht Craig Bond manchmal als Avatar einer Art selbstlosen öffentlichen Dienstes, der sich in unserer populistischen, polarisierten Zeit nicht halten kann. „Für mein Gefühl repräsentiert Bond jemanden, der versucht, einfach seine Arbeit zu machen und eigentlich überhaupt keine Scheiß-Publicity will“, sagt er. „Was ein Witz ist, weil er einen verdammt Aston Martin fährt und diesen ganzen lächerlichen Kram macht. Aber solche Menschen existieren... Es ist ein Notfallservice. Ich weiß, das ist grauenhaft romantisch.“

## CRAIG MACHT SICH KAPUTT FÜR DIE ROLLE

Während der Arbeit an seinen ersten beiden Bond-Filmen glaubte Craig manchmal, an seinem Verantwortungsgefühl zu ersticken. Als er die Rolle annahm, bestand er darauf, ein Mitspracherecht in kreativen Fragen zu erhalten, was dazu führte, dass er hin und wieder den Eindruck hatte, alles unter Kontrolle haben zu müssen. Mit Mendes aber merkte Craig, dass er sich entspannen konnte. „Er rief mir in Erinnerung, dass meine Arbeit eigentlich in der Schauspielerei besteht“, sagt er. „Das hat mich wieder lockerer gemacht. Mir sozusagen den Stock aus dem Arsch geholt.“

Am Set sah Mendes einen Schauspieler mit einer der bekanntesten – und abgedroschensten – Figuren der Filmgeschichte kämpfen. Aus irgendeinem Grund erinnerte ihn Craig an einen dieser leicht angsteinflößenden, ganzkörper tätowierten Typen, die auf Demos herumlaufen, trotz der Kälte nur ein T-Shirt tragen und verkünden, alle anderen seien nicht radikal genug. „Das ist Daniel. So ist er in Wahrheit“, sagt Mendes. „Die Wahrheit lautet, dass er etwas Verwundetes, Verletztes in sich trägt.“ Bei den Dreharbeiten zu „Skyfall“ gab Craig preis, er würde versuchen, Bond so zu spielen, als befände er sich in ständiger innerer Rage. „Kein anderer Schauspieler hätte je versucht, Bond so zu spielen“, bemerkt Mendes. „Dieses Aufwieglerische.“ Und diese beschwerliche Straße ist es, auf der Craig gleichzeitig seine eigene Version des guten alten Bond-Pomps fand. In der Eröffnungsszene des Films verfolgt Bond in einem türkischen Zug einen Gegner. Er reißt mit einem Bagger das Dach vom Waggon und springt in die volle Fahrgastkabine. Sein Anzug ist staubig und blutverschmiert. Er richtet sich die Manschette.

Craig fügte die Geste mitten im Stunt ein. „Das stand nicht im Drehbuch“, erzählt er mir. „Ich begriff, warum das passieren musste, warum er es tat: weil er Angst hatte. Er hatte eine Scheißangst! Er ist gerade eben von einem Zug gesprungen. Und jetzt sagt er sich: Alles ist gut.“ Der Augenblick ist Bond pur, wenn auch auf ganz neue Weise. Craigs Bond steht nicht über den Dingen, er befindet sich mittendrin, reißt sich mit aller Kraft zusammen. „Ist er cool? Nein, ist er nicht. An diesem Punkt ist er alles andere als cool“, sagt Craig. Als ich Mendes auf die Sache mit der Manschette anspreche, erinnert er sich sofort an die Improvisation. „Weil sie aus seinem Inneren kam“, sagt er. „Bei jedem anderen hätte das klischeehaft gewirkt, aber ihm gelingt es irgendwie, dass es echt ist.“ Und das ist Craigs große Kunst. „So etwas ist sehr schwer zu erreichen“, sagt Mendes. „Einen Weg zu finden, diese Dinge umzu-denken, sodass sie sich wieder echt anfühlen. Es erfordert eine unglaubliche Willenskraft.“

Sein Körper trug dabei stets die Hauptlast. In „Ein Quantum Trost“ riss Craig sich bei einem Stunt in einem abstürzenden Flugzeug die rechte Pfannenlippe, ein Knorpelgewebe im Schultergelenk. Dann verletzte er sich die Stelle erneut, als

GLAMOUR

20%  
RABATT\*

Levi's®

SHOPPING-WEEK  
03. – 12.04.2020

\*Gültig auf Damen- und Herrenhosen. Nicht gültig in Levi's® Factory Outlet Stores. Der Damen-Fit „Balloon“ und die „XX Chino“ für Herren sind ausgeschlossen.





Anzug  
**Paul Smith**  
Hemd  
**Charvet**  
*über Saks Fifth Avenue*


er in Italien durch ein Fenster sprang und gegen eine Wand krachte. In „Spectre“ machte er sich dann richtig kaputt. Im März 2015 riss er sich das vordere Kreuzband – hörte buchstäblich den Knall – bei einer Kampfszene mit Dave Bautista, einem ehemaligen Profi-Wrestler am Set in Pinewood.

### „KEINE ZEIT ZU STERBEN“: EIN VERFLUCHTER FILM?

Die Pause zwischen „Spectre“ und „Keine Zeit zu sterben“ war die zweitlängste in der Geschichte der Franchise. Und die Produktion des 25. Bond-Films war alles andere als ein Picknick. Im August 2018 sprang Regisseur Danny Boyle ab. Fukunaga, durch die HBO-Serie „True Detective“ bekannt, kam drei Monate vor dem geplanten Produktionsbeginn an Bord. Dann verletzte sich Craig am Knöchel. Das Erscheinungsdatum wurde verschoben. Im Juni wurde bei einer Explosion ein Crewmitglied verletzt. Die britische Klagschpresse bezeichnete den Film als verflucht.

Diesmal war Craig stärker in die Drehbucharbeit involviert als bei irgendeinem Bond-Film zuvor. „Das hier ist mein letzter Film“, sagt er. „Ich habe vorher oft geschwiegen und mich rausgehalten, habe Respekt gezeigt und es später bereut.“ Craig spielte auch eine wesentliche Rolle bei der Entscheidung, Waller-Bridge am Drehbuch mitarbeiten zu lassen. „Ich bin bei Meetings sehr energisch aufgetreten und war häufig zu direkt, vermutlich absolut unhöflich“, sagt Craig. „Aber ich dachte, wir sind nun mal hier, kommt schon, Leute. Und ich sage nachher immer, dass es mir leidtut.“

Nach 14 Jahren, einer kaputten Schulter, einem kaputten Knie, rund 50 Millionen US-Dollar, einem Platz im Pantheon und mit einem glücklichen Zuhause nimmt „Keine Zeit zu sterben“ Craig emotional nicht mehr so mit. „Was nicht bedeutet, dass ich weniger angespannt gewesen bin. Ich war genauso beschissen durch wie immer“, erzählt er. Aber jetzt erkennt er wieder, dass es noch eine Welt drum herum gibt. „Ich weiß nicht, woran es liegt, vielleicht daran, dass ich noch mal Vater geworden bin. Jedenfalls gibt es inzwischen Wichtigeres.“

Einige Wochen später treffe ich ihn in London. Craig trägt eine braune Lederkappe. Niemand in der Hotellobby scheint ihn zu erkennen. Es ist früher Abend. Wir lassen uns Bier aufs Zimmer kommen. Am Morgen hat er den Film zum ersten Mal am Stück gesehen. Das war der Grund dafür, dass er überhaupt den Atlantik überquert hat. Aus Sicherheitsgründen existiert die geschnittene Version zu diesem Zeitpunkt nur auf einer oder zwei Festplatten. „In New York durfte ich ihn nicht ansehen, ich musste herfliegen“, sagt Craig. „Keine Zeit zu sterben“ wurde auf eine Wand in einem Schneiderraum projiziert. Man hatte ihm erlaubt, ein paar Leute zu der Vorführung einzuladen. Aber er wollte lieber allein sein. „Ich muss für mich sein, um das richtig erleben zu können“, sagt er. Die ersten Minuten sind immer unerträglich: „Warum stehe ich so komisch da? Was mache ich da bloß?“, sagt Craig. Aber das verging, und dann war er wieder der Junge in dem leeren Kino an der Küste – nur dass auf der Leinwand jetzt er selbst zu sehen war. „Ich denke, es funktioniert“, sagt Craig und macht dabei nach jedem Wort eine kleine Pause. „Halleluja.“ 



STYLISH



CASINO  
BADEN-BADEN



# KEVIN PARKER

Mit seiner One-Man-Band Tame Impala erinnert er uns seit einer Dekade an die guten Seiten des Pop. Auf „The Slow Rush“ legt er jetzt nach. *Summer is coming!*

Man muss sich eines dieser alten amerikanischen Cabriolets vorstellen, in Knallgelb oder Pastellgrün, bei denen man zum Einsteigen nicht die Tür öffnet, sondern darüber hinweg hineinspringt. In dem Moment, in dem der Motor startet, setzt auch das neue Album von Tame Impala ein: „The Slow Rush“. Man fährt dann eine Küstenstraße entlang, mit wehendem Haar, gemäßigtes Tempo. Seit zehn Jahren definiert Tame Impala die gute Seite des Pop neu. Sehr leicht und gut gelaunt klingt das – als wären Muse ausgeschlafen, Queen im Urlaub oder die Bee Gees einfach langsame Menschen gewesen. Der Mann hinter der One-Man-Band ist der 34-jährige Australier Kevin Parker. In der Freundlichkeit des vierten Albums darf man sich nicht einrichten. Der Song „Posthumous Forgiveness“ birgt eine Art Alarm in sich, der die vermeintliche Leichtfüßigkeit des Albums unterläuft. Irgendetwas dräut in der australischen Lebensfreude – und dieses Dräuen hat in der Vergangenheit Künstler wie Kendrick Lamar, A\$AP Rocky und Rihanna dazu inspiriert, seine Songs zu covern oder zu sampeln. Den Musik-Olymp braucht man aber nicht zu bemühen, um Kevin Parkers ewig neue Musik zu zelebrieren. Eigentlich ist dieses Album nur erschienen, um uns daran zu erinnern, dass der nächste Sommer kommt. —Ulf Pape

Foto: James J. Robinson



# GLOW WITH THE FLOW

HARD ROCK HOTEL IBIZA

*more than epic*

[HRHIBIZA.COM](http://HRHIBIZA.COM)

CTRA. PLAYA D' EN BOSSA - 07800 - SANT JORDI DE SES SALINES



IBIZA



# LASHANA LYNCH

Als erste weibliche und erste schwarze 007-Agentin hat Lashana Lynch eine Mission: Sie rettet die Welt – auch vor deren Engstirnigkeit

Wie bitte? Zu Beginn des neuen Bond-Films „Keine Zeit zu sterben“ ist 007 plötzlich schwarz – und eine Frau? So wird es zumindest seit Monaten kolportiert. Bestätigen will das Lashana Lynch, die 32-jährige Britin, die Bonds „Lizenz zum Töten“ erben soll, nicht. Und wenn es so wäre? Liebe Internet-Trolls, liebe Bond-Fundamentalisten – *suck it up!* Wir schreiben das Jahr 2020, *and that's the way it goes*. Bond ist cool, Bond ist stark, Bond ist sexy – und Lynch ist das alles schon lange. In Ihrer Jugend reüssierte die Londonerin mit jamaikanischen Wurzeln als Singer-Songwriterin, bevor sie sich an der ArtsEd Drama School zur Schauspielerin ausbilden ließ. In ihre Rolle als Agentin – ob mit 007-Siegel oder ohne – bringt sie etwas ein, das man bei den Bonds der vergangenen Jahrzehnte kaum fand: Ecken, Kanten, menschliche Züge, in denen sich der Zuschauer wiedererkennt. „Ich wollte dem Ganzen einen menschlichen Anstrich verpassen – Ängste zulassen und mich mit ihnen auseinandersetzen“, sagt Lynch über ihre Rolle als Nomi. Sie selbst beschreibt sich als junge Frau aus der Arbeiterklasse West Londons, mit dunkler Haut und kurzem Haar. Sie weiß um ihre Unsicherheiten und Schwächen, genauso wie um ihre großen Stärken – und steht zu diesem Gesamtpaket. Und zwar „unapologetically“, wie sie selbst sagt. Kompromisslos eben, so wie 007 sein muss. —Johannes Thalmayr



Foto: Christina Eberhard





# EXPECT THE UNEXPECTED. #USHUAIAIBIZA EXPERIENCE

THEUSHUAIAEXPERIENCE.COM



WORLD'S BEST DJ'S · LUXURY SUITES · VIP SERVICE · VIP TABLES · THE BEACH BY USHUAIA IBIZA · MONTAUK STEAKHOUSE IBIZA  
MINAMI JAPANESE RESTAURANT · THE OYSTER & CAVIAR BAR · SIR ROCCO BEACH RESTAURANT BY USHUAIA · THE UNEXPECTED BREAKFAST  
UP IBIZA SKY SOCIETY · RECORDING STUDIO · CONFERENCE ROOMS · USHUAIA FASHION COLLECTION · XPA BEAUTY CENTER





Die Augen! Die Stimme!  
Das Talent! Merken Sie sich  
diesen Mann. Denn der  
Schauspieler erobert gerade  
das ganz große Publikum

# DAVID SCHÜTTER

„ttschuldigung, ich war gerade noch Kunstblut kaufen“, schnauft David Schütter zu Beginn unseres Telefonats, das ein paar Minuten später als vereinbart stattfindet. Das Kunstblut sei für ein eigenes Projekt, sagt Schütter, und man kann sich nur zu gut vorstellen, wie er damit rumsaut. Seine besten Rollen sind die, bei denen man sich nicht sicher sein kann, ob er gut oder böse ist – da, wo er zwischen Genie und Wahnsinn schwankt: der durchgeknallte Immobilien-Hai in „4 Blocks“. Oder der Neo-Jesus in der Sky-Serie „8 Tage“. Wenn Schütter seine großen Augen aufreißt, vermischt sich da etwas Anziehendes mit einer gewissen Gefahr. Ab dem 18. März ist er in dem Wirtschaftswunder-Dreiteiler „Unsere wunderbaren Jahre“

im Ersten zu sehen, auch so eine Rolle, die keine Eindeutigkeit zulässt. Dass die Jahre nach der „Stunde null“ nicht ganz so wunderbar waren, wie viele es gern darstellen, erzählt der Film entlang einer Fabrikantenfamilie, die sich nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs ihrer Mitschuld stellen muss. Schütter spielt einen Anführer der Arbeiterbewegung – und Verführer höherer Töchter. Der 28-jährige Berliner spielt aber nicht nur herausragend. Er schreibt, rappt, singt und fällt durch sein sicheres Händchen für ausgefallene Anzüge auf. Später in diesem Jahr wird er die Hauptrolle in einer Historien-Serie spielen. Noch gespannter sind wir aber auf das Projekt mit dem Kunstblut. —Ulf Pape





## STYLE-CHECK: UNVERWECHSELBAR

Der Jeep® Wrangler ist Herr über Gelände sowie Straße, hat einen markanten Auftritt und macht Lust auf viele Abenteuer

**Ab 399,- € mtl.  
finanzieren<sup>1</sup>,  
inkl. 4 Jahre  
Jeep® Garantie<sup>2</sup>**

Starten Sie jetzt in die  
aufregende Welt von Jeep

Wie er das macht? Zum Beispiel dank des raffinierten Command-Trac® Allradsystems, das automatisch zwischen Zwei- und Vierradantrieb umschaltet, wenn es die Traktionsverhältnisse auf der Straße und im Gelände erfordern. Für eine beachtliche Dynamik sorgen dabei leistungsfähige Benzin- oder

Dieselmotoren, kombiniert mit einem Achtgang-Automatikgetriebe. Smarte neue Systeme geben noch mehr Sicherheit, wie Adaptive Cruise Control, das automatisch die Geschwindigkeit des Wrangler so reguliert, dass ein ausreichender Abstand zum vorausfahrenden Fahrzeug eingehalten wird.

Und der Style kommt dabei auch nicht zu kurz: Der Jeep®-typische 7-Slot-Kühlergrill, das abnehmbare Dach und die ausbaubaren Türen sowie eine vorklappbare Windschutzscheibe machen den Jeep Wrangler zum einzigen viertürigen Cabrio der Welt und zum lässigen Begleiter. [www.jeep.de/wrangler](http://www.jeep.de/wrangler)

**Kraftstoffverbrauch (l/100 km) nach RL 80/1268/EWG: innerorts 10,3; außerorts 6,5; kombiniert 7,9. CO<sub>2</sub>-Emission (g/km): kombiniert 209.**

<sup>1</sup> Ein unverbindliches Finanzierungsbeispiel, vermittelt für die FCA Bank Deutschland GmbH, Salzstraße 138, 74076 Heilbronn, z. B. für den Jeep® JL WRANGLER MY20 Rubicon 2.2i CRDI Diesel 147 kW (200 PS) 4x4 AT8: UPE des Herstellers i.H.v. 58.850,- € inkl. Sonderausstattung abzgl. Jeep- und Händlerbonus i.H.v. 5.297,- € zzgl. Überführungskosten, effektiver Jahreszins 2,99 %, Sollzinssatz gebunden, p. a. 2,95 %, Nettodarlehensbetrag 46.008,50 €, Gesamtbetrag 50.679,39 €, 1. Rate 464,- €, 46 Folgeraten à mtl. 399,- €, Anzahlung 7.545,- €, Schlussrate 31.861,39 €. Nachlass, keine Barauszahlung.

<sup>2</sup> 2 Jahre Fahrzeuggarantie und 2 Jahre gleichwertige Neuwagen-Anschlussgarantie Maximum Care der FCA Germany AG ohne Kilometerbegrenzung gemäß ihren Bedingungen.

Privatkundenangebot, gültig für nicht bereits zugelassene und sofort verfügbare Neufahrzeuge bis 31.03.2020. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Beispielfotos zeigen Fahrzeuge der Baureihe, die Ausstattungsmerkmale der abgebildeten Fahrzeuge sind nicht Bestandteil des Angebotes. Nur bei teilnehmenden Jeep® Partnern.



FOTOS  
**SHARIF HAMZA**

STYLING  
**JON TIETZ**

TEXT  
**SAM SCHUBE**

# CHARLIE



**„Stranger Things“  
machte ihn aus dem  
Nichts zum Star,  
jetzt spielt der  
26-Jährige im neuen  
„X-Men“-Spin-off.  
Die Geschichte  
einer fast übernatür-  
lichen Karriere**

# THE HEATON

**DIESE SEITE**

Sakko, 825€, und Hose,  
645€, **Helmut Lang**.  
Pullover, 155€, und Hemd,  
135€, **Stock Vintage**.  
Schuhe, 135€, **Sperry**.  
Socken, 15€, **Falke**

**LINKE SEITE**

Sakko, 2300€, und  
Hose, 460€, **Ermenegildo  
Zegna**. Hemd, 155€,  
**Sid Mashburn**. Krawatte,  
170€, **Drake's**





**DIESE SEITE**

Sakko, 2955€, **Gucci**.  
Hemd, 160€, **Rowing Blazers**. Hose, 360€, **Canali**. Krawatte, 135€, **J. Press**. Sneakers, 80€, **Converse**

**LINKE SEITE**

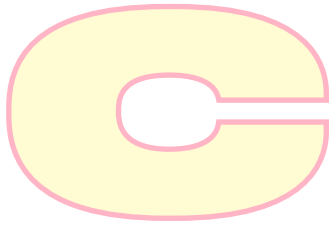
Pullover, 230€, und Krawatte, 135€, **J. Press**. Hemd, 140€, **Polo Ralph Lauren**. Hose, 1015€, **Gucci**. Gürtel, 80€, **Stock Vintage**. Schuhe, 45€, **Vans**







Sakko, 265 €, **Stock  
Vintage**. Poloshirt,  
345 €, **Boglioli**. Hemd,  
345 €, **Drake's**. Uhr,  
1950 €, **Movado**



**Charlie Heaton ist immer noch ein bisschen geschockt darüber, wie sich alles gefügt hat. Und falls er in Wahrheit gar nicht geschockt ist – sondern insgeheim schon immer wusste, dass er berühmt werden würde –, dann ist er zumindest überrascht, wie schnell alles ging**

„Meine Laufbahn ist echt verrückt“, sagt er. „Anfang 2015 wohnte ich noch in einer Jugendherberge in L.A., und Ende 2015 spielte ich schon in ‚Stranger Things‘ mit.“

Man kann es sich denken: Heaton wohnt mittlerweile nicht mehr in einer Jugendherberge. Trotzdem hat er ziemlich viel Zeit an anderen eher gruseligen Schauplätzen verbracht: in verlassenen medizinischen Einrichtungen, mit denen die USA übersät sind. „Wir haben gerade in der Umgebung von Boston gedreht, in einer verlassenen Psychiatrie“, sagt er beim Frühstück in New York. Heaton erzählt von „New Mutants“, dem „X-Men“-Film, an dem er schon 2017 arbeitete und dessen Veröffentlichungstermin immer wieder verschoben wurde. Was das „X-Men“-Spin-off und „Stranger Things“ eint: Beide haben gigantische Fangemeinden – denn offenbar wünschen sich die Zuschauer nichts so sehr wie eine endlose Reihe von Comic-Verfilmungen beziehungsweise Produktionen mit Comic-Flair.

Dieser Tatsache hat Heaton, 26, mit seinem leicht düsteren Charme und seinem dicken Haar, auf dessen zerzausten Sitz er großen Wert legt, einen guten Teil seines Erfolgs zu verdanken. Die Charaktere, die er spielt, sind sich stets darüber im Klaren, dass sie auch dunkle Seiten haben – und tun alles dafür, sie zu verbergen. In „Stranger Things“ ist er in der Rolle des Jonathan Byers zu sehen, der anfangs eher unsichere, dann zunehmend heldenhafte ältere Bruder von einem der Mitglieder der Jungsbande im Zentrum der Serie.

Die Darstellung, erzählt Matt Duffer, einer der Macher von „Stranger Things“, verlangte dem jungen Schauspieler eine schwierige Mischung ab: Er sollte cool sein, ohne sich dessen so recht bewusst zu sein. „In vielerlei Hinsicht ist er Jonathan ziemlich ähnlich,

weil er echt ein cooler Typ ist, der gleichzeitig auch etwas Grüblerisches, Sensibles an sich hat“, sagt Duffer. Heatons Herangehensweise an die Rolle fühlt sich natürlich an, geprägt von Zurückhaltung und Verletzlichkeit. Wie Winona Ryder, die seine Mutter spielt, erklärt: „Er arbeitet mit dem Herzen, und sein Herz ist groß wie ein Planet.“

Im Augenblick lebt Heaton mit seiner Freundin Natalia Dyer, die ebenfalls in „Stranger Things“ mitspielt, in New York, ursprünglich stammt er aus Großbritannien: Heaton wuchs in einer Küstenstadt auf, sah „Poltergeist 2“ auf Videokassette, fing dann an, Schlagzeug zu spielen, und tourte eine Weile mit einer Noise-Pop-Band namens Comanechi. Als es mit der Band nicht mehr gut lief, sprach er für Werbespots vor.

Und dann, ganz plötzlich, kam ein Durchbruch nach dem nächsten, gekrönt von einem kleinen Sci-Fi-Projekt eines damals noch nicht sonderlich wichtigen Studios namens Netflix. „Das Jahr war sowieso schon turbulent und verrückt, und dann kam 2016 die Serie raus, und plötzlich passierte praktisch über Nacht das hier.“ Mit „das hier“ meint er kreischende Fans, Paparazzi, ständiges Reisen. Wie viele andere Nachwuchsschauspieler auch litt er unter leichten Wachstumsschmerzen – wie etwa 2017, als er es in die Schlagzeilen schaffte, weil man am Flughafen von Los Angeles geringe Mengen Kokain in seinem Gepäck gefunden hatte. Er wurde zwar weder verhaftet noch angezeigt, dafür verwehrte man ihm aber die Einreise in die USA, weshalb er die Premierenparty der zweiten „Stranger Things“-Staffel verpasste.

Zum Glück hatte er Hilfe bei der Bewältigung des darauffolgenden Chaos – vor allem in Form seiner Leinwandmutter Winona

Ryder. „Dass diese riesige Ikone einfach ‚Hi‘ zu mir sagte, mich umarmte – das fühlte sich alles so normal an“, sagt er. „Und da dachte ich: ‚Hey, wir können hier einfach unsere Arbeit machen.‘“ Diese Unterstützung erfahren zu haben, sagt er, „wie von einer echten Mutter“, habe ihm unendlich viel bedeutet.

Das Gefühl beruhte auf Gegenseitigkeit. „Wir kannten einander kaum, aber innerhalb weniger Drehtage hatte ich das Gefühl, er sei mein Sohn und wir könnten gemeinsam alles schaffen“, sagt Ryder. „Man fühlt sich irgendwie ganz nackt, so verletzlich, wenn man ein solches Verhältnis zu jemandem hat. Aber mit Charlie war sofort alles da, ein tiefes, bedingungsloses Vertrauen. Als ob wir dem anderen stets Schutz bieten würden, wenn er ihn benötigte. Und ich benötigte oft welchen.“

Ob es einen Schauspieler gibt, dessen Karriere er gern nacheifern würde? „Also, ich würde jetzt nicht sagen: ‚Hey, ich will unbedingt Robert Pattinson sein‘“, erklärt er.

**„Er arbeitet mit dem Herzen, und sein Herz ist groß wie ein Planet“**

**Winona Ryder**

„Aber ich habe beobachtet, wie er nach diesem riesigen Ding“, Heaton spricht natürlich von „Twilight“, „ein paar echt interessante Entscheidungen getroffen hat. Er hat ‚Der Leuchtturm‘ gemacht und ‚Good Time‘. Und jetzt spielt er offenbar Batman, aber ich finde, dass er mit interessanten Regisseuren zusammengearbeitet hat.“

In „New Mutants“ (ab 2. April im Kino) spielt Heaton immerhin schon mal einen Superhelden: Cannonball, der mit Überschallgeschwindigkeit fliegen kann und sich dabei von nichts bremsen lässt. Und das klingt für den Typen aus der Jugendherberge doch ganz passend. ☺



LFDY™

We don't need advertising

BERLIN | COLOGNE | DUESSELDORF | MUNICH

LFDY™

The new collection – now online

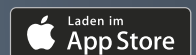
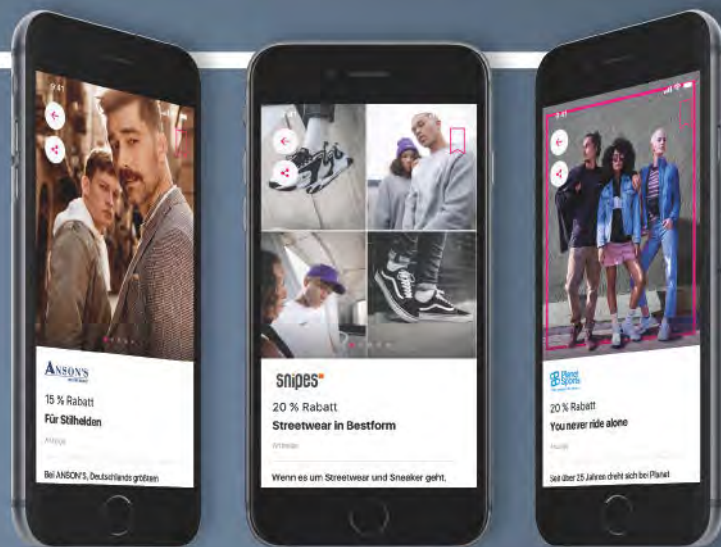
[LIVEFASTDIEYOUNG.DE](http://LIVEFASTDIEYOUNG.DE)



GLAMOUR

# SHOPPING WEEK

03. – 12.04.2020



DIESE UND WEITERE PARTNER SIND DABEI:

ANSON'S

MOTEL ONE

Planet Sports

Villeroy & Boch  
1748

JOCHEN SCHWEIZER

snipes

# STYLE

TRENDS  
INSPIRATION  
LOOKS  
04.2020

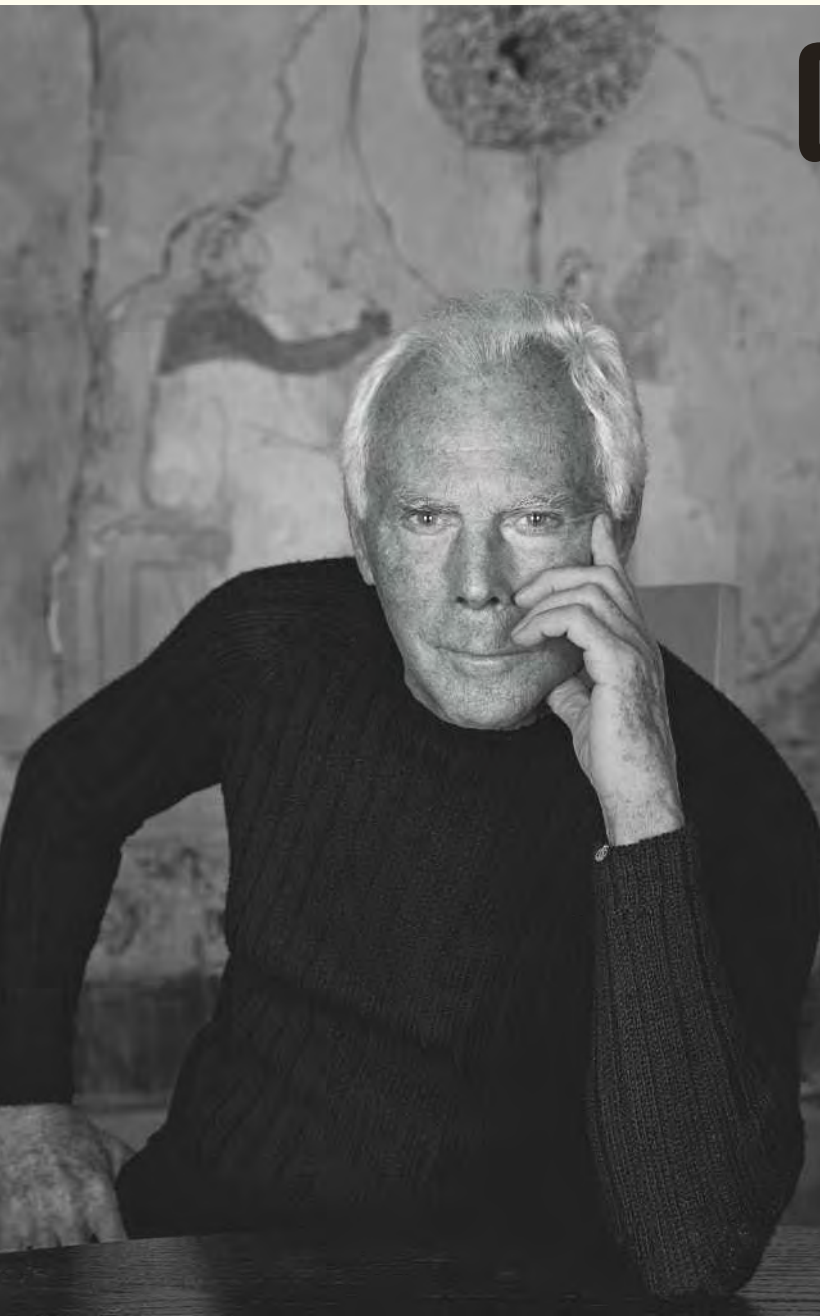


FOTO — FELIX BRANDL

## GOLDENE PALME

Mit dieser Jacquard-Jacke fallen Sie so positiv auf wie die rettende Oase in der Sahara. Für uns ist sie das Hero-Piece aus Kean Etros aktueller Spring/Summer-Kollektion, für die sich der Designer von Sagen aus der Wüste inspirieren ließ. Am besten mit weißem Shirt und Jeans kombinieren. **Etro, 1540 €**





# GIORGIO ARMANI: 17 STIL-REGELN FÜRS LEBEN

Italiens Mode-Gott verrät uns, worauf es bei *Outfits, Accessoires und Umgangsformen* wirklich ankommt. Grazie, Mister!



Zwar hat Giorgio Armani sein nach ihm benanntes Label bereits 1975 gegründet, doch richtig populär wurde sein Name erst durch die Anzüge, die er 1980 für Richard Gere in „American Gigolo“ entwarf – ein Name, der zum Synonym für italienische Eleganz wurde. Seine Silhouetten und Schnitte prägten die Chefetagen und die Laufstege der 80er und 90er, aktuell kleidet er Berühmtheiten von Leonardo DiCaprio bis zu Shawn Mendes ein. Hier erklärt er, worauf Sie bei der Wahl Ihres täglichen Outfits achten sollten

## 1. FINDEN SIE IHRE UNIFORM

„Meine Alltagsuniform besteht aus einem Paar dunkler Hosen, die bequem und trotzdem relativ elegant sind, dazu ein Pullover oder T-Shirt – meist aus Kaschmir – oder ein gut sitzendes Hemd. Außerdem ein Armani-Anzug in Dunkelblau. Dunkelblaue Anzüge sind so vielseitig – man kann sie mit Hemd und Krawatte tragen, mit T-Shirt oder einem Strickpullover, mit formellen Schuhen oder Turnschuhen.“

## 2. ZWEIREIHER SIND ZURÜCK

„Ich habe den Eindruck, dass es an der Zeit ist für die Rückkehr des Zweireihers. Natürlich hängt die Entscheidung, ob man Ein- oder Zweireiher trägt, von der Statur ab, ebenso wie die Frage, ob man die Knöpfe schließt oder nicht.“

## 3. VERZICHTEN SIE AUF MANSCHETTENKNÖPFE. AUSSER SIE SIND UNVERZICHTBAR

„Ich bin kein Freund von Manschettenknöpfen, aber zu gewissen Anlässen, bei denen auf eine formelle Garderobe geachtet wird, können sie angebracht sein. Sie sollten einfach gehalten sein, auf keinen Fall zu protzig.“

## 4. GEHEN SIE NIEMALS IN SHORTS ZUR ARBEIT

„Ein Mann sollte ausschließlich im Urlaub Shorts tragen – niemals



### COOLMAX Fasern

nehmen Feuchtigkeit besonders schnell von der Haut auf.



### KEINE Schweißflecken

dank innovativer Einsätze unter den Achseln und im Nackenbereich.



### GERUCHShemmend

durch Einsätze mit Silberionen direkt im Garn, die sich nicht auswaschen.



### TIEFER V-Ausschnitt

bleibt auch bei zwei geöffneten Hemdknöpfen unsichtbar.



### LANG geschnitten

am Rücken, damit das Hemd auch bei Bewegung in der Hose bleibt.



### UNSICHTBAR

keine Shirt-Ränder unter dem Hemd, Tattoos werden verdeckt.

# DAS DRUNTERHEMD.

EIN PRODUKT, SECHS FUNKTIONEN.

# mey

Visit us at [mey.com](http://mey.com)



in der Stadt oder zur Arbeit. Ich finde allerdings, dass man in Jeans zur Arbeit gehen kann, solange sie sauber und relativ elegant sind. Denim hat seine ursprüngliche rebellische Wirkung vollkommen verloren.“

#### 5. TRAGEN SIE EINE PASSENDE KRAWATTE

„Ich trage nur sehr selten Krawatten, aber wenn, dann in Kombination mit einem Hemd mit relativ kleinem französischem Kragen. Deswegen mache ich einen einfachen Knoten. Eine Krawatte sollte nicht zu lang sein – ich mag es, wenn mir die Spitze bis zum Hosengürtel reicht. Das breite Ende sollte zwei Zentimeter länger sein als das schmale Ende.“

#### 6. WÄHLEN SIE IHRE UHR MIT BEDACHT

„Uhren zählen zu den wenigen Accessoires, die Männern zur Verfügung stehen. Entsprechend wichtig ist es, hier keine Fehler zu machen. Ich habe viele Lieblingsuhren, aber mein Favorit ist eine schlanke Vintage-Uhr von Patek Philippe.“

#### 7. SIE TRAGEN DIE UNTERWÄSCHE, NICHT ANDERSHERUM

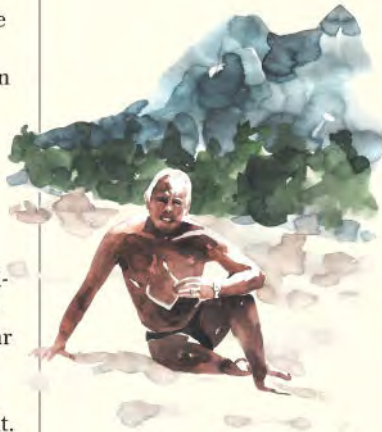
„Socken und Unterwäsche sollten jeden Tag gewechselt werden. Bunte Socken können sehr gut aussehen, aber Sie sollten darauf achten, dass der Look Ihrer Persönlichkeit entspricht. Man braucht eine starke Persönlichkeit, um bunte Socken tragen zu können.“

#### 8. TRAGEN SIE SO WENIG GEPÄCK WIE MÖGLICH

„Ich habe nur auf Reisen eine Tasche dabei und mag keine traditionellen Aktentaschen – sie sehen zu sehr nach Business aus. Mir ist es lieber, alles, was ich für die Arbeit brauche, im Kopf und den Rest in meinen Hosentaschen zu haben.“

#### 9. TRAGEN SIE AM STRAND BADESLIPS

„Ich trage beim Sonnenbaden gern Slips, aber wenn ich am Strand herumlaufe, ziehe ich



Shorts darüber. Meine ideale Urlaubsgarderobe besteht aus einfachen Teilen, die ich vor Ort auf den Märkten kaufe, sowie Shorts. Im Urlaub braucht man eine praktische Garderobe – bequem, leicht zu reinigen und bügelfrei.“

#### 10. FALLEN SIE NICHT AUF DIE LEINEN-LÜGE HEREIN

„Ich mag es nicht, im Sommer Leinen zu tragen. Leinen kühlt nicht, man schwitzt darin.“

#### 11. ZEIGEN SIE MIT IHRER OFFICE-KLEIDUNG RESPEKT

„In meinem Unternehmen erwarte ich von den Männern, die in Führungspositionen arbeiten, dass sie einen Anzug tragen. In kreativeren Bereichen, beispielsweise bei den Mitarbeitern meines Design-Teams, ist es in Ordnung, wenn sie auf einen Anzug verzichten. Aber ich mag es nicht, wenn sie zu grelle Farben anhaben oder ihr Stil zu extravagant ist, da mich das von der Arbeit an meinen Entwürfen ablenkt. Trägt ein Mitarbeiter ein Kleidungsstück einer anderen Marke mit einem großen Logo darauf, schicke ich ihn nach Hause, damit er sich umzieht, da ich das als wenig respektvoll empfinde.“

#### 12. STELLEN SIE EINEN FAHRER AN

„Ich mag Autos, aber ich bin nicht der prahlerische Typ, deswegen glaube ich, dass man

nicht zu viele besitzen sollte. Im Augenblick nutze ich einen Bentley, der sehr bequem ist, und lasse mich von einem Fahrer überall hinbringen.“

#### 13. SCHEUEN SIE SICH NICHT DAVOR, WÜRDEVOLL ZU ALTERN

„Ich finde nicht, dass Männer sich das Haar färben sollten. Man sollte es natürlich ergrauen lassen. Das spricht von Lebenserfahrung und sieht stets distinktiert und attraktiv aus. Was Haarimplantate betrifft: Ich kann verstehen, warum man sie ausprobieren möchte, hatte aber selbst niemals die Notwendigkeit. Herren-Make-up benutze ich manchmal bei meinen Shows für die Models, aber im Alltag finde ich es weniger erforderlich.“

#### 14. SETZEN SIE AUF DIE RICHTIGEN BASICS

„Das Teil, ohne das ich nicht leben kann? Easy: ein dunkelblauer Kaschmirkpullover.“


#### 15. STIL IST EINSTELLUNGSSACHE

„Kleidung kann hilfreich sein, aber sie sollte niemals Verkleidung, sondern stets ein Ausdruck von Charakter und Persönlichkeit des Menschen sein, der sie trägt.“

#### 16. BEWEISEN SIE GUTE MANIEREN

„Ich messe guten Manieren großes Gewicht bei. Und spannende Konversation betreiben zu können ist in jedem Fall eine ausgesprochen attraktive Eigenschaft.“

#### 17. LASSEN SIE SICH VON DER VERGANGENHEIT INSPIRIEREN

„Luchino Visconti hatte, als er jünger war, einige wunderschöne braune Anzüge. Ich fand Uniformen immer schon sehr elegant, die Art und Weise, wie sich Männer in der Vergangenheit kleideten. Man sieht das in Viscontis Film „Der Leopard“, der im Sizilien des 19. Jahrhunderts spielt.“ 

# Augenblicke

**Das Leben besteht nicht nur aus harter Arbeit, der Connaisseur genießt den Augenblick**



## DIE KEY-STYLES DER SAISON

- 1 Fielmann MI 019 Sun: Souverän und ultramodisch
- 2 Fielmann Q 071: Starke Retro-Codes
- 3 Fielmann AB 003 SUN: Men in Black reloaded
- 4 Fielmann BD 427: Klassisches Erfolgsmodell
- 5 Fielmann BD 431 Sun: Cooler Aviator-Style



**W**eit oben über den Dächern einer Stadt, irgendwo in einer Rooftop-Bar in Nizza, München oder Berlin. Die Sonne versinkt in einem spiegelglatten azurblauen Pool. Im Hintergrund Lounge Music, während der Bartender gerade den perfekten Drink kreiert. Die Zeit steht still. Kein Stress, kein Dresscode: Shorts, T-Shirt, Hemd, Sonnenbrille – fertig ist der Look. Die Brille ist dabei längst mehr als nur ein Accessoire, sie setzt ein Statement, schärft das Profil – und signalisiert letztendlich

auch das Maß an Fashion-Kompetenz. Genau deshalb empfiehlt sich hin und wieder ein kurzes Style-Update. Retro rules – so lautet das Motto dieses Sommers. Im Trend sind Panto- und Square-Formen mit extraschlanker Metall-Fassung oder ausdrucksstarkem Acetat-Rahmen. Wichtiges Detail ist der Doppelsteg. Auch die Pilotenbrille bleibt auf Erfolgskurs, allerdings als Remake. Das Gleiche gilt für die neuen Clubmaster-Styles, die uns unweigerlich an den einen oder anderen Filmhelden erinnern.

**Mehr Inspiration, News und Trends auf [fielmann.de/insight](https://fielmann.de/insight)**







*Diese Seite:*  
Die klassische Piloten-  
brille bekommt durch  
das dezente Skull-  
Detail einen rockig-  
individuellen Touch.  
Sonnenbrille,  
**Philipp Plein**, 200 €

*Linke Seite:*  
Ton in Ton bis zum  
Schuhband: Ob zu  
schlichten Outfits  
oder kombiniert  
im monochromen  
Look ganz in  
Blau, diese Derbys  
machen das Som-  
meroutfit komplett.  
Schuhe,  
**Boss**, 400 €

Schuhe, Brillen, Taschen: Zehn Essential-Accessoires  
bekommen diese Saison ein Style-Update





Diese Duffel Bag ist mit ihren blau-weißen Streifen und dem maritimen Style der perfekte Begleiter im Sommerurlaub.

Weekender,  
**Michael Kors**, 1900 €



Die Sneakers aus Lycra mit extraflexibler Gummisohle bleiben dem Future-Trend treu – und passen perfekt zur sandfarbenen Chino, kombiniert mit weißem Shirt.

Sneakers, **Dolce & Gabbana**, Preis auf Anfrage



Das Azetat-Gestell  
und die getönten  
Gläser sorgen für  
Retro-Flair.  
Sonnenbrille,  
**Gucci**, 370 €





Die perfekte Mischung aus futuristischer Sportlichkeit und Business-Look bietet dieser Rucksack von Givenchy. Der Mix aus Leder und Canvas, gepaart mit sportlichen Schnürungen und hellblauen Akzenten, lässt sich sowohl zu legeren als auch zu eleganten Business-Outfits stylen.

Rucksack,  
**Givenchy**, Preis  
auf Anfrage







Für alle, die den Sommerurlaub schon geplant haben, sind diese Prada-Sandalen das perfekte Go-to-Piece: Die Kombination aus Schwarz und Türkis beruhigt jedes noch so schrille Outfit – und verleiht eher schlichten Looks einen dezenten Farbakzent.

Sandalen,  
**Prada**, 550 €



Als legere Day Bag kommen in diesem Sommer Beuterrucksäcke wie dieser von Emporio Armani wieder. In angesagten Kupfertönen mit schwarzen Lederdetails verbindet er Sportlichkeit mit Eleganz.

Rucksack,  
**Emporio Armani,**  
750 €



Wer an den wärmeren Tagen gerne zur weißen Hose greift, kann im Sommer mit diesem weißen Gürtel das Ton-in-Ton-Outfit perfekt machen.

Gürtel, **Etro**,  
325 €



Zu Sommer-Looks in Pastellfarben passen diese Boots. Ganz in Weiß, aus Kalbsleder und Neopren, werden sie diese Saison auch gerne mit dicken Socken zur kurzen Hose kombiniert.

Boots,  
**Louis Vuitton**, 990 €



# WEAR IT AGAIN!

## *Iconic Looks, Teil 4: Der Trenchcoat.*

Von „Casablanca“ in die Fashion-Welt: Dieser Mantel ist Nostalgie pur – und außerdem ziemlich praktisch

### DIE GESCHICHTE

Übersetzt bedeutet Trenchcoat „Schützengraben-Mantel“ – ein Indiz für seinen Einsatz im Ersten Weltkrieg. Die Schulterklappen dienten beispielsweise dem britischen Militär zur Befestigung von Rucksäcken und Rangabzeichen. Mit der anschließenden Leinwandkarriere des Trenchcoats hatte sein Erfinder Thomas Burberry jedoch nicht gerechnet.

Heutzutage ist er nämlich vor allem bei Cineasten als ikonisches Filmrequisit in Hollywood-Klassikern bekannt – wie an Audrey Hepburn in „Frühstück bei Tiffany“, Peter Sellers in „Der rosarote Panther kehrt zurück“ und (unserem absoluten Liebling) Humphrey Bogart in „Casablanca“. Das Allwetter-Piece trug der Schauspieler bevorzugt über Anzügen und zu Hüten mit breiter Krempe – und trotzte so Sturm und Regen.

Von oben:  
**Bottega Veneta**,  
 3700 €,  
 über [mytheresa.com](https://mytheresa.com).  
**Sandro**, 445 €,  
**Burberry**, 1790 €,  
 über [farfetch.com](https://farfetch.com)



### SO TRAGEN WIR IHN JETZT

Der Schlüsselmoment für den Trenchcoat in „Casablanca“ ist natürlich die Flughafenszene am Ende des Films, die eindrücklich demonstrierte, was der beste Einsatzort für diesen Mantel ist: auf Reisen samt überraschenden Wetter-Umschwüngen. Der Trenchcoat ist der beste Begleiter, den ein Mann im Koffer haben kann. Die Gabardine nimmt wenig Platz und Gewicht in Anspruch, macht den Mantel aber wasserdicht und windfest.

Vor allem im Frühling und im Herbst eignet sich der Trenchcoat als Alternative zu dicken Wollmänteln im Business-Alltag – ohne Anzügen die Seriosität zu nehmen. Für den besten Casual-Look kombinieren Sie einfach dünne Strickpullover in gedeckten Tönen zu festen Bundfaltenhosen und Boots aus Leder. 

Foto: dpa Picture-Alliance

**GQ**Style

# MEN'S FASHION BIBLE

**GQStyle**

F·S 2020 #37

D 9,80 €  
A 9,80 €  
CH 16,90 SFR

**Cillian Murphy**  
DER STAR  
AUS  
PEAKY  
BLINDERS

Travis  
**Scott**  
x  
**Air Dior**  
Michael  
**Kors**  
Jil  
**Sander**  
Sterling  
**Ruby**

**THE NEW FREEDOM**

OHNE REGELN, OHNE GRENZEN:  
DIE LOOKS DES SOMMERS

4 195838 209803 01

**184 SEITEN  
AKTUELLE  
FASHION-TRENDS  
FÜR DEN MANN**

- + Fashion-Shoot & Interview mit Serien-Star Cillian Murphy
- + Die neue Sommer-Mode der Top-Designer
- + Großer Guide: So stylen Sie die Trends der Saison
- + Interviews mit Michael Kors, den Dsquared-Gründern und vielen mehr

**JETZT IM HANDEL!**





#### DIE UHR VON Q

Bond ist nicht der Einzige, der in „Keine Zeit zu sterben“ eine eigene Uhr bekommt. Die seines „Quartermasters“ ist allerdings nicht ganz so wertvoll. Swatch, ca. 200 Euro, *alle Infos unter [swatch.com](http://swatch.com).*

Die „Omega Seamaster Diver 007 Edition“ (ab 7600 Euro) hat als erste Bond-Uhr einen explizit militärischen Touch. Steht Ihnen, Commander!



# IT'S 0:07 O'CLOCK

So schön wie in „No Time to Die“ wurde die Zeit bislang in keinem Bond angezeigt. Dabei bricht die *neue Edition der „Omega Seamaster“* mit einigen Traditionen

TEXT MICHALIS PANTELOURIS

# ST3

## ELEGANT COMMUTING



### Effizienz und Eleganz für Business und Alltag.

Perfekt für den täglichen Gebrauch: Das ST3 ist ein aussergewöhnlich dynamisches S-Pedelec mit individualisierbarer Sitzposition und smarten Extras – für stilvolle, effiziente Mobilität im Berufsverkehr.

Jetzt Probe fahren bei Ihrem Stromer-Händler: [stromerbike.com](http://stromerbike.com)



M

MIT GANZ VIEL GUTEM WILLEN könnte man Superman zugestehen, dass er den Trend vorhergesehen hat, kurze Hosen über Lauf-Tights zu tragen, aber grundsätzlich sollten wir Stilinspirationen nicht von den fiktiven Helden unserer Jugendtage annehmen (ja, das gilt auch und besonders für Old Shatterhand). Mit einer Ausnahme natürlich. Der Name ist Bond. James Bond.

Es ist sicher nicht übertrieben zu sagen, dass es Pierce Brosnans Bond war, der die „Omega Seamaster Professional Diver“ (siehe rechts oben) im Jahr 1995 innerhalb von Augenblicken zu einer globalen Ikone und – praktisch im selben Moment – zu einem Klassiker gemacht hat. Die Uhr gibt es erst seit 1993, das ist nach Uhrenmaßstäben kurz, selbst Swatch-Uhren existieren schon zehn Jahre länger, aber ihre eigentümliche Form mit der gewellten Lünette gehört längst zu jenen legendären Designs, die nur mit einer einzigen Uhr verbunden sind. Und dabei gelingt ihr das Kunststück, mit den gravierten Wellen auf dem Zifferblatt (bei der klassischen Version) und den skelettierten, schwertförmigen Zeigern gleich noch mal zwei heiß diskutierte – um nicht zu sagen umstrittene – Eigenarten aufzufahren. Eine langweilige Uhr ist das nicht einmal, wenn kein Geheimagent sie trägt.

Und dann kommt Bond dazu, in diesem Fall Daniel Craig, der offenbar einigen Input für das aktuelle Modell geliefert hat, zuvorderst das Material: Das „Keine Zeit zu sterben“-Modell (Originaltitel: „No Time to Die“) ist aus gehärtetem Titan und deshalb deutlich leichter als Edelstahl- oder gar Gold-Versionen, was die Uhr extrem angenehm zu tragen macht. Craig fand, für einen Soldaten wie Bond wäre eine leichte Uhr wichtig, was zumindest ein Gedanke ist. Auch wenn Craig in seinen Filmen mit der schweren, riesigen „Seamaster Planet Ocean“ am Handgelenk ebenfalls wenig Probleme hatte, seinen Arm zu heben, und Ian Fleming seine Erfindung James Bond in einem Buch mal eine Rolex als Schlagring einsetzen ließ (was eine Sünde ist übrigens). Egal, Bond ist ursprünglich Soldat im Nachrichtendienst der Marine im Rang eines „Commanders“ – in Deutschland heißt der Rang Fregattenkapitän –, und die Uhr sieht militärisch aus, begonnen bei den wunderschönen Farben aus dem Flecktarnspektrum über die nachgemachten Versorgungsnummern der Royal Navy auf der Gehäuserückseite bis hin zum Milanaise-Armband, das die 1000 Euro Aufpreis mehr als wert ist.

Die „Seamaster 007 Edition“ (siehe links, ab 7600 Euro) ist die schönste, die aktuell auf dem Markt ist. Obwohl sie gleich zwei der Features weglässt, die das einfachste „Seamaster“-Modell zu einem der besten Deals überhaupt machen, nämlich das aufwendig lasergefräste Wellenmuster im Zifferblatt (Omega braucht allein für diesen Schritt pro Uhr 18 Minuten) und die Keramiklünette, die immer noch wie neu glänzen wird, wenn die Uhr längst am Arm eines Enkels hängt. Die Lünette der „007 Edition“ ist aus Aluminium und wird Patina annehmen, was die Uhr aller Voraussicht nach aber nur noch schöner machen wird. Sie ist ja von Natur aus auf alt getrimmt, aber sie wird auch alt werden, denn das verbaute Werk – ein Kaliber 8806 – wird wahrscheinlich auch mit 70 nicht in Rente gehen, und das dank der reibungsarmen Co-Axial-Hemmung sogar ohne viel Wartungsaufwand.

Das Gehäuse ist übrigens nicht exakt das der klassischen „Seamaster Diver“ (das selbst im vergangenen Jahr erst komplett neu aufgelegt wurde und dabei einen Zentimeter gewachsen ist), sondern einen Hauch flacher, was den Tragekomfort noch einmal ein bisschen erhöht, mit einem höher gewölbten Saphirglas. Für eine Uhr dieser Größe ist sie am Handgelenk fast nicht zu spüren. Ansehen muss man sie natürlich die ganze Zeit, weil sie so auffallend schön ist. Hatten wir schon erwähnt. Für Geheimagenten die schlechtestmögliche Lösung also – aber sie ist es wert. ☞

## MANCHE VON BONDS SEAMASTERS EXPLODIEREN. DIESE ZEIGEN DIE UHRZEIT

### DIE IKONE

Klassiker mit den Wellen auf dem blauen Zifferblatt, 42 Millimeter Durchmesser, Keramiklünette, Manufakturkaliber und Heliumventil (das wohl nie jemand brauchen wird) am Stahlband, Preis: 4800 Euro.



### COMMANDER'S WATCH

Eine limitierte Spezialität (7007 Stück) von 2017 in sanfter Farbgebung in Anlehnung an Bonds Royal-Navy-Vergangenheit, im alten Gehäuse mit 41 Millimeter Durchmesser am Nato-Band für 4700 Euro.



### 50 JAHRE LAZENBY

„Im Geheimdienst Ihrer Majestät“, der einzige Lazenby-Bond, war sträflich unterschätzt. Sein Jubiläum feiert Omega mit einer liebevollen limitierten Edition. Stahl- und Golduhr im Set für 39400 Euro.



# GQ GENTLEMAN 2020 JETZT BEWERBEN!

WERDEN SIE EIN JAHR LANG GQ MARKENBOTSCHAFTER,  
NEHMEN SIE AN EXKLUSIVEN EVENTS TEIL UND  
GEWINNEN SIE HOCHWERTIGE PREISE! WEITER INFOS  
UNTER [GQ.DE/GENTLEMAN2020](https://www.gq.de/gentleman2020)

Fotos: Tobias Volkmann, Location: Casino Baden Baden

## MITMACHEN UND GEWINNEN!

Fitnessstudio oder einen Tag an der frischen Luft? GANT hat für alle Gentleman-Bedürfnisse die perfekte Begleitertasche! Diese Tasche ist eine Hommage an die US-Ostküste mit ihren Patch Details und der GANT-Stickerei.



GANT verlost unter allen Bewerbern eine hochwertige „Varsity Bag“ im Wert von 360 €

### OFFIZIELLE PARTNER

CASINO  
BADEN-BADEN

HanseMerkur

GANT

SKECHERS

HUAWEI

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON

ROOMERS



# WELCOME TO THE JUNGLE!

Diesen Frühling tragen wir *Field Jacket* – ob klassisch im Workwear-Style oder in der Upgrade-Version fürs Office. Die besten Pieces

REDAKTION SHARINA LICHTL

Sie ist der perfekte Mix aus modischer Raffinesse und praktischer Workwear: Die Field Jacket, die in Mailand, Paris und London die Laufstege dominierte – von den karamellfarbenen Ledermodellen, die bei Fendi gezeigt wurden, bis zu den funktionaleren Canvas-Jacken bei Louis Vuitton. Die Jacke, die in diesem Frühjahr wieder hoch im Kurs steht, machten einst die Abenteurer der 1930er-Jahre populär, in den 60ern wurde sie von Yves Saint Laurent und in den 70ern von Roger Moores James Bond wiederbelebt. 2020 kombinieren wir die Field Jacket zu Denim oder Chinos und Boots für den Workwear-Look. Und fürs Office: Zum blauen Anzug passt am besten eine Navy-Feldjacke aus Nylon.

Von links nach rechts:  
Jacke, 2560 €. Hemd, 720 €. Hose, 1055 €. Tuch, 140 €, alles **Prada**.  
Jacke, 2400 €. Hemd, 350 €. Hose, 420 €. Sonnenbrille, 330 €, alles **Tod's**. Jacke, 3960 €. Tasche, 3130 €, alles **Louis Vuitton**





### BELSTAFF

Belstaff produzierte 1948 erstmals die „Trialmaster“-Field-Jacket, die die Motorradfahrer des Scottish Six Days Trial vor schlechtem Wetter schützen sollte. Sie besteht aus gewachster Baumwolle mit Stehkragen und kariertem Innenfutter. 500€



### FEAR OF GOD

Gesteppte M65-Feldjacke aus Baumwoll-Twill. Während das ursprüngliche Design traditionell ungefütert ist, verfügt dieses Modell über ein gestepptes Innenfutter. Falls es mal windig wird: Im Kragen befindet sich eine Kapuze.

*Über [matchesfashion.com](https://matchesfashion.com), 1480€*



### SCHOTT

In den 1940er-Jahren konzentrierte sich Schott auf die Produktion von Soldatenuniformen – diese Silhouette wurde erstmals 1938 aufgelegt. Charakteristisch sind das wärmende Lammfell sowie die markanten aufgesetzten Taschen.

*Über [matchesfashion.com](https://matchesfashion.com), 1290€*



### BERLUTI

Designer Kris Van Assche verleiht der Marine-Feldjacke mit der schräg positionierten Brusttasche eine spielerische Note. Die Jacke wird in Italien aus Baumwoll-Gabardine hergestellt, die an den Manschetten und an der Knopfleiste mit schwarzem Kalbsleder akzentuiert ist. 2770€



# 01

## DIE BOXERSHORTS

Die perfekte Unterhose für Retro-Fans sind Boxershorts. Die lockeren Shorts liegen nur leicht an und eignen sich daher besonders gut für den Sommer – oder unter groben Jeans, die beim Laufen an den Beinen scheuern können. Der Klassiker ist kariert, aus Baumwolle und hat eine Knopfleiste – erlaubt ist aber eigentlich alles, was gefällt. Nur Finger weg von Satin oder Comic-Print. Das dürfen nur Teenager.



Boxershorts,  
Huber, 19 €



Tanktop,  
Mey, 19 €

# 02

## DAS TANKTOP

Wenn Sie ein Hemd oder T-Shirt nur ein paar Stunden anhaben, spricht nichts dagegen, es ein zweites Mal anzuziehen – sofern Sie nicht an der Schicht darunter sparen. Auch Männer mit starker Brustbehaarung oder dunkleren Brustwarzen kennen das Leid, wenn mehr durch das weiße Hemd scheint als gewünscht. Damit die Träger des Tanktops nicht durchschimmern: Wählen Sie Modelle mit breiten Trägern, die unter der Ärmelnaht des Hemdes enden.



# 03

## DIE SHORTS

Diese Unterwäsche sollte vor allem im Business-Alltag an der Tagesordnung stehen. Eng anliegende Trunks halten alles dort, wo es hingehört – sind aber gleichzeitig sehr flexibel und erlauben komplette Bewegungsfreiheit. Auch sind sie die beste Wahl zum Anzug, da sie sich an den Körper anpassen und nicht zu stark unter Hosen abzeichnen. Schwarz ist beliebt, wer aber gerne helle Anzüge trägt, sollte zu Modellen in Weiß greifen.



# STYLE-CHECK DOWN UNDER

Der *Unterwäsche-Guide*: Mit diesen Basics machen Sie auch beim Ausziehen eine gute Figur



„Drunterhemd“,  
Mey, 34 €

←  
**04**

## DAS DRUNTERHEMD

Der Geheimtipp der GQ-Redaktion: Wenn Sie ein Unterhemd für jeden Anzug, jedes Hemd und jeden Anlass brauchen, sollten Sie in ein hochwertiges hautfarbenes T-Shirt investieren. Das kann nämlich nicht nur Behaarung und Tattoos unsichtbar machen, sondern hilft Ihnen auch, Schweißflecken zu vermeiden – und bleibt dabei immer unsichtbar. Einzige Regel: Öffnen Sie Ihr Hemd niemals so weit, dass das Shirt herausragt.

**05**

## DER SLIP

Ein absolutes Underwear-Keypiece, das in der Vergangenheit etwas in Verruf geraten ist – zu Unrecht. Besonders bei sehr trainierten Oberschenkeln ist der Slip, bezogen auf Komfort und Optik, die beste Unterwäsche, die ein Mann tragen kann. Wichtig: Verliert er an Form oder verfärbt er sich nach vielen Waschgängen, wird er aussortiert. Das gilt übrigens für jede Art von Unterwäsche. ∞



Shorts (2er-Pack),  
Sloggi, 32 €



Slip,  
CK One, 19 €



**DIE GRÖSSTE  
GESCHICHTE ALLER ZEITEN.  
DAS MUSIK-LIVE-EVENT.**



**DIE PASSION**

OSTERN BEI **RTL**

# COACH

CARE  
LIFE  
TECH  
04.2020

## WHISKY 2020

*Japanische Sorten sind gefragt wie nie, hochwertige Bourbons erobern die Top-Bars – und limitierte Sonderabfüllungen aus Schottland werden zum Spekulationsobjekt: Das sind die Whisky-Trends des Jahres*

TEXT — MATHIAS OTTMANN FOTO — TRAVIS RATHBONE







1 Whisky wird in Japan erst seit knapp 100 Jahren hergestellt. Hier im Bild ist die Ur-Besetzung der Yamazaki-Brennerei zu sehen – der ältesten Destillerie des Landes

TREND 1

# JAPANISCHER WHISKY

DIE GESCHICHTE DES japanischen Whiskys ist noch nicht einmal 100 Jahre alt. Masataka Taketsuru reiste 1918 nach Schottland, um dort zu studieren und alles über die Kunst der Whisky-Destillation zu lernen. Er kehrte Anfang der 1920er-Jahre zurück und wurde zum Brennmeister der Yamazaki-Destillerie – der ersten japanischen Whisky-Brennerei.

Deren Gründer, Shinjiro Torii, setzte darauf, dass es in Japan beste Zutaten für Whisky gab – vor allem reines Quellwasser, das auch dem heimischen Sake zu höchster Qualität verhalf. Taketsuru schuf einen Whisky nach schottischem Vorbild – der bei der Kundschaft in Japan aber komplett durchfiel. Die kräftige Torfnote, die der Brennmeister dem Whisky verliehen hatte, war einfach zu intensiv für japanische Gaumen. Weil Whisky bekanntermaßen mehrere Jahre in Fässern gelagert werden muss, ehe er in den

## DAS ZEICHNET JAPANISCHEN WHISKY AUS

- × Meistens eher mildes Aroma, ungetorft, Rauchnoten sind die absolute Ausnahme
- × Handwerklich von enormer Qualität, mit den besten Zutaten
- × Kann – wie in Japan üblich – mit Soda verdünnt als Highball getrunken werden oder auch pur

Verkauf gelangt, war damit die Produktion mehrerer Jahrgänge praktisch wertlos. Taketsuru ging einen neuen Weg: feine, zurückhaltende Noten im Whisky, mild, keinerlei Raucharoma – und traf damit genau ins Schwarze. Zwar sollte es noch etwas dauern, bis sich das neuartige Getränk in Japan endgültig durchgesetzt hatte, aber mit jedem Jahrgang wurde die Nachfrage größer.

Heute ist japanischer Whisky auch bei uns mehr als nur ein Geheimtipp: „Seit 2014 merken wir einen deutlichen Anstieg im Absatz“, sagt Daniel Schöll, Brand Ambassador von Beam Suntory – der Firma, die bis heute die Yamazaki-Destillerie betreibt. Die Nachfrage ist sogar so stark gewachsen, dass Beam Suntory einzelne Reihen vorübergehend aus dem Sortiment genommen hat, weil sie nicht in ausreichender Menge produziert werden konnten. Die Produktion einfach zu erhöhen hätte Qualitätseinbußen bedeuten können – undenkbar für die japanische Firma.

Qualität statt Masse ist genau das, was Kenner des japanischen Whiskys zu schätzen wissen. Hier wird aus jeder Whisky-Sorte das Maximum herausgeholt. Denn in Japan trinkt man Whisky in erster Linie in Highballs, also im Verhältnis von 1:3 oder sogar 1:4 mit Soda verdünnt. „Natürlich spielt das bei unserem Whisky eine Rolle“, sagt Schöll. „Sie alle werden so produziert, dass sie mit Wasser gestreckt genauso funktionieren wie pur.“ Das Aroma muss intensiv sein und gleichzeitig nicht zu überladen. Eine hohe Kunst, an der sie bei Beam Suntory schon seit Jahren feilen. Und die man inzwischen weltweit genießt.



## VIER JAPANISCHE WHISKYS, DIE SIE PROBIERT HABEN SOLLTEN

### 1 Nikka from the Barrel

Schon jetzt ein Klassiker. Fantastisch ausgewogener Blend mit intensiven Vanille- und Eichennoten. Ca. 35€

### 2 Enso

Der Neuling aus Japan. Er schmeckt jung und roh, mit Noten von Honig und getrockneten Früchten. Ca. 40€

### 3 Hibiki

Blended Whisky aus der ältesten Destillerie Japans. Hoher Anteil an Grain Whisky, dadurch mit einer intensiven Süße, feinen Zitrusnoten und einem langen Abgang. Ca. 75€

### 4 Yamazaki 12 Years

Die moderne Version des ältesten japanischen Whiskys ist der Vorzeige-Whisky, um zu erschmecken, was in diesem Land alles möglich ist. Elegant, opulent, charmant – eine absolute Wucht. Ca. 140€



In japanischen Destillieren wird besonders viel Wert auf die Qualitätskontrolle gelegt



## TREND 2

Qualitativ hochwertiger Bourbon – wie er hier bei der Woodford-Destillerie hergestellt wird – ist bei Barkepern hoch im Kurs

# HIGH-END BOURBON

## VIER BOURBONS, DIE SIE PROBIERT HABEN SOLLTEN



### 1 Maker's Mark 46

Dieser Whiskey wird in Fässern mit geblähten Stäben aus französischer Eiche nachgereift. Das bringt ihm eine fantastische Tiefe und Süße. Ca. 40€

### 2 Booker's Bourbon

Die edle Variante aus dem Hause Beam Suntory. Premium-Auswahl der besten Fässer, im Jim-Beam-Lagerhaus in Fassstärke abgefüllt. So rund, dass man ihm die über 60 Prozent Alkohol gar nicht anmerkt. Ca. 65€

### 3 Jack Daniel's Single Barrel Select

Die Edel-Variante des berühmtesten Bourbons. Hierfür werden die vom Master Distiller als besonders gut befundenen Fässer direkt abgefüllt. Jedes Fass hat dabei seinen ganz eigenen Geschmack. Ca. 32€

### 4 Woodford Reserve Straight Bourbon

Einer der wenigen Bourbons, die in Pot Stills gebrannt werden – dem System, das hauptsächlich bei schottischem Whisky verwendet wird. Ein intensives Karamell mit einer angenehmen Süße. Ca. 32€

Ein Trend, der direkt aus den Bars in die Wohnzimmer schwappt: Während viele vermeintliche Whisky-Kenner über amerikanischen Whiskey gerne die Nase rümpfen, ist er bei Bartendern derzeit extrem angesagt. Immer mehr Bars wie das „Reingold“ in Berlin, die „Pusser's“-Bar in München oder die „Rote Bar“ in Frankfurt sehen sich in der Tradition der Speakeasies, der sogenannten „Flüsterkneipen“.

Zu Zeiten der Prohibition in den USA nannte man so die illegalen Geheimbars, in denen – trotz des strengen Verbots – Alkohol ausgeschenkt wurde. Der Name spielte zum einen darauf an, dass man sich in diesen Bars möglichst leise unterhalten sollte, damit Passanten nicht aufmerksam wurden. Zum anderen waren sie von der Straße aus nicht als Bars zu erkennen, und man hatte von ihnen nur unter der Hand erfahren – es wurde einem also praktisch zugeflüstert, wo sie sich befanden. Ende der 1920er-Jahre soll es allein in New York City 30000 Speakeasies gegeben haben, die meisten unter Kontrolle der Mafia.

Weil diese Bars meist sehr klein waren und kaum Lagerraum besaßen, wurde hier vor allem starker Alkohol ausgeschenkt. Für Bier und Wein in ausreichend großen Mengen war schlicht kein Platz. So kam es, dass nach Schätzung von Historikern in New York oder Chicago während der Zeit der Prohibition vermutlich doppelt so viel starker Alkohol konsumiert wurde wie in den Jahrzehnten davor und danach.

Besonders populär waren in diesen Bars Cocktails, die auf alkoholischen Getränken aufbauten, die entweder relativ leicht selbst herzustellen waren – wie Gin – oder die über das organisierte Verbrechen in großen Mengen in die Stadt geschafft wurden, wie Bourbon oder Rye Whiskey aus Kentucky und Tennessee. Dazu noch eine oder zwei Zutaten, um den Geschmack angenehmer zu



gestalten, fertig war der perfekte Drink für ein Speakeasy. Auch heute noch populäre Beispiele: der Old Fashioned, der Mint Julep oder der Whiskey Sour.

Heute sind diese Drinks Standards auf vielen Cocktail-Karten und ein guter Gradmesser für das handwerkliche Können des Barkeepers: Wer es schafft, aus Whiskey, Zucker oder Zuckersirup, ein paar Spritzern Bitters und einem Stück Orangenschale einen perfekten Old Fashioned zu zaubern, der weiß, was er tut.

Aber nicht nur das Handwerk ist dabei wichtig, sondern auch die Qualität des Bourbons oder Rye. Während zur Prohibitionszeit eine Menge minderwertiger Fusel in den Gläsern landete, suchen Barkeeper heute nach den Whiskeys, die ihre Cocktails in das perfekte Licht rücken. Mit einem normalen Jack Daniel's ist es da nicht getan, es sollte schon mindestens die Edel-Variante „Single Barrel Select“ sein. Wenn der Bourbon in einem Drink so prominent ist, muss er auch etwas Besonderes sein – weshalb inzwischen fast alle größeren Produzenten mindestens eine Sonder-Edition im Programm haben, die über das normale Niveau weit hinausgeht.

Über 90 Prozent des in den USA hergestellten Bourbons stammt aus einer Handvoll Destillerien in Kentucky, darunter Jim Beam und Jack Daniel's. Daneben gibt es mittlerweile über 600 Mikro-Destillerien, in denen in kleinen Mengen große Qualität abgefüllt wird. Barkeeper müssen hier zu regelrechten Trüffelschweinen werden, wenn sie die besonderen Perlen in diesem Whiskey-Meer entdecken wollen.

Für Privatpersonen lohnt sich zum Einstieg in die große, weite Welt des Bourbons ein Blick in die Sonder-Editionen der großen Abfüller – um herauszufinden, welche Bandbreite moderner Bourbon bieten kann. Und das Besondere: Auch herausragend gute Flaschen kosten nur einen Bruchteil dessen, was man für die Sonderabfüllung eines edlen Single Malts auf den Tisch legen muss. Probieren Sie es doch einfach mal aus. Sie werden sehen: Es lohnt sich.



## DREI SPEAKEASY-KLASSIKER

### ↑ Mint Julep

↑ Vier frische Minzweige mit einem Teelöffel Puderzucker und zwei Teelöffeln Wasser zerstoßen. Glas mit Crushed Ice auffüllen, 6 cl Bourbon dazugeben, gut verrühren und mit einem weiteren Minzweig garnieren.

### ↑ Old Fashioned

↑ 6 cl Bourbon oder Rye Whiskey mit 1 cl Zuckersirup und 3 Dashes Angostura Bitter so lange mit Eiswürfeln verrühren, bis ein guter Teil des Ei-

ses geschmolzen ist. Ein Stück Orangenschale über dem Drink knicken und begeben.

### Whiskey Sour →

5 cl Bourbon, 3 cl Zitronensaft, 1,5 cl Zuckersirup und etwas Eiweiß in einen Shaker geben. Zunächst ohne Eis kräftig shaken, dann Eiswürfel dazugeben und noch einmal ordentlich durchmischen. In ein gekühltes Glas abseihen.



TREND 3

1



Die Whisky-Sonderabfüllungen der Destillerien von Ardbeg (ganz oben) und Glenmorangie sind bei Sammlern beliebt.



# RARITÄTEN AUS SCHOTTLAND

## DREI SONDER- ABFÜLLUNGEN, BEI DENEN SICH EINE INVESTITION LOHNEN KÖNNTE



### 1 Ardbeg Traigh Bhan, 19 Jahre

Sonderabfüllung des Klassikers von der Insel Islay. Jede Flasche ist mit einem Code versehen, dem man das Abfülldatum des jüngsten verwendeten Whiskys entnehmen kann. War schnell vergriffen, ist aber noch in einigen Fachgeschäften aufzutreiben.

Ca. 200€

### 2 Mortlach, 26 Jahre

Gereift in Pedro-Ximénez- und Oloroso-Fässern. Dichte Struktur, hohe Komplexität, auf 3883 Flaschen limitiert.

Ca. 1800€

### 3 Glenmorangie Grand Vintage Malt 1991

Streng limitierte Sonderabfüllung der traditionsreichen Highland-Destillerie. Aktuell noch normal erhältlich, die Vorräte sind aber überschaubar.

Ca. 670€

ken, die meisten werden sorgfältig verstaut und in einigen Jahren – oder Jahrzehnten – wieder in Umlauf gebracht.

Hat der Brexit etwas mit der gestiegenen Nachfrage zu tun? Vielleicht. Denn hört man sich in Sammlerkreisen etwas um, taucht tatsächlich hier und da die Sorge auf, durch den Brexit könnten die Preise für Whisky deutlich steigen. Manche Sammler investieren lieber jetzt noch Geld, solange keine Zölle oder Sonderabgaben anfallen. Denn je günstiger der Kauf, desto größer die potenzielle Rendite.

Tatsächlich ist es aber noch völlig unklar, wie sich der Brexit auf die Whisky-Preise auswirken wird. Bis Ende des Jahres 2020 haben die EU und Großbritannien eine Übergangszeit verabredet, in der sich in den Handelsbedingungen praktisch nichts ändert. Die Hoffnung ist, dass man sich bis Dezember auf eine Neuregelung im Binnenhandel geeinigt hat, durch die sich allzu hohe Zölle verhindern lassen. Ob das gelingt, ist derzeit nicht absehbar – bei den Brexit-Verhandlungen hat man gesehen, wie sehr sich solche Absprachen hinziehen können. Es kann auch passieren, dass die Übergangszeit noch einmal verlängert wird, wenn man sich nicht rechtzeitig einig wird.

Für die Fans von schottischem Whisky sind das gleichzeitig gute und schlechte Nachrichten. Denn zum einen kann es sein, dass sich gar nichts ändert und die Preise damit weiterhin stabil bleiben. Zum anderen ist es aber auch möglich, dass 2021 dann doch Zollgebühren anfallen – was zu einer deutlichen Preissteigerung führen könnte. Wir müssen uns wohl einfach überraschen lassen. **GO**

LIEGT ES VIELLEICHT AM BREXIT? Der Run auf Sonderabfüllungen schottischen Whiskys ist aktuell so groß wie selten zuvor. Whisky gilt schon länger als vielversprechende Wertanlage, Wertsteigerungen von 30 oder 40 Prozent in zehn bis 20 Jahren sind keine Seltenheit. Aber so groß wie derzeit war die Nachfrage nach den seltenen – und teilweise sehr teuren – Sonderabfüllungen renommierter Destillereien noch nie.

Der Spirituosen-Riese Diageo, der allein 28 Destillereien in Schottland im Portfolio hat, bringt jedes Jahr eine Reihe mit „Special Releases“ heraus, die aus Sonderabfüllungen aktiver und bereits seit Jahren geschlossener Destillereien besteht. Darunter sind immer wieder ganz besonders seltene Editionen, wie 2019 zum Beispiel ein 26 Jahre alter Mortlach zum Flaschenpreis von etwa 1800 Euro.

„In diesem Jahr waren die fast alle sofort vergriffen“, sagt Thomas Plaue, bei Diageo Brand Ambassador für die schottischen Whiskys. Besonders beliebt sind dabei Flaschen, von denen weltweit weniger als 5000 Stück in Umlauf gebracht werden – beim angesprochenen Mortlach sind es genau 3883. Viele Sammler sehen bei ihnen das Potenzial zu einer enormen Wertsteigerung. Vermutlich wird nur ein Bruchteil der Flaschen tatsächlich gegrün-





# STYLE TRAVELER

VON CLARK PARKIN

## Die besten Restaurants und Bars in London

MEINE ÜBER DIE Jahre perfektionierte Routine für Londonreisen sah so aus: in Heathrow ankommen, Expresszug nach Paddington und dann gleich in die Bar des „Chiltern Firehouse“-Hotels um die Ecke, weil gefühlt sowieso die ganze Welt der wichtigen, glamourösen und coolen Menschen dieses Planeten hier durch die Tür kommt, während man an exzellenten Cocktails nippt.

Bislang gab es keinen Grund, davon abzurücken. Dass ich es diesmal doch tat, verdanke ich Harry Handelsman, Besitzer des „Chiltern Firehouse“ und einer der visionärsten Projektentwickler der Stadt. Als Harry mir von seinem neuen Hotel in Stratford erzählte, war ich neugierig. Stratford ist der boomende Stadtteil, der sich auf dem Gelände des Queen Elizabeth Olympic Park entwickelt hat. Das Viertel ist mit der besten Infrastruktur und dem schnellsten Breitband-Internet Londons ausgestattet und besonders bei Start-ups beliebt – und perfekt an den unstressigen London City Airport angebunden. Harrys 42-Stockwerke-Hotel „The Stratford“ wurde von SOM, dem Architekturbüro hinter dem One World Trade Center und dem Burj Khalifa, geplant. In diesem coolen Scandi-Mix aus dunklen Hölzern und Grau- und Schlammtönen fühlte ich mich



Unser Autor berichtet über die interessantesten Restaurant-Entdeckungen

sofort heimisch. Empfehlenswert ist die „Mezzanine“-Cocktail-Bar im ersten Stock. Eine echte Überraschung war jedoch das Restaurant „Allegra“, in dem Patrick Powell, vormals Chef im „Chiltern Firehouse“, eine präzise und moderne, aber auf klassisch und *yumminess* getrimmte Küche mit Bioprodukten von der eigenen Farm außerhalb Londons kocht – etwa einen exzellent gegarten Kabeljau, der mit weißen Rübchen, Frühlingszwiebeln und einem Koriander-Kamillensud serviert wird. Oder – zum Teilen für den ganzen Tisch – ein 800-g-Rib-Eye mit Zwiebel-Tartar und geräucherter Ochsenmark-Soße und eine exzellente Ente im Wacholderstrauch-Heu mit gerösteten Haselnüssen, Rhabarber und im Salzteig gebackenem Sellerie.

Die Location in East London eignet sich auch hervorragend, um die angesagten Viertel von Dalston und Shoreditch zu erkunden. Das

„Brat“ mit seinem über offenem Feuer gegrillten Heilbutt gehört mittlerweile zu meinen bevorzugten Adressen in London, ein paar Häuser weiter hat sich Nuno Mendes, Headchef des „Chiltern“, mit dem „Mãos“ in der Blue Mountain School, zu der auch der Hostem-Concept-Store gehört, einen exklusiven Dining Room geschaffen, an dem er an einem *communal table* eine von seinen portugiesischen Wurzeln inspirierte, minimalistische Produktküche serviert. Die Einrichtung ist ein schönes Beispiel für den in London sehr angesagten Trend *rough luxury*. Der beste Shop dafür ist der The New Craftsman um die Ecke des Selfridges-Department-Store.

Endlich hatte ich auch die Gelegenheit, im „Ikoyi“ zu essen, dem ersten nigerianisch inspirierten Restaurant mit einem Michelinstern, das praktischerweise gegenüber meines bevorzugten Fashion-Stores Dover Street Market liegt. Die gegrillte Kochbanane mit Himbeerpuder und einer fruchtigen Soße aus Scotch-Bonnet-Chilis verbindet westafrikanische Spezialitäten mit englischen Produkten. Neues gibt es auch aus dem Hotel „Claridge's“, in dem Chef Daniel Humm aus dem „Eleven Madison Park“ in New York das „Davies and Brook“ eröffnet hat. *Signature dish* ist hier der in der Schweinsblase gegarte, getrüffelte Sellerie, den er schon in New York auf der Karte hatte. Seine Luxusversion des KFC-Chicken entwickelt sich sicher zum Renner. Besonders ans Herz legen würde ich London-Besuchern meine aktuellen Lieblingsbars: Im „ECC Chinatown“ gibt es in Speakeasy-Atmosphäre hervorragende experimentelle Cocktails und im „XU Teahouse“ kann man neben taiwanesischen Interpretationen von Klassikern wie dem mit Pu-Erh-Tee aromatisierten „Kaogroni“ auch köstliche Dim-Sum in genialen Art-déco-Interieur genießen. ☺

### ESSEN



**Allegra (1)**  
20 International Way  
Stratford  
London E20 1FD  
Tel.: +44 20 3973 0545  
[allegra-restaurant.com](http://allegra-restaurant.com)

**Ikoyi (2)**  
1 St James's Market  
St. James's  
London SW1Y 4AH  
Tel.: +44 20 3583 4660  
[ikoyilondon.com](http://ikoyilondon.com)

**Brat**  
4 Redchurch St  
Shoreditch  
London E1 6JL  
Tel.: kein Telefon  
[bratrestaurant.com](http://bratrestaurant.com)

**Mãos**  
41 Redchurch St  
Shoreditch  
London E2 7DJ  
Tel.: +44 20 7739 9733  
[bluemountain.school](http://bluemountain.school)

**Davies and Brook (3)**  
Brook Street  
Mayfair  
London W1K 4HR  
Tel.: +44 20 7107 8848  
[claridges.co.uk](http://claridges.co.uk)



## TRINKEN



**Chiltern Firehouse (4)**  
1 Chiltern Street  
Marylebone  
London W1U 7PA  
Tel.: +44 20 7073 7676  
[chilternfirehouse.com](http://chilternfirehouse.com)

**ECC Chinatown**  
13a Gerrard Street  
West End  
London W1D 5PS  
Tel.: +44 20 7434 3559  
[chinatownecc.com](http://chinatownecc.com)

**XU Teahouse**  
30 Rupert Street  
West End  
London W1D 6DL  
Tel.: +44 20 3319 8147  
[xulondon.com](http://xulondon.com)



## SCHLAFEN

## TO DO



**The Stratford Hotel & Mezzanine Bar (5)**  
20 International Way  
London E20 1FD  
Tel.: +44 20 3961 3333  
[thestratford.com](http://thestratford.com)



**Hostem**  
28 Old Nichol Sreet  
Shoreditch  
London E2 7HR  
Tel.: +44 20 7729 4098  
[bluemountain.school](http://bluemountain.school)

**Dover Street Market**  
18-22 Haymarket  
West End  
London SW1Y 4DG  
Tel.: +44 20 7518 0680  
[doverstreetmarket.com](http://doverstreetmarket.com)

**The New Craftsmen**  
34 North Row  
Mayfair  
London W1K 6DG  
Tel.: +44 20 7148 3190  
[thenewcraftsmen.com](http://thenewcraftsmen.com)



# DER KÜCHENCHIEF

VON PETER PRASCHL



## FOCACCIA MIT PANCETTA

### ZUTATEN

- × 100 g Pancetta
- × 1¼ TL Trockenhefe
- × 300 ml lauwarmes Wasser
- × 375 g Mehl
- × 1¼ TL Salz
- × eine kleine Prise Zucker
- × ein Ei, verquirlt
- × Olivenöl

### ZUBEREITUNG

Pancetta in kleine Stücke schneiden und sehr fein hacken. Hefe mit 4 EL lauwarmem Wasser verrühren. Wenn sie sich aufgelöst hat, mit ungefähr einem Drittel des Mehls, knapp der Hälfte des restlichen lauwarmen Wassers sowie Salz und Zucker zum Speck geben und vermischen. Nach und nach das verbliebene Mehl und Wasser dazugeben, kneten, bis sich aus dem Teig eine Kugel formen lässt. Eine große Schüssel mit etwa 1 EL Olivenöl befetten. Teig in die Schüssel

legen, mit Klarsichtfolie bedecken, für mindestens 3 Stunden an einem warmen Platz aufgehen lassen. Ofen auf 200 Grad vorheizen. Ein Backblech mit Öl bepinseln. Teig in die Mitte setzen und behutsam auseinanderdrücken, bis er das ganze Blech bedeckt. Teig mit Klarsichtfolie abdecken und noch mindestens eine halbe Stunde an einem warmen Platz etwas weiter aufgehen lassen. Mit einem scharfen Küchenmesser ein Rautenmuster in den Teig schneiden und die Oberfläche mit dem gequirlten Ei bepinseln. Etwa 30 Minuten backen lassen, bis der Teig goldfarben ist. Vom Blech lösen, schneiden, warm oder zimmerwarm servieren.



Peter Praschl ist immer am Herd des Geschehens. Hier teilt er seine Gedanken über die Welt und wie sie uns schmeckt

## Warum Solo-Kochen gut für die Seele ist

LANGE WAR KOCHEN ein einsames Geschäft. Doch irgendwann konnten es Spitzenköche nicht mehr ertragen, dass ihnen das Kalbsbäckchen nie etwas Liebes sagte. Deswegen sind sie alle ins Fernsehen gegangen und labern dort rum. Und jetzt labern alle, die kochen.

Dabei war das Tollste daran, dass man am Herd nicht reden musste. Die Küche war ein Ort, an dem man herumbosseln durfte, ohne als Sonderling zu gelten. Wenn man endlich auftischte (womit man sich viel Zeit gelassen hat), gab's großes Hallo, aber nur kurz, schließlich gab es Wichtigeres zu besprechen. Dem Koch war das nur recht. Sonst hätte man möglicherweise bemerkt, dass er nur deswegen so gern Gemüse schnippelt, um nicht bei den Tischschwurbeleien dabei sein zu müssen.

Diese Zeiten sind vorbei. Jetzt will jeder jederzeit mit jedem über Ernährung reden. Deswegen schmeckt das meiste Essen mittlerweile, als wäre es unendlich lange besprochen worden.

Gerettet werden kann das Kochen nur von den Alleineköchern – Menschen, die über ihr Tun mit niemandem reden und nicht darüber nachdenken, ob sie den Geschmack anderer treffen. Ihr eigener reicht ihnen. Der Alleinekocher ist der Freak, der sich bei kleinen Internet-Shops Tüten mit getrockneten Chilis bestellt, die aussehen, als wären sie

von einem Chilikartell verpackt worden. Die Singlefrau, die keine Lust hat auf Singlemänner, die ihr Paleo erklären. Die hart arbeitende Frau, die sich nach einem Zehnstundentag etwas Gutes tun will und in ihrem Kartoffelpüree nacheinander Butter, Crème double und Schmand versenkt, weil das die Mischung ist, von der sie herausgefunden hat, dass sie am tröstlichsten wirkt. Oder der Mann, der gerne in Unterhosen isst.

Ja, es gibt diese Menschen. Was sie sich kochen, steht kaum je in einem Kochbuch. Zu wenig mehrheitsfähig, zu chaotisch, zu sehr *chic simple*. Eine gut gemachte Blutwurst. Fleisch ohne Salat. Oder eine einfache Focaccia, aber genial gemacht. Wenn man für sich selbst kocht, muss man keine Kompromisse machen. Doch häufig wird das Alleinekochen auch von jenen, die es betreiben, für ein wenig verzweifelt gehalten. Der ganze Aufwand nur für sich selbst? Mit dem Solokochen verhält es sich ein bisschen wie mit Selbstbefriedigung: Sinnlichkeit, die eine Person nur mit sich selbst hat, gilt anderen oft als deprimierend. Obwohl die Lebenserfahrung lehrt, dass Sinnlichkeit, die man mit anderen hat, noch sehr viel deprimierender sein kann.

Doch in den Momenten des Selbstzweifels bleibt dem Alleinekocher eines: die Gewissheit, dass er alleine essen kann. Ohne teilen zu müssen. Und während er etwa eine geniale Focaccia isst, kann er lesen, auch eines der Vergnügen, die dem Gemeinschaftsesser nicht vergönnt sind. Die Kolumnen eines Alleineköchers zum Beispiel. **GO**

# ERFOLGS- REZEPTE

VON MAX WITZIGMANN



## *For your eyes only:* Essen Sie bunt – und erleben Sie Kopfkino pur

DER MENSCH IST ein Augenwesen. Was zählt, ist der erste Eindruck. Gilt beim Tindern wie beim Lebensmitteleinkauf. Dabei spielen Farben eine entscheidende Rolle. Wenn mich im Biomarkt in der Obst- und Gemüseabteilung etwas Buntes anlacht, kommt es sofort in den Einkaufskorb. Vor meinem geistigen Auge läuft dann ein Film ab. Pures Kopfkino. In Cinemascope und Technicolor. Innerhalb von Sekundenbruchteilen entscheidet das Gehirn, ob ein Nahrungsmittel gut für uns ist – noch bevor wir es angefasst, beschnuppert oder in den Mund gesteckt haben. Das Hirn vertraut dem Auge. Vor allem bei Heißhunger-Attacken. Das ist eine Überlebensstrategie, wenn wir dringend Energie brauchen. Am besten in Form von Kohlehydraten, die der Körper in Zucker umwandeln kann. Und zwar asap, also auf jeden Fall schneller als ich, wenn es um das Einhalten meiner Deadlines geht – sorry, liebes GQ-Team, die nächste Kolumne liefere ich pünktlich ab, versprochen!

Werfen wir kurz mal einen Blick auf unsere Vorfahren: Da es in der Steinzeit keine Süßwarenimbissnackkultur gab, mussten die Ahnen auf prähistorisches Fast Food zurückgreifen. Sprich Wildbeeren, Baumfrüchte und was ihnen sonst noch so alles in leuchtenden Farben ins Auge sprang. Aufs Jahr 2020 übertragen: Gönnen Sie

sich mal einen Obstsalat, etwa mit Weintrauben, Äpfeln, Erdbeeren, Bananen, Kiwis, Orangen und Blaubeeren, am besten in Kombination mit Pinienkernen, Mandeln oder Walnüssen wegen der wertvollen Fettsäuren wie Omega 3, die wir unter anderem brauchen, um die fettlöslichen Vitamine E, D, K, A, zu verstoffwechseln.

Lecker? Ja, nein, vielleicht, keine Ahnung, Obacht! Unsere Augen befinden sich permanent im Alarm- und Vorkoster-Modus, sind ständig auf der Suche nach unterschiedlichsten Lebensmitteln, die ratzfatz auf Qualität gescannt werden. Die Nährstoffe, die unser Körper braucht, gibt es in vielen verschiedenen Spielarten und Farben. Im Kopf ist ein Multiplex-Kino, wo in Saal 1 ein Liebesfilm läuft, gleich daneben ein Psychothriller und die Treppe runter rechts irgendwas mit Weltraum. Gute Unterhaltung!

Mein Motto lautet: Bunt macht gesund, und, nein, Gummibärchen fallen nicht darunter. Aber Gemüse ist ja auch ein wahrer Augenschmaus – allerdings weniger geeignet für die schnelle Energiezufuhr, wenn der kleine Hunger kommt. Vegetarischer Brennstoff ist eher etwas für Menschen mit Zeit und KI – kochender Intelligenz. Die Nährstoffe im Gemüse lassen sich übrigens besser verwerten, wenn wir sie schonend erwärmen. Manche Pflanzen werden für uns dadurch erst genießbar. Zum Beispiel können Auberginen à la Yotam Ottolenghi mit Kichererbsen, Tomatenragout und Minz-Zaziki eine mediterrane Köstlichkeit sein (mit „Auberginen“ meine ich diese Dinger, die viele nur noch als Emoji kennen). Aber nur dann, wenn man die Kichererbsen circa eine Stunde bei mittlerer Hitze im gedeckelten Topf gart und die Auberginen, halbiert und mit Öl bepinselt, im Ofen bei etwa 200 Grad Ober- und Unterhitze auf einem Blech mit der Schnittfläche nach oben goldbraun schmoren und danach ohne Hitze noch ein paar Minuten nachgaren lässt.

Zum Glück ist uns bewusst, welche pflanzlichen Stoffe unseren Augen besonders guttun, weil dieses kulinarische Wissen im Laufe der Evolution weitergegeben wurde. Sehr clever, schließlich sind die Augen unsere Fenster zur Welt und für einen Großteil unserer Sinneswahrnehmung verantwortlich. Ich esse täglich sämtliche Farben des Regenbogens, mit deutlicher Tendenz zu grünem und orangefarbenem Gemüse, dazu Nüsse, Samen und Saaten sowie Beeren als Nachspeise: der optimale Mix aus natürlichen Vitaminen, Mineralstoffen und Antioxidantien gegen Augenentzündungen! Hier kommt ein Gericht, das für die Augenpflege perfekt ist: Pizza aus Buchweizensteig mit Gemüse der Saison (das Rezept finden Sie unter [gq.de/erfolgsrezepte](http://gq.de/erfolgsrezepte)). Garniert mit Löwenzahn. Seine Bitterstoffe sind eine wahre Detox-Kur. Die Blätter und Wurzeln kann man auch als Tee aufgießen. Das darin enthaltene Betacarotin, das unser Stoffwechsel in Vitamin A umwandelt, sorgt für die Produktion der nötigen Tränenflüssigkeit. Bei trockenen Augen empfiehlt sich Weltfensterputzen, also: öfter mal blinzeln. Man sieht dann klarer. Das hilft auch beim Tindern. ☺



Max Witzigmann ist Comedy-Autor mit einer Passion für Kulinarik. In GQ erklärt der Sohn von „Jahrhundertkoch“ Eckart Witzigmann, wie sich im Alltagsstress gesunde Ernährung und Genuss vereinbaren lassen



# ES GIBT REIS, BABY!

Bissfeste Reiskörner, umhüllt von einer cremigen Soße – Risotto ist der Inbegriff von italienischem *comfort food*







Manche Gerichte sind pures Glück! Perfekte Stimmungsaufheller, die man selbst zubereiten kann – wie Risotto. Wenn sich der Mund Löffel für Löffel mit dem seidigen Aroma von Butter, Wein und Parmesan füllt und Reiskörner für zarten Crunch sorgen – wer könnte da noch niedergeschlagen sein? Außerdem ist Risotto der navyblaue Anzug der Kulinarik: Es passt zu jeder Uhr- und Jahreszeit und ist vielseitig kombinierbar. Sollten Sie keine Pilze mögen, können Sie dieses Rezept im Frühling auch wunderbar mit gebratenem grünem Spargel servieren.

## ZUTATEN

Für 8 Personen

### Risotto

- × Salz
- × 6 TL Olivenöl
- × ½ große weiße Zwiebel, fein geschnitten
- × 400 g Carnaroli-Reis
- × ¼ Liter Weißwein
- × 5 TL ungesalzene Butter
- × 60 g frisch geriebener Parmesan

### Topping

- × 50 g Olivenöl
- × 500 g Pilze (z. B. Shiitake, Egerlinge, Maitake und Kräuterseitlinge), geputzt und zerpfückt
- × Salz, Pfeffer
- × 5 Zweige Thymian
- × 5 Knoblauchzehen, angedrückt
- × 2 TL ungesalzene Butter
- × 2 TL Zitronensaft
- × 30 g fein geriebener Parmesan



## ZUBEREITUNG

**Risotto:** Kochen Sie 2,5 Liter Wasser mit einem Teelöffel Salz auf. Hitze reduzieren, sodass das Wasser leicht simmert.

Erhitzen Sie das Olivenöl in einer Risottopfanne oder einem großen Topf auf mittlerer Hitze. Zwiebeln mit einer Prise Salz hinzufügen, unter Rühren anschwitzen, bis die Zwiebeln glasig sind. ¼ Liter Wasser in den Topf geben unditerrühren, bis die Flüssigkeit verdampft ist.

Reis hinzugeben und umrühren, sodass die Körner mit Öl ummantelt sind. Etwa fünf Minuten rühren, bis die Reiskörner an den Rändern leicht

glasig sind. Mit dem Wein aufgießen und etwa zwei Minuten rühren, bis der Wein verdampft ist.

Reduzieren Sie auf mittlere Hitze und fügen Sie nach und nach und unter ständigem Rühren das heiße Salzwasser mit einem Schöpflöffel (je 200 ml) hinzu. Bevor Sie Wasser nachgießen, muss die vorherige Flüssigkeit vollständig absorbiert worden sein. Nach 25 bis 30 Minuten sollte der Reis al dente sein. Fangen Sie allerdings bereits nach 15 Minuten an, den Reis zu probieren, sodass er auf keinen Fall zu weich gerät. Die Konsistenz sollte cremig und nicht zu fest sein.



*Für ein Maximum an Cremigkeit fügen Sie erst dann neue Flüssigkeit hinzu, wenn die vorherige vollständig vom Reis aufgenommen wurde*



*Wenn Sie die Pilze in Stücke reißen, anstatt sie zu schneiden, entstehen raue Kanten, die besser bräunen und schön knusprig werden*

Topf von der Hitze nehmen, Butter hinzufügen und so lange rühren, bis sie geschmolzen ist. Parmesan ins Risotto geben und ebenfalls rühren, bis der Käse geschmolzen ist. Falls das Risotto nicht flüssig genug ist, noch etwas heißes Wasser hinzugeben. Mit Salz abschmecken.

**Topping:** Erhitzen Sie das Öl in einer großen Pfanne auf mittlerer bis starker Flamme. Pilze hinzufügen, anbraten und hin und wieder umrühren, bis sie weich werden und etwas Flüssigkeit austritt. Mit Salz und Pfeffer würzen, unter gelegentlichem Rühren acht bis zehn Minuten weiterbraten, bis die Pilze dunkelbraun und zart sind. Thymian, Knoblauch und Butter mit in die Pfanne geben, etwa drei Minuten weiterbraten, bis der Knoblauch weich und die Butter goldbraun ist. Von der Flamme nehmen und Zitronensaft hinzugeben. Umrühren, um die Pilze mit der entstandenen Flüssigkeit zu glasieren. Thymian-Stängel entfernen.

Risotto in tiefe, vorgewärmte Teller verteilen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen und Pilze auf dem Risotto verteilen. Mit Parmesan servieren. **GO**

## UPGRADE YOUR RISOTTO



Falk Culinaire, Risottotopf, 235 € Acquerello, Carnaroli-Reis, 15 €



Für ein perfektes Resultat benötigen Sie einen schweren Kupferpfopf, der die Wärme optimal verteilt und für eine gleichmäßige Garung sorgt. Verwenden Sie außerdem Acquerello-Reis. Dieser wird ein Jahr lang gelagert, sodass sich die Stärke besser im Korn verteilt. Er ist viel aufnahmefähiger für Aromen, und das Risotto wird damit nie schleimig. Beides über [manufactum.de](http://manufactum.de)



# SNOW- BOARDEN FÜR DAS KLIMA

Freeride-Ikone *Jeremy Jones* will, dass auch seine Kinder noch schneereiche Hänge hinunterbrettern können. Doch er weiß: Damit es dazu kommt, muss er als Umweltaktivist noch einiges bewegen



JEREMY JONES ist einer der besten Snowboard-Freerider der Welt. Seine Abfahrten in Alaska, Nepal und im Karwendel gelten als legendär – genau wie sein Abenteuer-Spirit. 2007 gründete Jones die Nachhaltigkeitsorganisation Protect Our Winters, Barack Obama würdigte ihn 2013 für sein Engagement mit dem Champions of Change Award des Weißen Hauses. Im GQ-Interview erklärt er, warum er sein Leben dem Wintersport verschrieben hat und gleichzeitig leidenschaftlicher Umweltschützer ist.

### ***Kann man heutzutage überhaupt noch guten Gewissens alpinen Wintersport betreiben?***

Ja. In Fahrgemeinschaften oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln kann man viele Skigebiete gut erreichen. Verantwortungsvoller Wintersport ist zwar anstrengender, aber er lohnt sich: Der zusätzliche Aufwand verbindet uns enger mit der Natur und lässt sie uns besser schützen.

### ***Sie snowboarden seit 1984, waren auf der ganzen Welt im Schnee unterwegs. Wie hat sich die Bergwelt verändert?***

Jedes Jahr werden 40 000 Wetterrekorde gebrochen: 30 000 davon sind Hitze- und 10 000 sind Kälterekorde. In den Bergen kann man beobachten, dass Gletscher viel schneller schmelzen als noch vor ein paar Jahren.

### ***Gab es einen Moment, in dem Sie dachten, jetzt betrifft mich der Klimawandel persönlich?***

Ich bin mir der aktuellen Lage immer bewusst: Es gibt Wetterphänomene, die bisher nicht bekannt waren. Als Optimist nutze ich jede Chance zum Snowboarden, auch wenn ich in Schlamm und Schmutz Richtung Schnee loswandern muss. Ich bin dankbar für jedes Fleckchen Schnee, das ich finden kann. Das, was ich jetzt habe, ist mehr, als unsere Kinder jemals haben werden. Wenn ich mit meiner Familie unterwegs bin, beschwere ich mich nie über das Wetter oder zu wenig Schnee.

### ***Richtig populär wurde das Engagement für den Klimaschutz erst durch Greta Thunberg, oder?***

Ich liebe Greta. Sie ist inspirierend und cool. Es ist toll mit anzusehen, wie die Kinder für das Klima auf die Straße gehen. Andererseits ist es herzerreißend, weil wir Erwachsene versagt haben. Ich hoffe, dass die Kinder dem Umweltschutz jetzt die Aufmerksamkeit verschaffen, die er schon lange gebraucht hätte. Aber Millionen von demonstrierenden Kindern kann keiner einfach so übersehen.

### ***Wie sind Sie auf die Idee gekommen, sich mit Ihrer Organisation Protect Our Winters (POW) für das Klima zu engagieren?***

Als Profi-Wintersportler war mir klar, dass unsere Existenz und unsere Leidenschaft – der Winter- und Bergsport – in Gefahr sind. Ich versuche, Athleten, Firmen und Outdoor-Enthusiasten für Protect Our Winters zu motivieren. Dank ihrer Social-Media-Reichweite können

Sportler, Influencer und deren Follower gemeinsam wirklich etwas bewegen.

### ***War POW von Anfang an als weltweit operierende Organisation geplant?***

Ja, es war gedacht als Community der globalen Bergszene. Es geht um kreative und effektive Wege, Geld für den Umweltschutz zu sammeln. Das ist gar nicht so schwer. Wir müssen als eine Stimme auftreten, die sich gegen den Abbau fossiler Rohstoffe und für eine CO<sub>2</sub>-Steuer ausspricht.

### ***Könnten Sie sich vorstellen, jemals mit dem Snowboarden aufzuhören?***

Nein. 90 Prozent meiner Zeit snowboarde ich daheim vor meiner Haustür – egal wie viel Schnee liegt. Man muss

sich den Gegebenheiten anpassen. Wenn der Schnee schlecht ist, geht man eben weiter weg. Wir fahren oft mit den Rädern los, schlagen uns durchs Unterholz. Es kann Stunden dauern, bis man endlich ankommt. Man muss ein Abenteuer daraus machen. Ich bin ein Meister darin geworden, beim Snowboarden mit wenig Schnee gut und lange auszukommen.


### ***Spüren Sie eigentlich nach all den Jahren immer noch so was wie Angst am Berg?***

Angst ist wichtig. Ich kann bei einer Besteigung nie an den Gipfel denken, immer nur in Etappen. Ich überlege immer, ob es einen Grund gibt umzukehren, das ist eine komplexe Angelegenheit. Wenn ich dann am Gipfel ankomme, bin ich immer wieder selbst überrascht. Mir ist klar, dass der Gipfel das i-Tüpfelchen ist. Es kann sein, dass man auch noch 100 Meter darunter zur Umkehr gezwungen wird, wenn irgendetwas nicht passt.

### ***Sie sind Familienvater – und stürzen sich beim Big Mountain Riding auf dem Snowboard von hohen Gipfeln in unsicheres Gelände. Kommen Sie da manchmal in innere Konflikte?***

Ich habe meine Familie immer im Kopf, spüre die Verantwortung. Ich gehe nicht mehr so sehr ans Limit wie früher, aber die schwierigsten Gipfel habe ich erst als Vater erreicht. Ich plane jetzt sehr viel mehr im Voraus: Ich beobachte das Wetter monatelang, und nur wenn alles wirklich passt, gehe ich solche Abenteuer an. Aber dann ist es perfekt.

### ***Was fühlen Sie auf dem Gipfel – mit perfektem Pulverschnee unter dem Snowboard?***

Mein ganzer Körper dreht durch. Ich finde das immer noch unbegreiflich. Allerdings braucht man auch diesen stillen Moment, in dem man auf den Berg hört. Und ihn versteht. Die Kunst des Big Mountain Riding ist es zu wissen, wann sich ein optimales Zeitfenster auftut und wann es sich wieder schließt. Man muss mit den Gegebenheiten zufrieden sein – egal ob man sein Ziel erreicht oder nicht. 



#### **JEREMY JONES**

Der 45-Jährige wurde zehnmals als „Big Mountain Rider of the Year“ ausgezeichnet. Unter dem Namen Jones betreibt er eine eigene Snowboard-Firma. Jones ist Brand Ambassador für American Pistachio Growers – Pistazien sind für ihn Kraftnahrung, beim GQ-Interview aß er eine ganze Packung.





KOSTJA ULLMANN #DARESTHEUNEXPECTED



sloggi

SLOGGI

[sloggi.com](https://sloggi.com)





**30 Jahre Wiedervereinigung, 30 Jahre Stil aus Deutschland:**  
In dieser Serie stellen wir Designer und Künstler vor, die weltweit  
gefeiert werden – auch wenn sie im eigenen Land nicht jeder kennt



*Links und unten:* Der Vulkankrater  
in „Man lebt nur zweimal“ (1967)  
war zur damaligen Zeit das größte Set,  
das je gebaut worden war. Kosten:  
eine Million Dollar



# DER MANN, DER BOND BAUTE

Selbst die größten  
007-Fans wissen mit  
diesem Namen oft  
nichts anzufangen.  
Dabei ist Ken Adam  
*das kreative Genie*  
*hinter den wichtigsten*  
*Filmwelten* der  
Agenten-Reihe. Und  
stammt ursprünglich  
aus Deutschland

ES GIBT THEORIEN, die besagen, dass der britischste Brite ein Deutscher sei. James Bond soll demnach in Wattenscheid zur Welt gekommen sein. Für den Film „Casino Royale“ war das wohl etwas zu unbekannt. Dort verrät ein Blick auf Daniel Craigs Pass, dass sein Geburtsort „West-Berlin“ sein soll. Was auch immer stimmt: Mit Sicherheit lässt sich sagen, dass Bond mehr mit Deutschland verbindet, als man vermuten mag. Wieso? Weil der Mann, der sich die berühmtesten Bond-Welten ausgedacht hat, aus Berlin stammte.

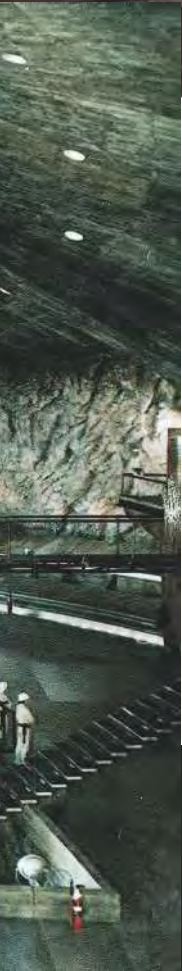
Als britischer Staatsbürger mit dem Namen Sir Kenneth Adam, kurz Ken Adam, ging er in die Geschichte ein. Aber als Klaus Hugo Adam kam er 1921 in der deutschen Hauptstadt auf die Welt. Doch der Weg zu Unterwasserstationen für Superschurken oder einer Raketenabschussbasis in einem erloschenen Vulkankrater war ein tragischer, geprägt vom Zweiten Weltkrieg. Die jüdischstämmige Familie Adam musste ihr Kaufhaus in Berlin-Mitte mit der Machtergreifung Hitlers 1933 aufgeben. 1934 floh sie mittellos nach London, wo der Vater gebrochen im Exil starb. Klaus Hugo Adam ließ sich nicht beirren. Er studierte Architektur – und er ging zum Militär und ließ sich zum Kampfpiloten ausbilden. Bis kurz vor Kriegsende war er der erste und einzige Deutsche in der Royal Air Force. Aus dieser Zeit behielt er sich seine Technikliebe und seinen Hang zu schnellen Sportwagen.

Fotos: Andreas-Michael Volten, Shutterstock, ddp, Images (2), Bigger than Life Buch/Ken Adam's Film Design/Kerber Verlag/Deutsche Kinemathek/Ken Adam Archiv, Skizze: Bigger than Life Buch/Ken Adam's Film Design/Kerber Verlag/Deutsche Kinemathek/Ken Adam Archiv; Illustration: Marc Heckner

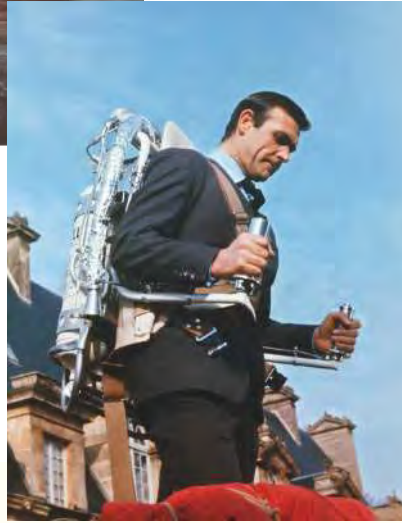




*Links:* Der Tarantel-Raum aus „Dr. No“ war eines der ersten Sets von Ken Adam für Bond. In seinem Minimalismus ist es auch eines der ikonischsten



*Rechts:* Sean Connery hebt ab, dank Ken Adam. Denn er war der Mann hinter den Gadgets, der wahre Q. Das wussten ihm auch die Gegner zu danken – für Blofeld & Co. entwarf er die größten Superschurkenzentralen



## KEN ADAM

(1921–2016)

Von 1948 bis 2001 gestaltete oder unterstützte er über 70 Filme als Production Designer, gewann zwei Oscars (1976 für „Barry Lyndon“ und 1995 für „King George – Ein Königreich für mehr Verstand“) in der Kategorie Ausstattung. Für seine Leistungen wurde er 2003 von der Queen in den Adelsstand erhoben.



Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde er eingebürgert und änderte seinen Namen, als Ken Adam eroberte er fortan die Kinowelt. Ob „Dr. No“, „Goldfinger“ oder „Moonraker“ – von 1962 bis 1979 gestaltete Adam die ersten sieben 007-Filme und prägte die folgenden Teile der Reihe. Seine Aufgabe war nicht einfach nur die eines Bühnenbildners. Er war der Mastermind. Aus seiner Feder – Adam war berühmt für seine kontrastreichen Skizzen – stammt die Architektur und noch viel mehr. Mit der Zigarre in der einen und seinem Stift in der anderen Hand entwickelte er die ganze Dramaturgie, die Lichtstimmung, den kompletten Raum, wie er später unter seiner Führung in den Pinewood Studios in London gebaut wurde.

Berühmt wurde sein Auftakt für die Bond-Reihe 1962. Das Set für „Dr. No“ entwickelte er unter extremem Kostendruck – ihm standen damals nur 20000 Pfund zur Verfügung. Druck, der einen Edelstein der Filmkunst hervorbrachte: die Tarantel-Kammer. Aus den Grundformen Rechteck und Kreis baute Adam für den Film ein minimalistisches Verlies des Schreckens, das genauso auch am Bauhaus hätte entstehen können.

Sowieso hatte Adam einen Blick für das Moderne. Er schuf Welten, die immer ein wenig nach Zukunft aussahen. Bei den Machern der Bond-Reihe hatte Adam nach dem Erfolg des ersten 007 freie Hand – und eine Carte blanche, sich auszutoben. Und genau das tat er. Für „Goldfinger“ verschaffte er Bond seinen legendären Dienstwagen Aston Martin DB5 mit all seinen Raffinessen, genauso wie zahlreiche andere Gadgets aus den Bond-Filmen. Es ist also gar nicht übertrieben, wenn man behauptet, dass Q gar nicht beim MI6 saß, sondern in den Pinewood Studios.

Je größer die Bond-Filme wurden, desto größer wurden auch die Sets. Unübertroffen ist die geheime Raketenabschussrampe aus „Man lebt nur zweimal“ von 1967. Sie sollte sich in einem erloschenen Vulkan befinden. Adam baute das Set nicht als kleines Modell, sondern im Maßstab 1:1. Durch den Krater konnte sogar ein Hubschrauber starten. Kein Set in Europa war zu dieser Zeit größer – und sicherlich auch keines teurer. „Bigger than life“ war das Motto des erfolgreichsten Production Designers dieser Welt. Genau das macht bis heute den Reiz seiner Werke aus. Filme, die in den vergangenen Jahren am Computer und vor dem Greenscreen entstanden, haben ein erstaunlich schnelles Verfallsdatum. Das passiert einem alten Bond heute vielleicht wegen der Dialoge, sicher nicht wegen der Sets. Die Visionen von Ken Adam wirken noch heute auf ihre Art modern. Was auch daran liegt, dass sie Realität waren. Gezaubert von einem Flüchtling aus Berlin. 





# AUSGERAUCHT?

In Deutschland raucht immer noch mehr als ein Viertel aller Erwachsenen – doch der Anteil sinkt stetig. Dass gewöhnliche Zigaretten keine Zukunft haben, weiß auch die Tabakindustrie, und entwickelt mit *E-Zigaretten und Tabakerhitzern* angeblich risikoreduzierte Produkte für den sorglosen Nikotinkonsum. Doch wie ungefährlich sind die Glimmstängel-Alternativen wirklich?

# M

## DIE RAUCHFREIEN GADGETS DER TABAKINDUSTRIE



**JUUL**

Das coole Design hat in den USA einen wahren E-Zigaretten-Hype ausgelöst. Das Start-up steht aber in der Kritik, weil die Liquids besonders viel Nikotin enthalten.



**IQOS**

Mit dem Tabakerhitzer von Philip Morris werden Tabak-Sticks, sog. Heets, auf 350 Grad erhitzt. Ohne Verbrennung entstehen weniger krebs-erregende Stoffe.



**PLOOM TECH**

Ploom war die erste Marke der Juul-Gründer, die diese an den Konzern Japan Tobacco verkauften. Die E-Zigaretten sind in Deutschland noch nicht erhältlich.



**GLO**

Das Tabakerhitzer-System des Unternehmens British American Tobacco wurde 2016 in Japan gelauncht. In Deutschland ist es noch nicht auf dem Markt.

Mitte vergangenen Jahres überschlugen sich die Katastrophenmeldungen: 60 Menschen starben in den USA nach dem Konsum von E-Zigaretten, Tausende weitere erleiden schwere Lungenerkrankungen. Ärzte stehen vor einem Rätsel, Dampfer sind massiv verunsichert, aktionistische Politiker erwägen Verbote. Aus der Traum vom unbeschwerten Vapen! Oder?

Mittlerweile weiß man mit ziemlicher Sicherheit, dass gepanschte Flüssigkeiten, die auf dem Schwarzmarkt oder in zwielichtigen Internet-Stores erworben wurden, ursächlich für die Erkrankungen waren. Die betreffenden Liquids enthielten Öle mit THC, der psychoaktiven Substanz der Cannabis-Pflanze, und waren darüber hinaus mit Vitamin-E-Azetat, das bei einer Inhalation die Lunge schwer schädigen kann, gestreckt. Ein Szenario wie in den USA ist in Deutschland nur schwer denkbar, da die chemische Zusammensetzung von Liquids in Europa streng reguliert ist. THC ist generell verboten, und Vitamine dürfen ebenfalls nicht dazugemischt werden, damit nicht der Eindruck erweckt wird, es handele sich um ein gesundheitsförderliches Produkt. Dennoch führte die Berichterstattung zu einer enormen Verunsicherung der Vaper, selbst seriöse Händler für E-Zigaretten klagten über massive Umsatzeinbrüche.

Das ist deshalb so dramatisch, weil sich langsam ein wissenschaftlicher Konsens einstellt, dass die elektronische Zigarette zumindest im Vergleich zur herkömmlichen Fluppe das deutlich kleinere Übel sei, wie der Gefäßchirurg Professor Martin Störck in einem Gastbeitrag für den „Tagesspiegel“

schrrieb. Ähnliches gilt für Tabakerhitzer, sogenannte „Heat-not-burn“-Produkte wie IQOS von Philip Morris International. Herkömmliche Zigaretten verglühen bei 800 bis 1100 Grad, während die Tabak-Sticks im IQOS-System lediglich auf eine Temperatur von 350 Grad gebracht werden, um das Nikotin freizusetzen. Da keine Verbrennung stattfindet, würden erheblich weniger krebs-erregende Stoffe freigesetzt, wie das Bundesinstitut für Risikobewertung einräumt. Auch das Deutsche Krebsforschungszentrum kommt in einer Übersicht unabhängiger Studien (siehe nächste Seite) zu dem Ergebnis, dass viele gesundheitsschädliche Stoffe im Aerosol der Tabakerhitzer in einer erheblich geringeren Konzentration vorliegen als in Zigarettenrauch.

Den Einwand, die Tabakindustrie suggeriere mit ihren neuen Produkten völlig risikofreien Nikotinkonsum und würde durch den süßen Geschmack der Liquids oder das ansprechende Produktdesign eine neue Generation junger Menschen in die Nikotinabhängigkeit treiben, ist aber berechtigt – und selbstverständlich ist nur der komplette Rauchstopp ideal für die Gesundheit. Wer schon versucht hat, Schluss mit Zigaretten zu machen, weiß allerdings, dass das alles andere als einfach sein kann. Darüber hinaus zeigen Studien, dass viele Raucher nicht willens sind, ganz auf Nikotin zu verzichten. Für diese Gruppe könnten E-Zigaretten und „Heat-not-burn“-Produkte eine weniger schädliche Alternative sein – oder sogar ein erster Schritt aus der Sucht. In Großbritannien etwa empfehlen staatliche Behörden wie Public Health England die E-Zigarette zur Tabakentwöhnung.

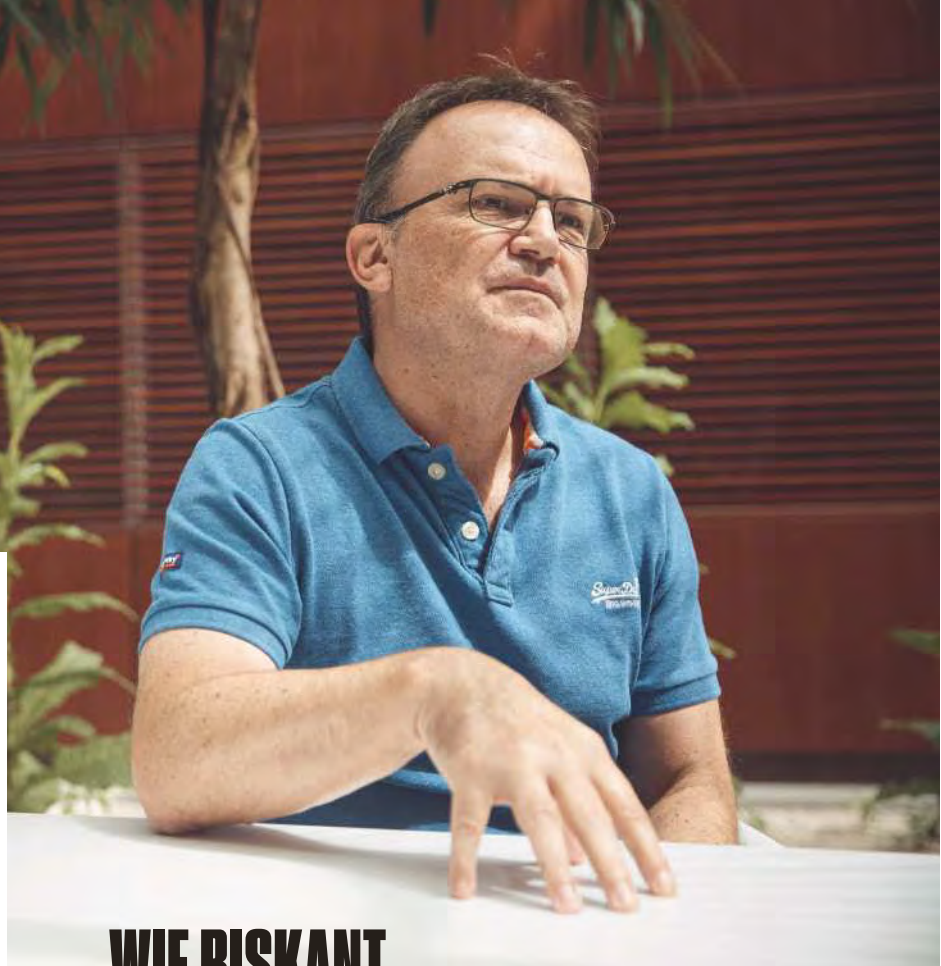
Laut WHO stirbt ein Drittel bis die Hälfte aller Raucher an den Folgen ihres Zigarettenkonsums. In Verbindung mit strenger staatlicher Kontrolle, Suchtpräventionsmaßnahmen und aktivem Jugendschutz könnten E-Zigaretten und Tabakerhitzer ein Mittel gegen diesen traurigen Umstand sein.



**Herr Maeder, der Tabakkonzern Philip Morris will an einer „rauchfreien Zukunft“ arbeiten. Sie entwickeln entsprechende Produkte wie das Tabakerhitzer-System IQOS für Menschen, die weiterhin Nikotin konsumieren wollen oder es nicht schaffen, aufzuhören. Wie sähe Ihr Traumprodukt aus?**

Wir müssen Rauchern eine echte Alternative anbieten. Nikotininhalatoren entwickelte die Pharmaindustrie schon Ende der 70er-Jahre. Die waren viel sicherer als Zigaretten, aber fast niemand nutzte sie als dauerhafte Alternative. Rauchen ist mehr als Nikotinaufnahme. Für Raucher geht es auch um den Geschmack und Genuss. Mein Traumprodukt wäre eines, das Raucher so zufriedenstellt, dass sie vollständig auf IQOS umsteigen, und das keinerlei Giftstoffe enthält. Das wäre das ultimative risikoreduzierte Produkt. So weit sind wir noch nicht, aber das ist das Ziel.

**Der Tabak, der von dem IQOS-Gerät erhitzt wird, ist stark verarbeitet und enthält Zusatzstoffe, die in herkömmlichen Zigaretten nicht enthalten sind. Wie sicher sind Sie, dass dadurch keine neuen Risiken entstehen?**

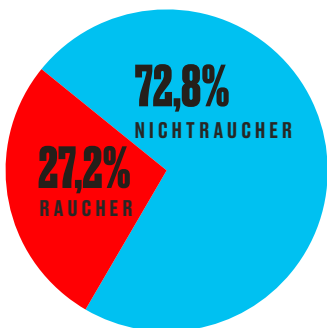


## WIE RISKANT SIND TABAKERHITZER?

*Serge Maeder entwickelt Zigaretten-Alternativen. Wir sprechen mit ihm über Vor- und Nachteile der Erhitzer – und wie das Rauchen der Zukunft aussehen könnte*

Da liegt ein Missverständnis vor. Gewöhnlicher Tabak wird zu Pulver vermahlen und dann zu einem Blatt gepresst. Wir fügen nur Fasern hinzu, die auch natürlich in der Tabakpflanze vorkommen – und Glyzerin, ohne das kein stabiles Aerosol zum Einatmen entstehen würde. Dabei handelt es sich um die gleiche Komponente, die auch bei E-Zigaretten zum Einsatz kommt und die nicht toxisch ist. Es gibt in unserem Produkt keine Zusatzstoffe, die neue Gefahren bergen.

### STATS & FACTS

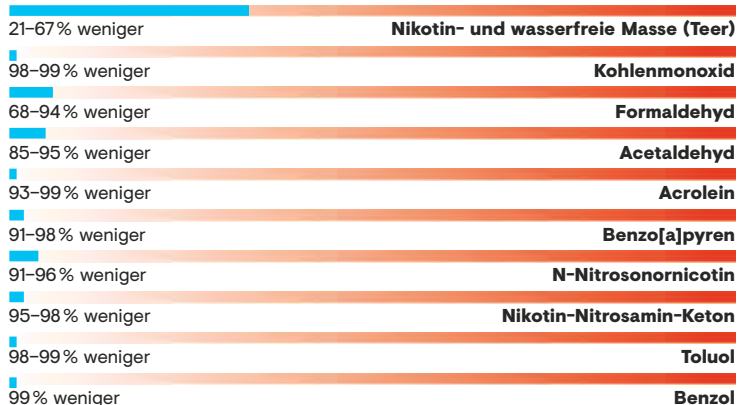


Laut der Debra-Studie, einer regelmäßigen Befragung zum Rauchverhalten, raucht derzeit über ein Viertel der deutschen Bevölkerung.

**0,5%**  
E-ZIGARETTEN

**0,4%**  
TABAKERHITZER

Die Nutzung von E-Zigaretten und Tabakerhitzern in der deutschen Bevölkerung ist der Debra-Studie zufolge noch äußerst gering.



Die Grafik zeigt, um wie viel Prozent schädliche und potenziell schädliche Stoffe im Aerosol von Tabakerhitzern im Vergleich zu Zigarettenrauch verringert sind.

QUELLE: Deutsches Krebsforschungszentrum

**Können Sie verstehen, dass die Menschen der Tabakindustrie, die jahrzehntelang die Risiken des Rauchens heruntergespielt hat, misstrauen?**

Der einzige Weg, um Vertrauen zurückzugewinnen, ist maximale Transparenz bei der Kommunikation. Dennoch wird das noch einige Zeit dauern, da die Menschen sehr auf die Vergangenheit fixiert sind – und so mancher wird uns nie glauben, egal was wir tun. Einer Sache sollten die Menschen allerdings glauben: der Wissenschaft! Denn die lügt nicht und ist nachprüfbar. Wir publizieren so viel wie möglich in wissenschaftlichen Fachzeitschriften mit Peer-Review – und wenn wir eine Studie durchführen, können unabhängige Wissenschaftler unsere Untersuchung replizieren und kontrollieren. Als wir Studien zur chemischen Zusammensetzung des Aerosols und den darin enthaltenen Giftstoffen gemacht haben, gab es danach an die 15 unabhängige Studien, die unsere Ergebnisse bestätigten.

**Gab es auch Untersuchungen, die Ihren Studien widersprochen haben?**

Es gab eine Studie, bei der andere Werte herauskamen. Allerdings überprüfte die FDA (Amerikanische Lebensmittelüberwachungs- und Arzneimittelbehörde, Anm. d. Red.) für die Zulassung von IQOS in den USA nicht nur unsere, sondern auch alle anderen Studien. Die betreffende Studie wurde verworfen, weil sie nicht wissenschaftlich korrekt durchgeführt wurde.

**Wie antworten Sie auf den Einwand, dass es bisher keine Langzeitstudien gibt und deshalb potenzielle Langzeitschäden nicht absehbar sind?**

Wenn Sie fragen: „Wie viele Menschen aus einer Population von Rauchern erleiden Herz-Kreislauf-Erkrankung im Vergleich zu einer Population von IQOS-Nutzern?“, dann bräuchten wir Studien über einen Zeitraum von 30 bis 40 Jahren. So lange dauert es, bis sich diese Krankheiten entwickeln. Es wäre allerdings falsch zu sagen, dass wir keine Bewertung vornehmen können, bis 40 Jahre vergangen sind. Im Labor sehen wir massive Unterschiede zwischen den Auswirkungen von Tabakrauch und IQOS auf lebende Organismen und menschliche Zellen.

**Was ist mit ärmeren Rauchern, die sich den Umstieg nicht leisten können?**

**Die Geräte kosten an die 100 Euro.**

Die Kostenfrage ist sehr legitim, da Sie erst einmal Geld investieren müssen – und das kann nicht jeder. Wir arbeiten an der Entwicklung günstigerer Produkte. Unser Ziel ist es, Zigaretten für alle Menschen auf der Welt zu ersetzen. Das werden wir nur mit einem Portfolio mit unterschiedlichen Produkten erreichen. ∞

## TIPPS FÜR DEN RAUCHSTOPP

*Jeder weiß um die Gefahren von Zigaretten – dennoch scheitern ohne Unterstützung 95 Prozent aller Versuche, mit dem Rauchen aufzuhören. Sie meinen es diesmal WIRKLICH ernst? Dann sollten Sie diese Ratschläge befolgen*

### QUIT DAY

Studien zeigen, dass die Erfolgsquote von Rauchstopp-Versuchen höher ist, wenn Sie die Anzahl der gerauchten Zigaretten nicht langsam verringern, sondern von einem Tag auf den anderen aufhören. Legen Sie also einen „Quit Day“ fest – und erzählen Sie Ihrer Familie und Ihren Freunden davon, damit Sie keinen Rückzieher machen können.

### NIKOTINERSATZ

Ob Kaugummis, Lutschtabletten, Sprays oder Pflaster – Nikotinersatzprodukte erhöhen die Erfolgsquote des Rauchstopps erheblich, da sie helfen, die Entzugserscheinungen zu Beginn abzumildern. Auch eine E-Zigarette, bei der man langsam die Nikotinkonzentration im Liquid verringert, kann hierbei sehr hilfreich sein.

### APPS

Mittlerweile gibt es für alles eine App – auch für die Tabakentwöhnung. Die kostenlosen Programme helfen bei dem wichtigsten Element für einen erfolgreichen Rauchstopp: der Motivation. „Smoke Free“ gibt dem User jeden Tag neue Mini-Herausforderungen und hilft bei der Ablenkung, wenn das

Verlangen nach einer Zigarette besonders schlimm wird. Die App „Kwit“ arbeitet nach dem Prinzip der Gamifizierung: Der Benutzer kann immer höhere Level erreichen, je länger er auf Zigaretten verzichtet. Bei „Quit Now!“ kann man mit anderen Benutzern kommunizieren, um sich gegenseitig zu motivieren.

### VERHALTENSTHERAPIE

Der körperliche Nikotinentzug ist nach etwa einer Woche überstanden. Schwieriger ist es, die Gewohnheit des Rauchens zu überwinden. Das Rauchverlangen ist nämlich an bestimmte Rituale geknüpft – und diese sind wiederum mit positiven Empfindungen assoziiert. Mit therapeutischen Maßnahmen, egal ob in Einzelsitzungen oder in der Gruppe, können alternative Verhaltensweisen entwickelt werden – und Mechanismen, um mit Rückfällen richtig umzugehen.

### MEDIKAMENTE

Sie können mit Ihrem Arzt auch über eine medikamentöse Unterstützung bei der Tabakentwöhnung sprechen. Zum Einsatz kommen dabei vor allem das Antidepressivum Bupropion und der Wirkstoff Vareniclin, der die Nikotinrezeptoren stimuliert.



# STREET STYLE

VON ALEXANDER STILCKEN

## Auf der Piste mit Eddie Redmayne, Audi – und den ganz großen Fragen

ZU BEGINN UNSERES Gesprächs sagt Eddie Redmayne einen Satz, der vor einigen Jahren noch ziemlich selbstverständlich war, in der aktuellen gesellschaftlichen Stimmungslage aber durchaus ein Statement ist. Eddie Redmayne also sagt: „Ich liebe Autos.“ Der 38-jährige Schauspieler und Oscar-Gewinner („Die Entdeckung der Unendlichkeit“, „The Danish Girl“) gehört einer Generation Mann an, die zwischen die Fronten der Oldschool-Petrolheads auf der einen Seite und der Generation Greta auf der anderen Seite geraten ist. Der Ton scheint auf beiden Seiten von maximalem Unverständnis geprägt, Spott mischt sich mit Abneigung, doch zwischen diesen beiden extremen Positionen gibt es – glücklicherweise – Männer wie Redmayne. Der mit einer Leidenschaft für Autos groß geworden ist, der sie liebt, aber eben nicht obsessiv, sondern aus einer Begeisterung für Technik, Design und den Möglichkeiten der Mobilität heraus.

Redmayne erzählt von seiner Auto-Historie, die in diesem Fall eine ziemliche Audi-Geschichte ist. Er ist kein offizieller Marken-

botschafter, aber ein Freund und Fan der Marke. Er schätzt die Designs, bei Autos gehe es ihm immer um eine Mischung aus Eleganz und Nutzwert. Sein erster Wagen sei damals „einer

der kleinen Audis“ gewesen. Aber natürlich habe auch er sich einst für die PS-starken RS-Modelle begeistert. Und spätestens mit der Hochzeit und der Familiengründung habe man ein geräumiges Auto gebraucht. In den Honeymoon mit seiner Frau Hannah fuhr er zum Skifahren nach Courchevel in einem Q7. Am Abreisetag landeten die beiden wegen heftigen Schneefalls im Stau: „Wir mussten im Auto übernachten, und das fühlte sich auf eine gewisse Weise extrem sicher und warm an. Andere Leute um uns herum liefen los, um sich Essen zu holen, aber Hannah hatte uns Sandwiches mitgenommen. Wir hatten es sehr gemütlich – und irgendwie romantisch.“


Ski fahren ist ein großes Thema im Leben von Redmayne. Gelernt hat er es in den französischen Alpen, ist seitdem von Whistler in Kanada über Lake Tahoe bis Kitzbühel in Österreich in der ganzen Welt auf Skiern unterwegs. Die Begegnung mit ihm findet dementsprechend im Rahmen des Hahnenkamm-Rennens statt. Er hatte selbst bei Hauptsponsor Audi gefragt, ob er kommen dürfe, um die leeren Pisten zu genießen, wenn sich der Rest der Kitz-Society im Tal



Unser Kolumnist schreibt hier über aufregende Abenteuer on the road

den Festivitäten widmet. Ski fahren sei für ihn „die beste Erholung von der Arbeit“.

Nun werden Skigebiete ökologisch ähnlich kontrovers diskutiert wie die Autobranche. Was nichts daran ändert, dass hier wie dort inzwischen maximal nachhaltig gedacht und gearbeitet wird. Alles ändert sich, und so tun es auch moderne Auto-Fans wie Eddie Redmayne. Der sagt: „Wir befinden uns an einem Punkt, an dem so ziemlich jeder sich selbst, sein Verhalten und seinen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck infrage stellt. Die Welt hat über die vergangenen Jahre eine Art Schnell-Ausbildung in all diesen Dingen bekommen und ich ebenso. Nicht nur beim Autofahren, sondern auch beim Recyceln und Kompostieren. Es ist wichtig, nicht faul zu sein, es geht darum, seine Routinen infrage zu stellen und sein Verhalten komplett zu verändern.“

In Sachen Mobilität bedeutet das für Eddie, seine Frau Hannah und die beiden Kinder, dass man derzeit noch in einem Hybrid unterwegs ist, denn da ist seine Heimat London nicht anders als die Situation in Deutschland: „Eigentlich möchte ich uns einen voll-elektrischen e-tron anschaffen, aber die Ladestationen-Situation in unserer Nachbarschaft ist nicht besonders gut.“ 



**Audi e-tron**

<b>Leistung</b> MAX. 300 KW/ 408 PS	<b>Reichweite</b> 436 KM	<b>Verbrauch</b> 22,4–26,6 KWH/ 100 KM (WLTP)	<b>Top-Speed</b> 200 KM/H	<b>Preis</b> AB 70 550 EURO
---	-----------------------------	---	------------------------------	-----------------------------------



# Ducati 2020

## Saisonstart

# Pure Emotion.



Ducati Saisonstart am 04. April 2020

## Entdecken Sie die neue Streetfighter V4

Power und Perfektion nehmen in den Ducati Modellen 2020 eine neue Gestalt an: Entdecken Sie die Panigale V4, Panigale V2, Streetfighter V4, Multistrada 1260 S Grand Tour sowie die Scrambler Icon Dark und die Scrambler 1100 Pro beim Ducati Saisonstart am 04.04.2020 und erwecken Sie Ihre Emotionen zum Leben.

Mehr Informationen bei Ihrem Ducati Partner und auf [Ducati.de](https://www.ducati.de)







# BUNDESLIGA BACKSTAGE

VON KAI PSOTTA

## Wie Fußball-Profis Social Media nutzen – und was dabei schiefgehen kann

KURZ VOR MITTERNACHT nimmt Toni Kroos noch einmal sein Handy in die Hand. Soll er wirklich etwas zum Gewinn des spanischen Supercups posten? Einem vergleichsweise unbedeutenden Titel?

Mit einer Portion Humor und Selbstironie kann man das schon machen, beschließt er – und schreibt unter das Foto mit dem silbernen Pokal: „Was doubting if I should post a picture today. But I am 30 now. Every trophy counts.“ Er trifft damit den richtigen Ton, es hagelt Hunderttausende Herzen.

Toni Kroos folgen auf seinen Social-Media-Kanälen insgesamt über 40 Millionen Menschen. „Social Media ist heutzutage die erste Verbindung zwischen Künstler und

Fan“, sagt er und erklärt: „Mir geht es darum, näher an meinen Fans zu sein. Wer mir folgt, weiß, dass ich auch nicht täglich mein Frühstück poste. Das ergibt für mich keinen Sinn. Ich habe keinen Drang, ständig posten zu müssen. Nach dem Motto: ‚Zwei Posts pro Woche, sonst dreh ich durch.‘ Ich möchte meine Fans immer wieder abholen. Wenn es passt. Mir ist die Qualität wichtiger als die Quantität.“

Kroos schreibt jeden seiner Beiträge selbst. „Ich könnte viele aufzählen, wo ich anhand des Posts genau sehe, dass derjenige es nicht selber geschrieben hat“, sagt er. „Das ist in meinen Augen ziemlich sinnlos. Das hat ja nichts mit Authentizität zu tun.“ Sein Lieblingsmedium ist – anders als bei den meisten Fußballern – nicht Instagram, sondern Twitter. „Da braucht man kein Foto oder Video. Sondern man kann einfach mal was kommentieren. Und seine Meinung abgeben.“ So reagiert Kroos auch mal auf bissige Kommentare. Oder rückt Schlagzeilen von Zeitungen zu recht, die seiner Meinung nach übertrieben sind. „Wenn mich Überschriften stören, dann reagiere ich schon mal darauf. Das ist ein großer Vorteil von Twitter. Man kann so einfach, so schnell Dinge richtigstellen.“

Manchmal ist er auch bewusst doppeldeutig oder ironisch – auch auf die Gefahr hin, dass es unter Umständen nicht so gut ankommt. Als Anspielung auf das legendäre WM-Halbfinale 2014, das Brasilien gegen Deutschland 1:7 verloren hatte, schrieb er in einem Neujahrstweet „Feliz 2017“, dabei war allerdings die 1 und die 7 durch die brasilianische beziehungsweise die deutsche Flagge ersetzt. Der brasilianische Ronaldo reagierte darauf und stellte in Anspielung an das 2:0 im WM-Finale von 2002 die 2 und die 0 als brasilianische beziehungsweise deutsche Flagge dar. „Das war ein Post, den ich heute genauso wieder machen würde. Weil er witzig gemeint war und nicht respektlos. Ich habe über Ronaldos Antwort sehr gelacht“, sagt Kroos.

Was ihn an Social Media dagegen stört, sind die anonymen Pöbler. „Was man sich als Social-Media-Verantwortlicher zum Ziel setzen sollte, wäre es, endlich einen Weg zu finden, die Anonymität abzuschaffen. Jeder, der ein Profil hat, sollte sein Gesicht zeigen, und es sollte erkennbar sein, wer sich dahinter verbirgt. Anonym zu pöbeln sollte nicht mehr möglich sein.“

Toni Kroos ist eine Weltmarke. Er hat seinen Umgang mit Social Media gefunden. Es gibt aber auch Spieler, die Hilfe benötigen und möchten. Dafür haben wir bei Sports-Total einen Experten: Marcel Berger war erst Social-Media-Manager, später Brand-Manager bei Nike. Er hat große Kampagnen begleitet und Sportler zu Marken geformt. Sein wichtigstes Credo: „Die Marke geht immer mit der sportlichen Leistung einher. Wir können die Markenbildung unterstützen. Aber die Performance auf dem Platz bleibt immer ausschlaggebend.“

Berger rät auch dringend davon ab, „den Jungs Texte für ihre Posts zu schreiben. Weil ich nicht empfunden habe, wie es war, vor der Südtribüne das entscheidende Tor zu schießen. Ich habe es vielleicht von der Tribüne mitbekommen, die Stimmung im Stadion aufgeschnappt. Aber ich kann niemals erraten, wie es sich wirklich für den jeweiligen Fußballer anfühlt. Ich kann aber dabei helfen, die richtigen Hashtags zu verknüpfen. Und dass der Post im Social-Media-Algorithmus besser gerankt ist. Aber ich lege den Jungs nicht die richtigen Worte in den Mund.“

Foto: dpa Picture-Alliance; Illustration: Jan Steins

Bergers Empfehlung: „Stell dich authentisch dar. Sei kein Schauspieler. Bewerbe nichts, wofür du nicht stehst. Die Fans sind extrem aufmerksam und bekommen alles mit. Es gab mal einen Rapper, der in jedem Songtext über Alfa Romeo gerappt hat. Und nachdem der Fame da war, fuhr er plötzlich Mercedes, was durch einen versehentlich liegen gelassenen Schlüssel rauskam. Der Rapper wurde anschließend von den Fans zerrissen. Auch als Fußballer sollte man sich außerhalb des Platzes so darstellen, wie man ist.“

Sein zweiter Rat: „Posts aus der Emotion heraus können gefährlich sein. Nach einer Niederlage kannst du nicht posten, was du willst. Du musst an deinen Verein denken. Du willst deine Fans nicht verärgern, deinen Ausrüster nicht, deinen Arbeitgeber nicht. Da ist es schwierig, authentisch zu bleiben.“ Franck Ribéry postete einst aus der Emotion heraus, nachdem er für den Verzehr eines Gold-Steaks kritisiert worden war. Er schrieb: „Beginnen wir mit den Neidern und Hatern, die durch ein löchriges Kondom entstanden sein müssen: F\*\*\*\* eure Mütter, eure Großmütter und euren gesamten Stammbaum. Ich schulde euch überhaupt nichts, meinen Erfolg habe ich vor allem Gott zu verdanken, mir selbst und meinen Vertrauten, die an mich geglaubt haben.“ Berger sagt: „Fußballer sind die Rockstars von heute. Du guckst dir extrem viel von ihnen ab.“


Einer, der das weiß und auch lebt, ist der brasilianische Superstar Neymar. Kürzlich spielte er mit pinkfar-



Unser Kolumnist arbeitet für die Spielerberater-Agentur SportsTotal (u. a. Toni Kroos und Marco Reus). Er schrieb die Bestseller „Mythos Real Madrid“, „Die Paten der Liga“ und (mit Norbert Elgert) „Gib alles – nur nie auf!“

benen Haaren. Im Post zur Frisur schrieb er: „I just play football.“ Das sei, so bewertet es Berger, „ein sehr bewusst gewählter Post. Wenn Neymar nur Fußballer wäre, würde er sich natürlich nicht die Haare pink färben. Die Marke Neymar zählt zu den ganz wenigen, die auch ohne die entsprechende Performance auf dem Platz funktionieren. Nach dem Spiel hat keiner mehr über Neymars Leistung gesprochen. Er war nur wegen der pinken Haare in den Medien.“

Berger prognostiziert: „Früher ist man als Fan zum Platz gefahren und hat gehofft, von seinem Lieblingsspieler ein Autogramm zu bekommen. Dann wurden die Autogramme durch Selfies abgelöst. Die Ebenen verschieben sich. Irgendwann hat man nicht mehr das Bravo-Sport-Poster an der Wand, sondern die Person als Hologramm da stehen. Oder man spricht zu Hause mit Toni Kroos. Der sagt dir, wie jetzt Alexa, wie das Wetter wird. Oder welche Termine anstehen.“

Und was ist mit den klassischen Medien? Berger: „Social Media eignet sich oft nicht, um tiefgründig auf Themen einzugehen. Instagram Stories haben eine maximale Länge von 15 Sekunden. Die werden meist gar nicht bis zu Ende angeschaut. Die Aufmerksamkeitsspanne ist sehr kurz. Der User verweilt meist nur neun Sekunden in einer Story. Tiefgründige Themen sind daher bei den klassischen Medien viel besser aufgehoben. In einem doppelseitigen Interview im ‚Kicker‘ oder in der ‚Sport Bild‘ zum Beispiel.“ 



## Rasch durch die Rushhour. Dank MBUX und Live Traffic Information.

**Die V-Klasse.** Jetzt mit MBUX. Das intuitive und intelligente Multimediasystem von Mercedes-Benz. Finden Sie in kürzester Zeit die schnellste Route dank Live Traffic Information. Exklusiv erhältlich in Kombination mit Mercedes me. Mehr Informationen erhalten Sie bei Ihrem Mercedes-Benz Händler oder auf [mercedes-benz.de](http://mercedes-benz.de) **#MakeYourMove**

**Mercedes-Benz**  
Das Beste oder nichts.





# SPOILER-ALARM



Der umgebaute  
Aston Martin DB5  
aus „Goldfinger“

Fotos: Simon Clay ©2019 Courtesy of RM Sotheby's (2), 1964 Metro-Goldwyn-Mayer Studios Inc. and Paramount Pictures, LLC.

Die *Autos der Bond-Reihe* sind ebenso legendär wie ihre Fahrer. Ein Modell verhalf gleich einer ganzen Marke zu Weltruhm, ein anderes diente Tesla und Elon Musk als Vorbild

**TEXT TOBIAS SINGER**



# 1.

ES IST DAS JAHR 1963. Zwei Männer sind in Gaydon, England, auf der Suche nach einem ganz besonderen Auto. Ihre Auftraggeber? Albert „Cubby“ Broccoli und Harry Saltzman, Gründer von Eon Productions – und die Väter der Bond-Filme. Das Ziel? Für „Goldfinger“, den dritten Teil der Geheimagentenreihe, braucht man endlich einen angemessenen Wagen.

In „007 jagt Dr. No“, dem ersten Teil von 1962, fuhr Bond noch einen leicht motorisierten Mietwagen – für mehr reichte das Budget nicht. In „Liebesgrüße aus Moskau“ kam ein alter 1935er Bentley 3½ Litre zum Einsatz. Mit dem ersten Highlight aus der Q-Abteilung des MI6 – einem eingebauten Mobiltelefon. Für den dritten Teil sollte aber alles größer werden. Und der kommerzielle Erfolg von Bond ließ es zu. Neben Bond-Song und Bond-Girl war das Bond-Car wichtiger Bestandteil im Agentendreiklang.

Bei Eon hatte man sich entschieden: Ein Brite sollte es sein – wie der Geheimagent selbst. Der legendäre Aston Martin war dabei nicht erste Wahl. Zuvor hatte man bei Jaguar angeklopft und drei E-Types für „Goldfinger“ bestellt. Production Designer Ken Adam, selbst großer Sportwagen-Fan und E-Type-Besitzer, wollte für Bond den Klassiker mit der langen Schnauze als treuen Begleiter besetzen. Aber: Der Markt entschied anders. Denn nicht nur die Bond-Macher schielten auf den E-Type.

Mit diesem Knopf löst James Bond in „Goldfinger“ den Schleudersitz aus



Der legendäre Aston Martin DB5 am Set von „Goldfinger“ in den Schweizer Alpen

**ASTON MARTIN DB5**

Der war damals einer der erfolgreichsten Sportwagen und die Nachfrage riesig, mit der Produktion kam man gar nicht hinterher. Wirtschaftsgrößen und Hollywoodstars wollte man nicht warten lassen – Bond und Sean Connery dagegen schon. Mit Blick in den Rückspiegel der Geschichte kann man nur sagen: Pech für Jaguar, Glück für Bond.

Denn so verschlug es die beiden Männer nach Gaydon. 1963 brachte die Nobelmarke Aston Martin den Sportwagen DB5 frisch auf den Markt – und das Broccoli-Team wollte ihn. Production Designer Adam und der Special-Effects-Verantwortliche John Stears fragten zwei Modelle an. Sir David Brown, der damalige Eigentümer und mit seinen Initialen Namensgeber für den DB5, war „not amused“. Man könne die Wagen ja kaufen, wenn man sie so dringend bräuchte. Am Ende fand man doch eine Übereinkunft unter Gentlemen: Die zwei Modelle wurden verliehen. Das war übrigens das erste und das letzte Mal, dass in dieser langjährigen Beziehung Geld floss. Denn der Erfolg von „Goldfinger“ war auch ein Erfolg für Aston Martin. Bis heute stellt der Sportwagenhersteller die Bond-Autos kostenlos zur Verfügung. Der DB5 verlieh der Marke schließlich Legendenstatus. Auch wenn das nicht dagegen half, dass Aston Martin danach noch fünfmal pleitegehen und den Eigentümer wechseln sollte. Aber wer heute „Filmauto“ sagt, meint eigentlich immer auch James Bond und damit die Sportwagenmarke aus Gaydon. Eine Werbung, die unbezahlbar ist und bleibt.

Als 1963 das Geschäftliche geklärt war, durfte der Mann für die Spezialeffekte Hand ans Blech legen: Nach den Ideen von Ken Adam machte sich John Stears ans Werk – und der DB5 bekam seine ganz spezielle Q-Behandlung: kugelsicheres Glas, Radar,



Funktelefon, Maschinengewehre unter den Frontleuchten, rotierende Nummernschilder, ausfahrbare Klingen in den Rädern, Ölspray unter den Rückleuchten und natürlich die schussichere Rückwand, die bei Bedarf ausgefahren werden konnte. Und nicht zu vergessen: der rote Knopf unter dem Schaltknüppel, für den Schleudersitz.

Damit war es geboren: das berühmteste Auto der Welt. Alles, was nach dem Aston Martin DB5 kam, war nur noch Zitat. Und das galt nicht nur für die weiteren Bond-Filme mit Roger Moore, Pierce Brosnan und Daniel



Ganz oben: Öl, Nägel, Pistolen – hinter diesen Knöpfen verbergen sich die Geheimwaffen des DB5. Oben: Auch Bonds Gegenspieler bekamen den DB5 (vor allem von hinten) zu sehen

Craig. Spätestens ab „Goldfinger“ war klar, welche Faszination für das Publikum von diesem Mix von Mensch, Maschine und wilden Verfolgungsjagden ausgeht. Dieses Bond-Erbe trägt viel weiter, von „Knight Rider“ über „Drive“ bis zur „Fast & Furious“-Reihe.

Welche Strahlkraft speziell der Aston Martin für die Zuschauer hat, begriffen auch die Bond-Macher schnell. Für den vierten Bond-Film „Feuerball“ (1965) bestellte man zwei weitere Modelle, die mit den ganzen Gadgets der Q-Abteilung versehen wurden und die voll funktionstüchtig waren. Gebraucht wurden die Modelle aber nicht für den Film, sondern für Promozwecke in den USA. Welchen Status das Ur-Bond-Car noch heute hat, sieht man auch am Wert der Oldtimer. Eines der Promotion-Modelle wurde 2019 für 6,9 Millionen US-Dollar bei Sotheby's versteigert. Und Aston Martin selbst will auch am Erfolg weiterverdienen. Man baut jetzt eine Kleinserie des alten DB5. 28 Stück, von denen 25 für den freien Verkauf angeboten werden sollen. Auch mit den entsprechenden Gadgets an Bord, allerdings ohne Straßenzulassung. Preis: 3,3 Millionen Euro. Und sie werden alle gekauft werden. Wie Aston Martin selbst können auch die Bond-Macher nicht vom Klassiker lassen. So treu wie dem DB5 ist Bond sonst nämlich nur noch seiner Walther. Mit acht Filmen liegt der vierrädrige Hauptdarsteller sogar vor Sean Connery und Roger Moore. Seinen neuesten Auftritt hat der Oldtimer im aktuellen Bond „Keine Zeit zu sterben“. Mit einigen Updates. Aber das sehen Sie sich am besten selbst an.

# 2.

„CAN YOU SWIM?“, fragt Roger Moore ganz trocken Bond-Girl Barbara Bach. Um im nächsten Moment einen weißen Keil auf Rädern über den Pier ins warme Bahamas-Wasser zu jagen. Insassen inklusive. Der Lotus Esprit S1 aus „Der Spion, der mich liebte“ (1977) machte schon bei der Verfolgungsjagd mit einem Hubschrauber eine gute Figur. Als dann im Wasser auf Knopfdruck aber die Räder verschwanden, sich das Cockpit in eine Kommandobrücke verwandelte und an der Seite Schwimfflossen ausfahren, da war er wieder da, einer dieser berühmten Bond-Momente. In wenigen Sekunden verwandelte sich der Straßenflitzer in ein schnittiges U-Boot mit Periskop, Raketenwerfer, Minenleger und Rauchabstoß auf der Rückseite.



Per Knopfdruck vom Auto zum U-Boot – „Wet Nellie“ im Einsatz in „Der Spion, der mich liebte“



Moore's Lotus Esprit SI war die moderne Unterwasservariante des Bond-Cars schlechthin, des Aston Martin DB5 aus „Goldfinger“. Und moderner ging es wirklich nicht. Was nicht verwundert, schließlich stammt das kantige Design aus der Feder von Giorgetto Giugiaro, dem Chef und Gründer von Italdesign. Der verpflichtete sich ab den 1970er-Jahren ganz dem „Folded Paper“-Design. Seine Entwürfe sollten durch harte Kanten überzeugen, so scharf wie gefaltetes Papier.

Die Legende will es so, dass Albert Broccoli eines Tages ein Modell des Sportwagens zu Gesicht bekam, es war direkt vor seinem Büro in London geparkt. Kein Zufall, wie sich herausstellte. Denn auch bei Lotus wusste man um den verkaufsfördernden Effekt der Bond-Reihe. Und es funktionierte – denn auch Broccoli brauchte einen Erfolg. Nachdem „Der Mann mit dem goldenen Colt“ die Produzenten etwas enttäuschte – der Film war zwar sehr gut gelaufen, hatte aber wesentlich weniger als der Vorgänger eingespielt –, war man in Sorge um die 007-Zukunft. Für den zehnten Teil der Reihe musste deswegen etwas Besonderes her. Für „Der Spion, der mich liebte“ flossen 100 000 US-Dollar in den Spezialumbau des Unterwasser-Lotus. Es lohnte sich: Der Streifen spielte 185 Millionen US-Dollar ein: ein riesiger Erfolg. Großen Anteil daran hatte die Unterwasserjagd mit dem Lotus.

Was im Film als ein Auto zu sehen ist, ist in Wirklichkeit ein Puzzle aus neun verschiedenen Lotus-Modellen. Zwei dienten den Fahraufnahmen, sieben weitere wurden für die Unterwasseraufnahmen gebraucht. Bei ihnen handelte es sich nicht um Vollmodelle, sondern nur um eine Hülle, um in verschiedenen Stufen die Verwandlung vom Auto zum U-Boot zeigen zu können. Aber: Ein Modell ohne Räder war tatsächlich als U-Boot voll funktionstüchtig. Von der Filmcrew auf den Namen „Wet Nellie“ getauft, konnte der Lotus 15 Meter tief tauchen, war 7,2 Knoten schnell und ließ sich unter Wasser steuern. Während der Dreharbeiten saß allerdings nicht Roger Moore im Unterwasser-Lotus, sondern ein Ex-Navy-Seal im Taucheranzug. „Wet Nellie“ war innen geflutet, machte ihrem Namen also alle Ehre.

Kurz nach dem Film tauchte das Auto tatsächlich ab. Nach ein paar Showstopps in den USA wurde der ganz besondere Lotus einfach in Long Island, New York eingelagert. An dieser Stelle könnte die Geschichte von „Wet Nellie“ schon zu Ende sein. Wenn nicht nach zehn Jahren die Pacht ausgelaufen wäre. Da sich niemand mehr für das Lager interessierte, wurde die Box bei einer Blindauktion versteigert.

Ein Ehepaar erhielt den Zuschlag, für 100 US-Dollar. Die Bond-Ikone war intakt, nur das Dach beschädigt. Von 1989 bis 2013 wurde der Fund immer wieder ausgestellt und schließlich bei Sotheby's versteigert. Aus dem 100-Dollar-Glücksfund wurde ein 800 000-Dollar-Geschenk.

Doch auch hier endet die Geschichte nicht. Schuld ist der Käufer, denn der war kein Unbekannter – sondern Elon Musk, der als großer Bond-Fan gilt. Und der Kauf hatte auch für Tesla Folgen. 2015 wurde im Model S ein erster Hinweis auf das neue Spielzeug im Hause Musk gefunden. Ein Easter Egg, das „Wet Nellie“ auf dem Display der E-Limousine auftauchen ließ. Dafür muss man nur länger auf das T-Symbol auf dem Tesla-Display drücken. Dann öffnet sich das Servicemenü. Wenn man jetzt bei der Passwortabfrage „007“ eintippt, verwandelt sich der abgebildete Tesla im Untermenü „Suspension“ in den tauchenden Bond-Lotus. Und es ging weiter: Im Juni 2019 machte die Meldung die Runde, dass Tesla an dem Design für ein Auto arbeiten würde, das sich in ein Unterseeboot verwandeln kann. Man ahnt, wer das Vorbild war.

## WET NELLIE + TESLA

Das Amphibienfahrzeug als Stil-Vorbild: Die „Wet Nellie“ (links) beeinflusste maßgeblich das Design von Teslas Cybertruck (rechts)



Auch damit war es noch nicht genug. Ende November 2019 stellte Tesla ein neues Modell vor: den futuristischen „Cybertruck“. Dabei bricht der Elektro-Pick-up mit der bisherigen Designtradition von Tesla. Musk zeigt statt Rundungen klare Kante. Und wo kommt die wohl her? Die offizielle Bestätigung kam vom Tesla-Chef. In dem Tweet von Musk war zu lesen: „Cybertruck design influenced partly by The Spy Who Loved Me“. Darunter war die Unterwasserszene aus „Der Spion, der mich liebte“ zu sehen, mit „Wet Nellie“. Man lehnt sich also nicht zu weit aus dem Fenster, wenn man behauptet, dass die Mobilität der Zukunft wohl von einem über 40 Jahre alten 007-Film geprägt werden wird. Well done, Mr. Bond. 🕶️



# LOTIONS-LEKTIONEN

Warum sich ein *Gentleman* nur in gewissen Situationen *shirtless* zeigen sollte

## ZAHLEN, BITTE! DIESMAL: KÖRPERPFLEGE

# 10kg

wiegt die Haut eines Erwachsenen durchschnittlich.

## 10 Cent

So groß wie diese Münze sollte die Menge Duschgel sein, mit der man seine Haut einseift, größer nicht. Als Bodylotion danach dürfen es zwei Esslöffel sein, bei Sonnenschutz vier Esslöffel für den ganzen Körper.

## 15 Min.

unter der kalten Dusche zu zittern verbrennt so viel Fett wie eine Stunde Radfahren.

## 70 PROZENT DER FRAUEN

die mit Pille verhüten, finden Männer mit rasierter Brust attraktiver. Bei Frauen jenseits der Wechseljahre sind es nur noch 40 Prozent.

## Platz für 300 Haare

bietet ein durchschnittlicher Männerkopf pro Quadrat-zentimeter Haut. Im Schamereich sind es etwa 35 Haare, auf der Brust neun.

Auf GQ.de war kürzlich zu lesen, weshalb sich manche Männer öffentlich gerne oben ohne zeigen. Das Testosteron sei schuld. Außerdem ein frühkindlicher Mangel an Mutterliebe, den diese Männer zu kompensieren suchen. Ein GQ Gentleman hat derartiges Imponiergehabe nicht nötig, er zeigt seine Brust nur dann, wenn es Sinn ergibt – etwa zur Körperpflege. Maximilian Fiesel verwendet dafür die „The Ritual of Samurai“-Lotion mit „maskulin-würzigem Duft“, wie Hersteller Rituals schreibt. Nach Testosteron klingt das allerdings auch.

# DAS DUELL DER DUFTFAVORITEN

Am 14. Mai wird die begehrteste Auszeichnung der Beauty-Branche verliehen: der DEUTSCHE PARFUMPREIS DUFTSTARS. Werden Sie jetzt Juror und künden Sie den Gewinner in der Kategorie Publikumspreis.

## MONTBLANC EXPLORER

### KOPFNOTE

Italienische Bergamotte,  
Salbei, rosa Pfeffer

### HERZNOTE

Vetiver aus Haiti

### BASISNOTE

Indonesisches Patschuli,  
Ambroxid, Akigalawood



### SEIN MANTRA

Entdecker und Globetrotter  
wissen: Abenteuer kennen  
keine Grenzen

### SEIN STIL

Meisterliche Handwerks-  
kunst meets modernste  
Hightech-Methoden

### SEINE AUSSTRAHLUNG

Geheimnisvoll und welt-  
gewandt

### SEIN SPORT

Bergsteigen in den Alpen  
und Bouldern in der  
Großstadt

### WO MAN IHN TRIFFT

Auf einer Expedition im  
Himalaya

**JETZT ABSTIMMEN  
UND GEWINNEN!**

Verhelfen Sie jetzt unter [www.duftstars.de](http://www.duftstars.de) Ihrem Favoriten zum Sieg und gewinnen Sie eines von 3 iPhone 11 Pro oder freuen Sie sich über eine von über 100 Duftüberraschungen. Am 14. Mai 2020 wird der Duftfavorit des Publikums bei der Verleihung des DEUTSCHEN PARFUMPREIS DUFTSTARS bestimmt.

## WERDEN SIE DUFT-CONNAISSEUR:

Besuchen Sie vom 14. - 16. Mai das Düsseldorfer Event „Faszination Parfum“. Nehmen Sie an Duftworkshops teil und erfahren Sie alles über die Duftrends 2020! Mehr Informationen unter [www.faszinationparfum.de](http://www.faszinationparfum.de).

## DOLCE&GABBANA K BY DOLCE&GABBANA

### KOPFNOTE

Sizilianische Zitrone,  
Wacholderbeere, Blutorange

### HERZNOTE

Piment-Essenz, Geranienöl,  
Lavandin, Muskatellersalbei

### BASISNOTE

Patschuli, Zedernholz,  
Vetiver



### SEIN MANTRA

Be the modern King  
of everyday life

### SEIN STIL

Stark, selbstsicher und  
unfehlbar elegant

### SEINE AUSSTRAHLUNG

Anziehend und  
unverkennbar maskulin

### SEIN SPORT

Rudern als solo oder im 8er  
Mit einem Negroni an der  
Hotelbar



DER  
PERFEKTE  
DUFT  
FÜR

**WORK-TRIP  
OFFICE  
DINNER  
DATE**



# FOUR DIMENSIONS

*Fotos* **SARAH FÜRBRINGER**

*Redaktion* **CORDULA FUNKE**

# 01 WORK- TRIP

Ihr Parfüm für den Business-Trip darf sich durchaus vom tagtäglichen Duft unterscheiden. Die einzige Grundregel: bitte keine zu aufdringlichen Duftstoffe. Spielen Sie lieber mit verschiedenen Nuancen – wie synthetischen Metallen oder Pfeffer Sorten bis hin zu würzigem Koriander oder schwerem Leder. Travel-Tipp: Auch wenn bis zu 100 ml mit ins Handgepäck dürfen, bieten viele Marken kleine, praktische Travel-Sizes an.

„Leather“, (**Malin + Goetz**),  
ab 85 €/50 ml  
„Gentleman EdP Boisée“,  
**Givenchy**, ab 74 €/50 ml  
„Copper“, **Comme de  
Garçons**, ab 140 €/100 ml





# 02 OFFICE

Es braucht: absolute Ehrlichkeit zu sich selbst, schließlich tragen Sie diesen Duft den ganzen Tag. Und: Nicht nur Sie sollten diesen Duft lieben, sondern auch Ihre Kollegen – oder sich durch ihn zumindest nicht gestört fühlen. Weniger ist hier eindeutig mehr. Setzen Sie deshalb auf Frische, das kommt eigentlich bei jedem gut an – Zitrone, Limette, ein Hauch von Orange. Die perfekte Ergänzung: sanfte Holznoten wie Sandelholz und eine natürliche Facette wie Vetiver, um uns im Alltag zu erden.

„Original“, **Eight & Bob**,  
ab 60 €/30 ml  
„No. 14“, **J. P. Hackett &  
D. R. Harris**, ab 38 €/50 ml  
„Dior Homme EdT“, **Dior**,  
ab 69 €/50 ml







**03**

# DINNER

Lässigkeit mit einem Schuss Individualität – das passt perfekt zum Dinner. Bedeutet: ein wenig außergewöhnlich, aber ohne dem eigentlichen Star (genau, dem Essen) die Show zu stehlen. In diesem Fall kommen als Basis Zutaten wie Minze, Bergamotte oder Pfeffer besonders gut an. Für die außergewöhnliche Prise sorgen ausgefallene Duftstoffe wie Lotusblüte, Petitgrain oder – ja, Lakritz.

„Le Mâle Aviator“, **Jean Paul Gaultier**, ab 89,50 €/125 ml  
„American Dream“, **Gravel**, 149 €/100 ml  
„Yuzu“, **Acqua di Parma**, 205 €/100 ml



# 04 DATE

Jetzt ist die Zeit, mit einem Duft *all in* zu gehen! Grundsätzlich ist jede Duftrichtung erlaubt – solange sie Ihre Persönlichkeit unterstreicht. Trauen Sie sich an starke Statement-Nuancen wie Grapefruit, Moschus oder Tabak Absolute. Und machen Sie so die Probe aufs Exempel: Wenn Ihr Gegenüber Sie nicht riechen kann, dann passt es auch sonst nicht. Einen schnelleren Yes-or-no-Test gibt es nicht.

„Sexual Healing“, **Art Meets Art**, 95 €/50 ml  
„Mandarin di Amalfi“, **Tom Ford**, ab 103 €/30 ml  
„Terre d'Hermès EdT“, **Hermès**, ab 76,50 €/50 ml



**FOTO-ASSISTENZ:** Luisa Brandstetter  
**SHOOT ART DIRECTION:** Anaïs Hüttenbrink  
Wir bedanken uns herzlich beim Filmtheater  
Sendlinger Tor, Astor Film Lounge und Xaver's



# FÜR DRAUFGÄNGER

WELCHE MUSIK HÖREN SIE,  
WENN SIE DEN DUFT RIECHEN?

Das Parfüm ist sehr divers, intensiv und ein olfaktorischer Duft-Trip. Also: Die Kopfnote ist ganz klar „Thunderstruck“ von AC/DC. Die Herznote riecht nach „1979“ von den Smashing Pumpkins, und die Basisnote sind die Rolling Stones mit „Sympathy for the Devil“.

„The Skull“ ist das erste Parfüm von Designer Philipp Plein – und wie seine Mode ziemlich stark und eindeutig. Hier erklärt er uns den Duft

AN WELCHEN  
ORT ERINNERT SIE  
DER DUFT?

Definitiv an eine Metropole, in meinem Fall an mein Townhouse in New York City. Ich sehe geschäftige Männer und Frauen, die ihr Leben zwischen der Upper East Side und SoHo managen.

WELCHE  
FARBE SEHEN  
SIE?

Der Duft ist die Essenz der Marke Philipp Plein. Also sind es die Farben, die mich seit Beginn meiner Karriere begleiten: totales Schwarz, Platin und ein Hauch von Rot.

WONACH  
RIECHT ES?

Meisterparfümeur Alberto Morillas hat hier würzige und holzig-lederne Noten mit einem Hauch von schwarzem Pfeffer, Kardamom und Bourbon-Vanille zusammengebracht.

WELCHES TIER  
WÄRE DER DUFT?

Ein Katzenwesen – elegant und wild zugleich. Eine Katze ist sexy, glamourös und dabei immer elegant, egal was sie macht.

**Philipp Plein,**  
„The Skull“,  
350 €



AN WELCHEN STAR ERINNERT  
SIE DAS PARFÜM?

Ganz klar James Bond. Und zwar daran, wie er sich nach einem Fallschirmsprung auf sein Motorrad schwingt und sich auf den Weg zum Dinner macht. Ein moderner Held mit einem einmaligen Gefühl für Stil – frisch, immer perfekt und vor allem: ein Gewinner-Typ!

# GQ MOST WANTED

## Sportliche Raffinesse

**Vom Green bis zum  
Clubhaus – punkten Sie  
mit smarten Details**

**1 PARAJUMPERS** Abgetriebene Schiffe, auf 4000 Metern festsitzende Bergsteiger – die Extrembergungen des 210th Rescue Squadron in Alaska inspirierte die Italiener zu Hightechkleidung, die die „Angus Cap“ mit Spezialbeschichtung und Polarinnenfutter perfekt ergänzt. [parajumpers.it](http://parajumpers.it)

**2 COLMAR** Das langärmelige „Jacquard Poloshirt“ aus Stretch-Pique mit Netzeinsätzen unter den Armen sorgt für optimale Atmungsaktivität und Bewegungsfreiheit – und zeigt einmal mehr, dass der Erfinder der ersten aerodynamischen Skijacke auch vom Golfen Ahnung hat. [colmar.it](http://colmar.it)

**3 RÜSCHENBECK** Weiße Superluminova-Appliken auf Zeigern und Indizes plus leuchtblaues Zifferblatt – mit der „R5Chrono“ haben Sie die Zeit stets im Blick. Auch cool: die 48-Stunden-Gangreserve, das Heliumventil für Tauchgänge bis 500 Meter und die Sicherheitsfallschleife. [rueschenbeck.de](http://rueschenbeck.de)

**4 HACKETT** Buchstabengetreues Remake eines Klassikers: Die Schlaufe in H-Form zielt als fester Bestandteil der DNA auch diesen exzellent gearbeiteten Brit-Chic-Gürtel aus edlem schwarzem Leder. Frische Akzente setzen die royalblauen Zierstiche neben der Schließe. [hackett.com](http://hackett.com)

**5 STONE ISLAND** Schon seit 1982 ist das italienische Sportswear-Label für seine Experimentierlust bekannt. Jüngster Beweis: der Sneaker aus Baumwollstoff mit appliziertem Windrosen-Logo auf der Lasche und raffiniert hochgezogener Sohle aus schwarzem und weißem Gummi. [stoneisland.com](http://stoneisland.com)





# SECRET SERVICE

*Future Grooming:* Diese sechs Hightech-Produkte machen Sie im Badezimmer zum Bond

## 01 HIGHTECH ZUM CREMEN

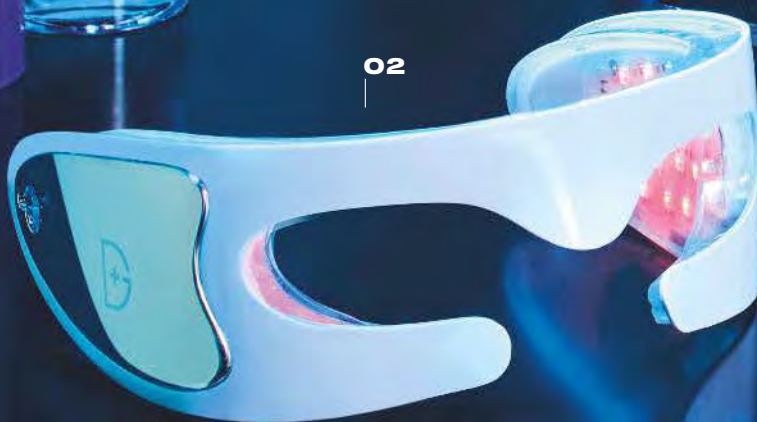
Biomediziner Augustinus Bader kommt aus der Narbenforschung – und hat deshalb bei seiner Skincare die Hautgesundheit im Fokus. Das Ergebnis: Hightech für die Haut. „The Rich Cream“, **Augustinus Bader**, 225€



01

## 02 BRIGHT LIGHT

Lichttherapie für zu Hause: Diese coole Brille stimuliert mit Lichtwellenlängen die Produktion von Kollagen, das Falten glättet und die Haut um die Augen frischer aussehen lässt. „Skincare DrX Spectralite Eyecare Pro“, **Dr. Dennis Gross** über Zalando, 260€



02

## 04 IONEN-POWER FÜRS HAAR

Dieser neue Haartrockner verteilt beim Fönen Zink-Ionen, die die Haarstruktur stärken, im „Gesichtshaut-Modus“ wird die Haut so mit Feuchtigkeit versorgt. „EH-NA98“, **Panasonic**, 200€



04

03

## 03 FRESH & SMOOTH

Minimaler Aufwand, maximaler Effekt: Die Gesichtereinigungsbürste wird morgens und abends für gerade mal eine Minute angewendet. Das Ergebnis: glatte, frische Haut – und Rasierklingen, die fast doppelt so lange halten. Luna 2 for Men, **Foreo**, 170€

## 05 COME PLAY

Smartes Zähneputzen leicht gemacht: Okay, eigentlich wurde diese Schallzahnbürste für Kinder entwickelt. Verbunden mit der Playbrush-App sorgen Challenges aber auch bei Erwachsenen spielerisch für das perfekte Putzergebnis. „Smart One“, **Playbrush**, 70 €



05

## 06 IT'S GETTING HOT

Eine warme Rasur ist nicht nur angenehmer, sondern hält auch länger. Der Grund: Die Poren öffnen sich besser. Und dieser Rasierer bringt dank beheizbarem Wärmestreifen das Barbier-Gefühl ins heimische Badezimmer. „Heated Razor“, **Gillette Labs**, 200 €



06

## 3 FEHLER, DIE (FAST) JEDER BEIM PARFÜM- AUFTRAGEN MACHT



*Einfach drauflossprühen?  
Wir können das Malheur  
schon riechen ...*

### 1 SCHÖN EINREIBEN

Man sieht es immer wieder: Ein Spritzer auf das rechte Handgelenk, dann aufs linke ... und dann werden die beiden zusammengerieben. Woher diese „Technik“ stammt, ist unklar – aber sie ist auf alle Fälle Quatsch. Warum? Das Reiben zerstört die Duftmoleküle, was den Duft des Parfüms verändern kann – oder ihn gleich verfliegen lässt.

### 2 AUF TROCKENE HAUT SPRAYEN

Trockene Haut entzieht dem Parfüm Feuchtigkeit, die der Duft aber benötigt, um sich ideal entfalten zu können. Tipp: vorher mit einer Bodylotion eincremen und direkt nach dem Duschen auftragen, wenn die Haut noch etwas feucht ist – ohne zu reiben.

### 3 AUF KLEIDUNG SPRÜHEN

Trick 17: Da vielen der Duft des Parfüms zu schnell verfliegt, tragen Sie ihn auch auf der Kleidung auf. Das ist allerdings Unsinn. Materialien wie Baumwolle können die Duftmoleküle nicht aufnehmen, bei empfindlichen Stoffen wie Seide können sie sogar Flecken hinterlassen. **GO**



# HEIM SPIEL

INTERVIEW:  
CHRISTOPH  
LANDSGESELL

FOTOS:  
STEFAN  
ARMBRUSTER

David Alaba spielt seit über einem Jahrzehnt für Bayern München. Doch er hat uns alles gezeigt: Seine Wohnung, seine Sauna, sein Innenleben. rassistische Anfeindungen geprägt haben



Jacke  
**Marcelo Burlon**  
*über [matchesfashion.com](https://matchesfashion.com)*

Hoodie  
**A-Cold-Wall\***  
*über [matchesfashion.com](https://matchesfashion.com)*

T-Shirt  
**Maison Margiela**

Hose  
**OAMC**

sein Herz gehört nach wie vor Wien. Wir haben bei ihm daheim vorbeigeschaut - und  
Im Interview spricht er über Glaube, Freundschaft, Erfolgsdruck - und darüber, wie ihn



„DER GLAUBE  
HAT MICH  
DANIN GEBRACHT,  
WO ICH  
HEUTE BIN“

Diese Seite  
Pullover  
**Fear of God**  
über [mrporter.com](http://mrporter.com)

T-Shirt  
**Maison Margiela**

Hose  
**Y-3**  
über [matchesfashion.com](http://matchesfashion.com)

Schmuck  
*privat*

Rechte Seite  
Hemd  
**Acne Studios**  
über [matchesfashion.com](http://matchesfashion.com)

T-Shirt  
**Maison Margiela**

Hose  
**Dior Men**

Schmuck  
*privat*







„ICH LIEBE  
WIEN, DIE  
STADT GIBT  
MIR EINFACH  
SEHR VIEL“

*Diese Seite*  
Lederjacke  
**Joseph**

T-Shirt  
**Ami**

Hose  
**Neil Barrett**  
Sneakers  
**Adidas X**  
**Craig Green**

Socken  
**Falke**

*Rechte Seite*  
Jacke  
**Craig Green**

T-Shirt  
**Maison Margiela**

Hose  
**Acne Studios**

Sneakers  
**Adidas X**  
**Craig Green**

Socken  
**Ami**





**STYLING:** Paul Maximilian Schlosser  
**GROOMING:** Ina Maurer  
**FOTO-ASSISTENZ:** Xenia Trampusch  
**STYLING-ASSISTENZ:** Patrizia Narbon  
**PRODUKTION:** Verena Aichinger

Lederjacke  
**Joseph**  
T-Shirt  
**Ami**

# WER DAVID ALABA IN WIEN BESUCHT,

Stolzer Wiener, stolzer Österreicher:  
Ein Stapel von Autogrammkarten  
der Nationalmannschaft liegt in der  
Wohnung von David Alaba

sollte sich bei der Sockenwahl Gedanken machen. Denn an der Eingangstür zur Wohnung gilt: Schuhe aus. An diesem Vormittag türmen sich die Sneakers (und ein Paar Cowboystiefel vom Fotografen). Sie gehören aber nicht allein dem achtköpfigen GQ-Team, das Alaba (27) in den kommenden Stunden begleiten wird. Der Verteidiger des FC Bayern München hat – wie bei fast jedem Heimat-Trip – seine Kumpels dabei. Noch sind alle ein bisschen übermüdet, das letzte Spiel (ein Sieg, eh klar) ist noch nicht allzu lange her. Dann dreht irgendwer die Anlage auf, und Hip-Hop flutet sämtliche Räume der zweistöckigen Wohnung in der 17. und 18. Etage eines Neubaus in zentralster Lage. Welcome to Vienna!

**David Alaba, wir sind hier bei Ihnen zu Hause, in Ihrer Wohnung in Wien – der Stadt, in der Sie geboren sind. Was bedeutet Heimat für Sie?**

In erster Line ist Heimat für mich da, wo meine Familie, meine Liebsten sind. Aber klar, Wien ist wunderschön, meine Heimatstadt. Ich bin hier aufgewachsen und bin sehr gerne hier, habe hier meine Familie und viele meiner Freunde. Wenn ich Urlaub habe, verbringe ich viel Zeit hier, weil die Stadt mir einfach sehr viel gibt.

**Wie entspannen Sie, wenn Sie in Wien sind?**

Meine Freunde und meine Familie kennen mich von klein auf, deshalb kann ich hier einfach sein, wie ich bin. Wir gehen gerne zusammen essen, beispielsweise ins Restaurant „Neni“, tauschen uns aus und verbringen einfach Zeit miteinander. Danach machen wir oft noch einen Abstecher auf den Naschmarkt. Meistens aber sind wir alle bei mir in der Wohnung, wo wir unter uns sein können. Natürlich sind wir abends auch in Restaurants oder Bars unterwegs. Ich weiß, wo ich hingehen kann. Dadurch, dass ich in der Öffentlichkeit stehe, ist das nicht mehr so einfach, wie es mal war.

**Sie können also nicht einfach auf die Straße gehen?**

Schwierig, schwierig – aber ich tue es manchmal, weil ich in Wien diese Liebe spüre und sehr dankbar für die Liebe bin, die ich hier empfangen.

**Ihre Wohnung liegt in einem schönen Teil der Stadt.**

**Wie war die Gegend, wo Sie aufgewachsen sind?**

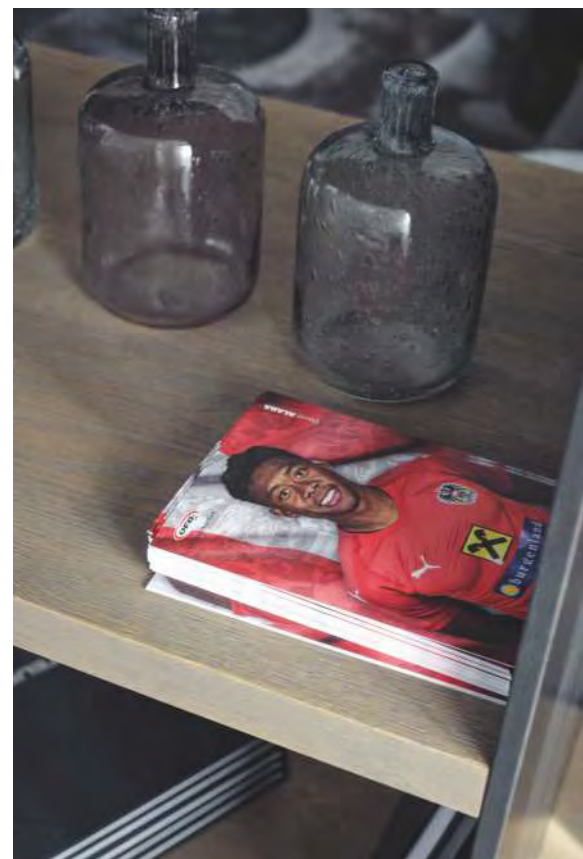
Ich bin im zehnten Bezirk geboren. Die Leute dort sind cool, es ist sehr multikulti, immer was los. Sicherlich lauter als im 22. Bezirk, in dem ich dann aufgewachsen bin, wo heute meine Eltern und meine Schwester wohnen und auch die meisten meiner Freunde. Ich habe sehr früh begonnen, groß zu träumen, große Ziele zu haben, die auch zu verfolgen, und war schon sehr jung sehr hungrig. Das hat meinen Weg geebnet. In Wien habe ich unheimlich viele Momente erlebt, die mich als Person, wie ich heute dastehe, geprägt haben, die mir sehr viel gegeben haben – und dafür bin ich meiner Stadt, meinem Freundeskreis und meinem Umfeld mit meiner Familie wirklich sehr dankbar.

**Haben Sie noch Ihre Freunde von früher?**

Ja, wir sind eine Gruppe von zehn Leuten.

**Wir haben schon gemerkt: Bei Ihnen zu Hause ist viel los. Ständig kommt und geht jemand.**

Ja, das ist so bei mir. Ich bin in einer Familie aufgewachsen, wo



immer was los war. Mein Vater ist aus Nigeria, meine Mutter von den Philippinen, ich habe einen großen Teil meiner Familie von den Philippinen hier in Wien. Dadurch durfte ich in einer sehr großen und warmen Familie aufwachsen, was mir auch sehr wichtig ist. Ich bin nicht gerne alleine, ich fühle mich am wohlsten, wenn ich mein gewohntes Umfeld um mich habe.

**Nigeria, die Philippinen, Sie sind Österreicher, spielen in München Fußball. Wo sind Sie zu Hause, womit identifizieren Sie sich?**

Ich bin zu Hause in Wien, habe aber mein Leben weitergebaut, außerhalb von Österreich, in München. Aber meine Eltern haben – schon bevor ich überhaupt auf der Welt war – begonnen, diesen Weg zu gehen. Vor über 30 Jahren kamen sie nach Österreich, um sich hier ein Leben aufzubauen. Deshalb glaube ich, dass auch mein Weg schon viel früher begonnen hat – auch, was meine Ziele betrifft: größer zu leben, größer zu denken und zu träumen. Das wurde mir einfach mitgegeben, dass die Welt dir offensteht und du deine Ziele immer verfolgen sollst. Aber ich bin stolzer Wiener – und es ist mir eine Riesenehre, für das österreichische Nationalteam zu spielen.

**Vor diesem Interview hatten wir Sie vor der Kamera – für einen Fashion-Shoot.**

Mode interessiert mich total, ich habe immer geglaubt, dass ich Ahnung davon habe und dass ich mich immer schon gut anziehen konnte. Zumindest was meinen Geschmack betrifft und wie ich mich ausdrücken wollte. Aber ich war jetzt dreimal auf einer Fashion Week, und diese komplett andere Welt





**„ICH WAR  
SCHON SEHR JUNG  
SEHR HUNGRIG,  
DAS HAT MEINEN  
WEG GEEBNET“**

und wie die Menschen dort sind, das ganze Drumherum: Das habe ich vorher noch nie gesehen. Das war extrem interessant, eine komplett andere Welt als die, in der ich lebe. Das hat mir den Ansporn gegeben, Mode besser verstehen zu wollen und auch die Leute dahinter. Was sie mit ihren Entwürfen ausdrücken wollen oder Dinge wie: Wie kommt man auf eine Farbe für die nächste Saison? Wie entsteht ein Design, wie kommen Entscheidungen zustande, die Trends setzen?

**Woher nehmen Sie Ihre Inspiration?**

Klar, das Internet trägt einen großen Teil dazu bei. Ich habe aber das Glück, durch meinen Beruf viel zu reisen, und bin auch privat gerne unterwegs. Städte an sich haben einen gewissen Einfluss auf mich, wo ich viel beobachte, vielleicht auch nur unterbewusst. Aber ich habe ein Auge dafür, was mir gefällt – und was nicht.

**Wie kaufen Sie ein?**

Mittlerweile vor allem online. Aber ich shoppe auch auf Reisen, meistens im Ausland.

**Auf einem Foto haben Sie eine Bibel in der Hand.**

Ja, ich lese regelmäßig in der Bibel. Der Glaube spielt in meinem Leben eine sehr wichtige Rolle, und ich glaube daran, dass er mich dahin gebracht hat, wo ich heute bin. Es gibt keinen bestimmten Zeitraum am Tag, an dem ich sie regelmäßig lese. Ich versuche aber, mir dafür Zeit zu nehmen und das in meinen Alltag einzubauen. Am intensivsten beschäftige ich mich wohl an Spieltagen damit, entweder im Hotel oder auf dem Weg zum Stadion.

**Seit Kurzem sind Sie Vater eines Sohnes. Wie hat das Ihr Leben verändert?**

Das war einerseits eine große Veränderung – und andererseits auch nicht. Für mich war das Entscheidende, dass es von der einen auf die andere Sekunde eine Verantwortung in mir geweckt hat, es hat in mir etwas ausgelöst. Es ist eine komplett neue Erfahrung, und dafür bin ich wirklich sehr dankbar.

**Welche Werte wollen Sie Ihrem Sohn mitgeben?**

Ich bin sehr dankbar für die Erziehung meiner Eltern, die mir ihre Werte mitgegeben haben, wovon ich heute noch profitiere. Sie waren vielleicht auch etwas strenger, haben mich aber zu dem gemacht, der ich heute bin. Ich möchte natürlich meine Werte weitergeben und meine Erfahrungen: Dankbarkeit, Ehrgeiz, Wille – und die Fähigkeit, groß zu träumen. Speziell das, groß zu träumen und groß zu denken, niemals aufzugeben, das will ich weitergeben.

**Kürzlich gab es wieder Fälle von Rassismus im deutschen Profifußball.**

Als ich noch jünger war, kam es auch bei mir zu Konflikten, die nicht so schön waren, als ich noch weniger bekannt war. Zum Beispiel beim Weggehen oder einfach auf der Straße in Wien. Damals reagierte ich aber noch auf eine Art, wie ich sie heute meide. Auch in der Schule gab es Auseinandersetzungen, verbal, aber auch mal physisch. Das hat mich zum einen zu dem gemacht, der ich heute bin, und vielleicht auch dahin gebracht, wo ich heute bin. Es hat mir zum anderen einen gewissen Drive gegeben und den Ehrgeiz, den ich gebraucht habe, um mich zu entwickeln. Aber ich finde diese Vorfälle sehr, sehr traurig, und eigentlich dürfte es sie gar nicht geben. Ich glaube, dass speziell wir, die Spieler und Personen in der Öffentlichkeit – ob wir selbst betroffen sind oder nicht –, unsere Stimmen erheben müssen. Aber auch die Fußball-Organisationen müssen mithelfen. Man sieht, dass einige Dinge im Gange sind, aber vielleicht ist das noch zu wenig. Und vielleicht muss man in manchen Situationen einfach härter durchgreifen.

**David Alaba  
träumt davon, für  
einige Zeit in den  
USA zu leben.  
Sein Vertrag beim  
FC Bayern Mün-  
chen läuft aktuell  
bis 2021**





***Sie sind seit zwölf Jahren bei Bayern, haben 2013 das Triple gewonnen. Welche sportlichen Ziele haben Sie noch?***

Ich stecke mir immer wieder neue Ziele – und plane aber auch nicht zu weit in die Zukunft. Natürlich wollen wir am Ende der Saison ganz oben stehen im Pokal und in der Meisterschaft. Die Champions League ist natürlich ein Traum, und ich werde alles versuchen und alles geben, um ihn mir noch einmal zu erfüllen.

***Sie waren schon mit Anfang 20 ganz oben. Wie schwer war es, sich neu zu motivieren?***

Klar gibt es Phasen, in denen es nicht einfach ist. Ich wurde mit 17 Jahren Profi – und das bei Bayern München, einem der größten Vereine auf dieser Welt. Aber bei Bayern muss man immer ehrgeizig sein und hungrig bleiben, jedes Jahr Erfolg haben. Das ist der Anspruch des Vereins, der aber auch von außen und von den Medien kommt. Aber bei Bayern kriegst du das sehr früh mit, das wird einem sozusagen eingeimpft.

***Wie gehen Sie mit dem permanent hohen Druck um?***

Der ist schon enorm, speziell bei Bayern, aber das macht es auch aus. Zum Teil treibt mich der Druck an, immer besser zu werden, der Beste zu sein, seine Ziele zu erreichen. Auf der anderen Seite ist es nicht immer einfach, mit diesem Druck umzugehen. Da spielt Erfahrung eine sehr, sehr wichtige Rolle.

Die muss man machen, vor allem in jungen Jahren. Ich habe diese Erfahrungen für mich gemacht, und wenn man es schafft, aus diesen Erfahrungen – die vielleicht nicht in den Höhen liegen, sondern eher in den Tiefen – mental gestärkt hervorzugehen, ist das sehr wichtig. Man kann viel daraus schöpfen und mitnehmen.


***Erst Wien, jetzt München. Würden Sie gerne noch mal in eine andere Stadt, vielleicht Madrid oder Barcelona?***

Ja. Ob während oder nach der Karriere, das weiß ich nicht. Aber ich kann es mir auf jeden Fall vorstellen.

***Ihr Vertrag bei Bayern München läuft noch bis 2021.***

Und dort liegt auch mein kompletter Fokus. Ich fühle mich in München sehr wohl. Aber ich kann mir grundsätzlich auch vorstellen, einen anderen Weg einzuschlagen. Das wird sich irgendwann zeigen. Darüber mache ich mir im Moment keine Gedanken.

***Und wie sieht es für die Zeit nach der Karriere aus?***

Schwierig zu sagen, ich weiß ja, wie schnelllebig der Fußball ist und es mein bisheriges Leben ebenso war. Aber ich kann mir vorstellen, mal für ein, zwei Jahre weiter weg zu gehen, zum Beispiel in den USA zu leben und die Kultur dort kennenzulernen. Oder ich bin in Österreich, in Wien, in meiner Heimat. Oder auch in München. Schauen wir mal. 







COLLAGE:  
BlankSpace

DIE AKTE

# BOND GIRLS

TEXT:  
Mathias Ottmann  
& Ulf Pape

---

**ETWA 80 FRAUEN GEHEN ALS BOND-GIRLS** in die Filmgeschichte ein. Die einen wurden zu Ikonen, für andere war die Rolle eine Sackgasse. Vor allem aber ist das Frauenbild James Bonds antiquiert – und trift vor Sexismus. Wir haben bei Barbara Carrera und Maryam d'Abo nachgefragt, wie sie heute auf ihre Rollen blicken

---



# „SPREIZEN SIE DIE BEINE!“

In keiner anderen Film-Serie würde dieser Satz ein so natürliches Habitat finden wie in der James-Bond-Reihe. Aus genau dieser stammt er auch, ausgesprochen mit vorgehaltener Pistole. Allerdings sagt den Satz nicht Bond, sondern Barbara Carrera. In „Sag niemals nie“ von 1983 spielt sie die brandgefährliche Fatima Blush – und ist drauf und dran, Sean Connery in sein Gemächt zu schießen. „Ich habe sie nie als Bond-Girl gesehen“, erinnert Carrera sich im Gespräch mit GQ. „Ein normales Bond-Girl hat nicht viel zu tun. Sie hängt am Pool rum und ist schön. Fatima war anders. Sie war gefährlich.“

Tatsächlich ist diese Fatima nicht das typische Bond-Girl, wie man es vor allem aus den Filmen der Zeit von Sean Connery und Roger Moore gewohnt war: Da waren Frauen selten mehr als hübsches Beiwerk, meistens ziemlich hilf- und wehrlos gegen den rauen Charme des Agenten im Dienste Ihrer Majestät. Mindestens zwei Frauen pro Film landeten früher oder später im Bett von James Bond. Starke Frauenrollen sehen anders aus.

Etliche Schauspielerinnen haben sich in der Rolle eines Bond-Girls ein eigenes Denkmal gesetzt, allen voran Ursula Andress, die 1962 im ersten Bond-Film „007 jagt Dr. No“ als Honey Ryder aus den Wellen stolziert. Sie wurde zur Ikone. Halle Berry erwies ihrer frühen Vorgängerin 2002 die Ehre, indem sie die Szene mit Pierce Brosnan in „Stirb an einem anderen Tag“ nachspielte.

Hinter diesen eingetragenen Bildern verbirgt sich das bescheidene Muster, dem Frauen an Bonds Seite folgen. Allein ihre Namen wie Pussy Galore oder Dr. Goodhead lassen auf den Platz schließen, den Bond (und die Macher) ihnen zuwies. Im Zuge der #metoo- und „Time's up“-Debatte nach den Enthüllungen um Produzenten-Schergewicht Harvey Weinstein titelte der „Guardian“: „Time's up for James Bond“, und befand, dass der Spion zu „toxisch“ sei für eine Zeit, in der die Filmbranche sich damit auseinandersetzen muss, wie offensichtlich sie Frauen benachteiligt, nicht nur bei der Produktion von Filmen, sondern auch in den Geschichten, die das Kino erzählt.

Bond-Filme liefern neben den zahllosen

Klapsen, die auf Frauen-Hintern verteilt werden, etliche Szenen, von denen man sich heute fragt, wie sie ihren Weg ins Drehbuch fanden. In „Feuerball“ von 1965 überwältigt Bond eine Ärztin, die ihn untersucht. Pussy Galore wird 1964 in „Goldfinger“ von ihm im Heu zu Boden gedrängt – nicht neckisch, nicht komisch, nicht anders zu deuten als eine Vergewaltigung. Es sind nicht nur die 60er-Jahre, in denen es in Bond-Filmen vor blankem Sexismus nur so wimmelt. Gewalt gegen Frauen, Missbrauch von Frauen und weitere Übergriffe ziehen sich bis in die Streifen, in denen bereits Daniel Craig den Spion verkörperte. Plötzlich wird das Label „Bond-Girl“ zur milden Umschreibung von Bond-Opfern.

„Ich war schockiert, als ich das gesehen habe“, erinnert Maryam d'Abo sich gegenüber GQ an die Szene, in der Bond in „Spectre“ die von Monica Bellucci dargestellte Frau verführt, kurz nachdem ihr Mann beerdigt wurde. „Das war mindestens schräg“, sagt sie. D'Abo trat Mitte der 80er in das Bond-Universum, als die Produzenten-Familie Broccoli gerade damit beschäftigt war, 007 neu zu erfinden. Nach den Kassen-Lieblingen

„Ich habe sie nie als Bond-Girl gesehen“, sagt Barbara Carrera über ihre Rolle als Fatima Blush in „Sag niemals nie“ von 1983

Sean Connery und Roger Moore und dem einmaligen Experiment George Lazenby kam Timothy Dalton mit seinem Bond-Debüt in „Der Hauch des Todes“. In einer Zeit, die von Verunsicherung bestimmt war, sagt d'Abo, sollte Dalton einen Bond geben, der weniger ein Frauenheld war, „mehr der Mann für eine Frau“. Im Kontext des Bond-Girls fand sich allerdings wenig Modernes, wie d'Abo aus heutiger Sicht zugeben muss. Sie spielte eine Cellistin, die vom KGB benutzt wird und über Umwege zur Verbündeten von Bond wird. „Meine Rolle ist so wahnsinnig naiv, komplett auf Bond angewiesen und davon abhängig, was er für Entscheidungen trifft.“

Umso stolzer klingt Carrera, wenn sie erzählt, was sie aus Fatima Blush machte. „Sie war Bond überlegen. Sie hat mit ihm gespielt wie eine Katze mit einer kleinen Maus, die sie gefangen hat.“ Wenn man sie auf den berühmten „Spread your legs“-Satz anspricht, lacht sie schallend: „Oh ja, das ist mein Lieblingssatz im ganzen Film.“ Fragt man Carrera, ob der Satz damals, 1982, eine direkte



Anspielung auf die Sexismus-Debatte war, auf die Umkehrung der Geschlechterverhältnisse, ermahnt sie: „Jetzt lassen Sie mich doch erst mal weitererzählen, wie ich die Rolle überhaupt bekommen habe.“

Anfang der 80er war Carrera ein erfolgreiches Fotomodell, das in Hollywood Fuß fassen wollte. Auf einem Filmfestival in Manila traf sie Irvin Kershner, den Regisseur, der damals mit „Star Wars: Das Imperium schlägt zurück“ gerade einen der erfolgreichsten Filme aller Zeiten vorweisen konnte – und nun für Bond unterschrieben hatte. Er kannte Carrera, bot ihr die Rolle der Fatima Blush an und arrangierte einen Termin mit Connery. „Am nächsten Tag erfuhr ich, dass ich die Rolle habe“, erzählt Carrera. „Das Nächste, woran ich mich erinnern kann, ist, dass ich in einem Flugzeug nach London saß.“

Es kam allerdings zu Unstimmigkeiten über die Ausrichtung der Rolle. Fatima Blush, im Verbrechersyndikat SPECTRE nur bekannt als „Nr. 12“, sollte so böse wie möglich rüberkommen, dementsprechend keine weiblichen Eigenschaften haben, stattdessen

## „JEDE GENERATION HAT DEN BOND, DER ZU IHRER ZEIT PASST

eine rasierte Glatze. „Das fand ich furchtbar“, sagt Carrera. Sie habe dann das Glück gehabt, die Figur zusammen mit den Autoren und dem Regisseur ausarbeiten zu können. Die ganze Crew habe sich in sie verliebt, sagt sie. „Immer wenn ich aus der Maske kam und das Kostüm anhatte, übernahm Fatima Blush die Kontrolle über mich. Sie war voller Energie.“ Carrera erhielt für ihre Performance die erste Golden-Globe-Nominierung, die es je für eine Schauspielerin oder einen Schauspieler in einem Bond-Film gab.


Maryam d'Abo hofft darauf, dass es künftig mehr, wie sie sagt, „Bond Women“ und weniger Bond-Girls geben wird. Für das US-Fernsehen war sie 2002 an der Dokumentation „Bond Girls Are Forever“ beteiligt. „Was da ganz deutlich wurde, ist, dass jede Generation den Bond hat, der zu ihrer Zeit passt.“ Dementsprechend müssten sich auch die Frauenfiguren weiterentwickeln. In den Craig-Filmen habe das zwar begonnen, aber noch zu zaghaft. Carrera verweist recht bescheiden auf ihren eigenen Anteil: „Ich glaube, ich habe mit Fatima Blush einige Schauspielerinnen dazu inspiriert, mehr als ein Bond-Girl zu sein.“

Der nun kommende Bond, „Keine Zeit zu sterben“, ist der erste nach

#metoo. Barbara Broccoli hat dafür mit Phoebe Waller-Bridge eine Drehbuchautorin ins Team geholt, die als Garant für zeitgemäßes Storytelling gelten dürfte. Die von ihr geschriebenen Serien „Fleabag“ und „Killing Eve“ zählen zu den größten Kritikerlieblingen dieses Jahrzehnts.

In der Vergangenheit wurde der Auftritt als Bond-Girl für viele Schauspielerinnen allerdings zum Stigma. D'Abo klagt, dass ihr danach keine guten Rollen angeboten wurden. „Ich wünschte, ich wäre in Frankreich beim Theater geblieben und nicht in die USA gegangen, um es als Film-Schauspielerin zu versuchen.“ Auch Carrera bekam fast nur Rollen angeboten, die ein Aufguss von Fatima Blush gewesen wären – der männermordende Vamp. Sie habe fast alle davon abgelehnt. „Leider auch einen Film, der dann ein großer Erfolg wurde, mit Michael Douglas und Glenn Close, ‚Eine verhängnisvolle Affäre‘.“

Das Profil der angebotenen Rollen dürfte auch daran liegen, dass es seit den Roger-Moore-Filmen eine enge Verbindung mit dem „Playboy“ gab. Nahezu jedes Bond-Girl bekam sein Shooting. „Wie es gelaufen ist, bereue ich“, sagt d'Abo, die heute in London lebt und 59 Jahre alt ist. Ihr Wunsch-Fotograf hatte kurzfristig abgesagt, mit dem Ersatz und den dabei entstandenen Fotos ist sie bis heute unzufrieden. Sie sei nicht selbstbewusst genug gewesen, um zu sagen, dass sie sich zu diesen Bedingungen nicht fotografieren lassen wollte: „Ich habe mich dazu verpflichtet gefühlt.“ Carrera hingegen, die ursprünglich aus Nicaragua stammt, heute 74 Jahre alt ist und in Beverly Hills lebt, reagiert verständnislos auf die Frage nach dem ‚Playboy‘. „Das war ein berühmter, fantastischer Fotograf. Damit hatte ich überhaupt kein Problem. Ich war insgesamt dreimal auf dem ‚Playboy‘-Cover.“

Auf den 25. James Bond, „Keine Zeit zu sterben“, freuen sich beide. D'Abo ist auf die Premiere in London eingeladen. Carrera sagt, sie verpasse gar nichts, erst recht keinen Bond. „Ich bin Mitglied der Oscar-Academy, ich schaue mir alles an.“ Sie sei dankbar, dass es Barbara Broccoli gelungen sei, James Bond über all die Jahre am Leben zu halten. Ach ja, und dann erinnert sie noch kurz daran, dass man sie im Gespräch fälschlicherweise mit Mrs. Carrera angesprochen habe. „Es heißt Ms. Carrera.“ 



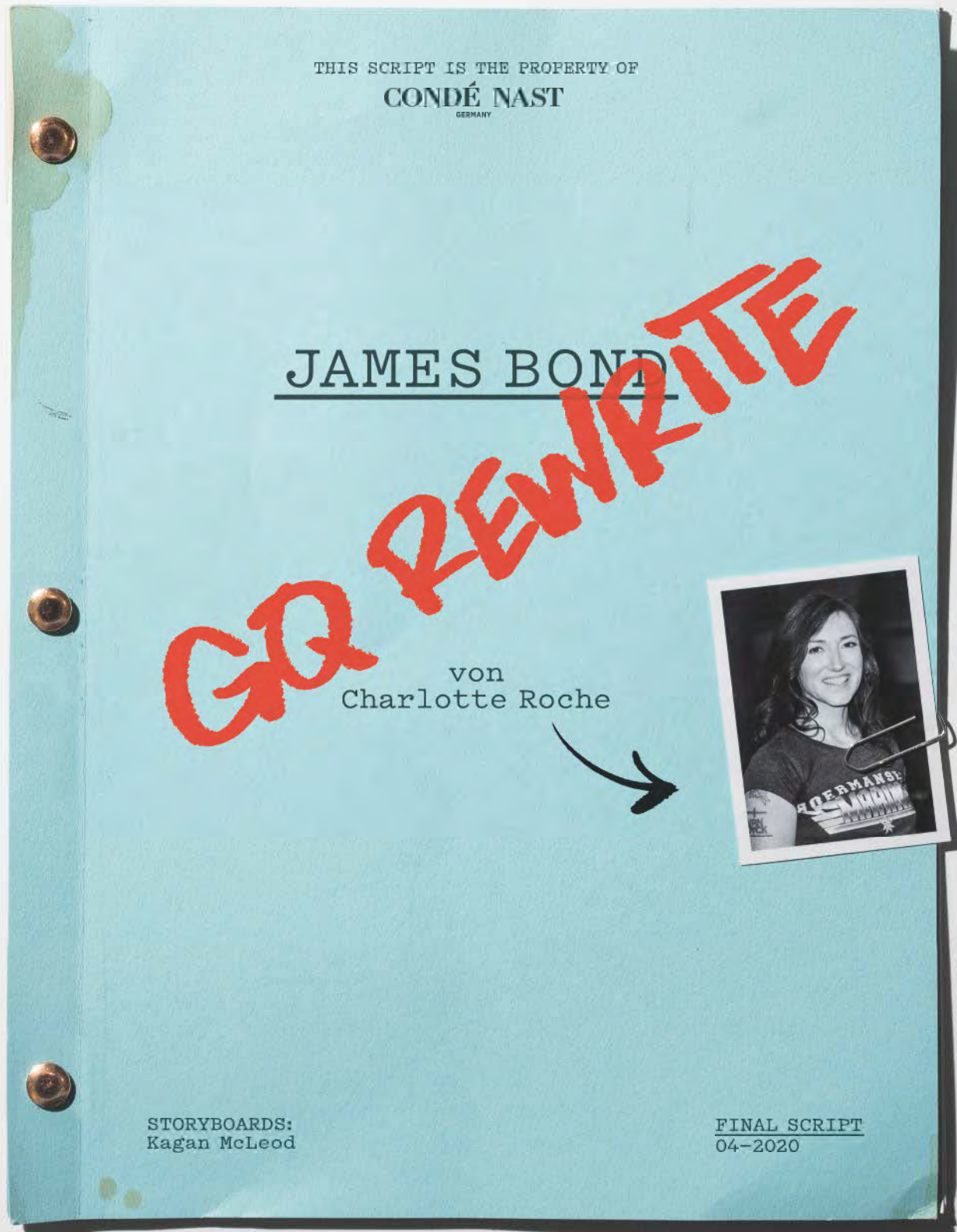
Maryam d'Abo verkörperte in „Der Hauch des Todes“ (1987) Bond-Girl Kara Milovy: „Meine Rolle ist so wahnsinnig naiv, komplett auf Bond angewiesen“





**VOGUE**  
COLLECTION

SHOP.VOGUE.DE



**DIE AUTORIN HAT SICH FÜR UNS** einige berühmte alte Bond-Szenen angesehen – voller Chauvinismus und sexueller Übergriffe. In GQ schreibt sie die Passagen kurzerhand neu. „Wir brauchen mehr weibliche CEOs, Präsidentinnen, Geheimdienstchefinnen. Und die bitte auch nicht weiß“, sagt Charlotte Roche. Im Folgenden stellen wir jeweils eine Original-Bond-Szene und ihre Neufassung in Storyboards gegenüber. Introducing: Jamie Lee Bond!



# ORIGINAL



## Goldfinger

1964



Ein Hotelpool, an dem alle Liegen besetzt sind. Aus dem Hintergrund hören wir Stimmen. Dann Schwenk auf James Bond, der von einer Blondine in einem blauen Badeanzug namens Dink massiert wird.

**Dink:** „Ist das der Punkt?“

**James Bond:** „Nein, geh ruhig ein bisschen tiefer, Liebes!“



CIA-Offizier Felix Leiter entdeckt Bond auf der Liege.

**Felix Leiter:** „Ich dachte mir schon, ich würde dich in guten Händen finden.“

**James Bond (erfreut):** „Felix, wie geht es dir?“



**James Bond (zu seiner „Masseurin“):** „Dink, das ist Felix Leiter.“ (Zu Leiter)

„Felix, sag Hallo zu Dink!“

**Felix Leiter:** „Hallo, Dink!“



**James Bond (zu Dink):** „Dink, verabschiede dich von Felix!“

**Dink (scheint verwirrt, hatte sich anscheinend auf ein Gespräch oder eine ausführlichere Vorstellung vorbereitet):** „Was?“



**James Bond (zu Dink):** „Männer unterhalten sich.“

James Bond dreht Dink einmal halb um die eigene Achse, gibt ihr einen festen Klaps auf den Po und schiebt sie weg. Dann widmet er seine ganze Aufmerksamkeit wieder Leiter.



„Goldfinger“ ist für viele bis heute der beste Bond-Film, mit Gert Fröbe als epochalem Bösewicht, der Frauen ermordet, indem er sie komplett mit Gold überzieht. Erschreckend ist allerdings, dass auch der Held des Films Frauen alles andere als gut behandelt. Die Sequenz, in der James Bond eine Frau, die ihm den Rücken massiert hat, mit einem Klaps auf den Po wegschickt, ist kaum erträglich. In Charlotte Roches Neufassung spielt sich die Szene ganz anders ab. Hier haben die Frauen die Lizenz zum Töten...



*Ein Hotelpool, an dem alle Liegen besetzt sind. Aus dem Hintergrund hören wir Stimmen. Dann Schwenk auf Jamie Lee Bond, die erste Woman of Color beim MI6, die gerade massiert wird.*

**Dirk, der Masseur:** „Sitzt die Verspannung von ihrem stressigen, lebensgefährlichen Job hier, am Nacken?“

**Jamie Lee Bond:** „Ja, genau da, danke“



**Dirk:** „Sonst noch wo?“

**Jamie Lee Bond:** „Bitte mit den Händen nur genau da bleiben. Ich habe in meinem Leben leider schon oft schlechte Erfahrungen mit männlichen Masseuren gemacht. Obwohl ich Nahkampf beherrsche und bewaffnet bin. Die Hände bleiben genau da, wo ich sie haben will. Sonst muss ich mich leider bei deiner Chefin hier im Hotel beschweren.“



*Felicitas Leiter von der CIA hat ihre Kollegin Jamie Lee Bond gesucht – und gefunden.*

**Felicitas Leiter:** „Ah, in guten Händen hier...“

**Jamie Lee Bond:** „Ich hoffe.“



**Felicitas Leiter:** „Hallo, Dirk.“

**Jamie Lee Bond (zu Dirk):** „Okay, danke, wir müssen uns jetzt hier unter vier Augen unterhalten.“



**Jamie Lee Bond:** „Bitte die Massage aufs Zimmer buchen, der Staat zahlt. Und gerne noch 10 Dollar Trinkgeld dazuschreiben.“

**Dirk:** „Danke.“

*Er geht. Die Frauen unterhalten sich.*



## ORIGINAL



## Feuerball

1965



James Bond ist für eine Untersuchung im Sanatorium. Eine Schwester will seine verletzte Hüfte untersuchen. James Bond packt sie mit beiden Armen an der Taille und küsst sie fest auf den Mund. Die Schwester schüttelt den Kopf, wehrt sich und reißt sich schließlich von ihm los.  
**Schwester:** „Benehmen Sie sich gefälligst, Mister Bond!“



Die Krankenschwester führt James Bond zu einem Behandlungstisch.  
**Schwester:** „Das ist der einzige Ort, an dem ich Sie ruhigstellen kann.“ Sie befestigt ihn an der Hüfte und den Handgelenken an dem Tisch.  
**Schwester:** „Das ist das erste Mal, dass ich mich an diesem Tag wirklich sicher fühle.“



Während sie nicht mehr im Zimmer ist, kommt ein Mann in den Behandlungsraum und stellt die Maschine auf die höchste Stufe. James Bond wird von dem Gerät in die Länge gezogen und schreit um Hilfe. Er verliert das Bewusstsein. Nach einer Weile betritt die Schwester wieder den Raum. Sie schaltet in Panik die Maschine ab und schnallt Bond los.



**Schwester:** „Ich habe keine Ahnung, wie das passiert ist.“  
**James Bond** (meint den Mann, der den Hebel umgelegt hatte): „Jemand wird sich wünschen, dass das nie passiert wäre.“  
**Schwester:** „Sie würden das doch nicht Doctor Wade sagen? Bitte. Das könnte mich meinen Arbeitsplatz kosten.“



**James Bond** (grinst): „Na ja, mein Schweigen hätte einen Preis.“  
**Schwester:** „Sie meinen doch nicht... Oh nein.“  
**James Bond:** „Oh doch.“  
Er schiebt sie in das Dampfbad und geht hinterher. Durch die beschlagene Scheibe sehen wir, wie er die Schwester gegen ebendiese Scheibe drückt und ihr die Schwesternuniform von den Schultern streift.



Vor „Skyfall“ war „Feuerball“ der erfolgreichste Bond-Streifen. Zu Beginn des Films erhält sich 007 nach einem harten Einsatz in einem Sanatorium, wo er einer Verschwörung und dem geplanten Diebstahl von Atomsprengköpfen auf die Spur kommt. In einer heute heftig kritisierten Szene nötigt er tatsächlich seine Physiotherapeutin zum Sex, indem er ihr droht, sich bei ihrem Vorgesetzten zu beschweren, so dass sie ihren Job verlieren würde. In Charlotte Roches Version hat der MI6 längst auf solche justiziablen Vorfälle reagiert...

# NEU



*Jamie Lee Bond kommt im Bademantel in den Untersuchungsraum. Am Leuchtkasten hängt ein Röntgenbild.*

**Jamie Lee Bond:** „Bin ich das?“

**Schwester:** „Ja.“

**Jamie Lee Bond:** „Ich hätte mich gar nicht erkannt, so ein fettes Rückgrat.“



**Jamie Lee Bond:** „Ich fühle mich bei euch immer sehr gut aufgehoben, seit ihr für die Agentinnen komplett weibliches Personal eingestellt habt. Darf ich noch auf eure berühmte Streckbank, um mich etwas auszuhängen vor dem nächsten Knochenjob?“

**Schwester:** „Klar!“



*Sie schnallt Bond auf die Streckbank, fasst nirgends hin, wo man nicht hinfassen muss, guckt nichts an, was man nicht angucken muss, kommentiert nicht, was man nicht kommentieren muss. Einfach zwei Frauen im Dienste der Gesundheit, die gute Arbeit leisten.*



**Schwester:** „Für mich hat sich auch viel geändert: keine Übergriffigkeit, keine sexuellen Sprüche mehr bei der Arbeit, einfach professionell arbeiten.“

**Jamie Lee Bond:** „Warst du früher in deinem Job mit Männern auch sexueller Nötigung ausgesetzt? Belästigung, Erpressung zu sexuellen Handlungen?“

**Schwester:** „Ja.“



**Jamie Lee Bond:** „Na, Göttinnen sei Dank ist das nun vorbei. Halleluja für uns!“

*Schwester geht lächelnd raus und flüstert: „Ja, Halleluja!“*

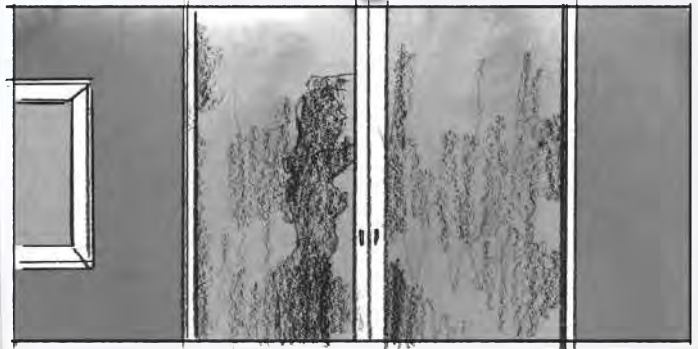


# ORIGINAL



## Der Mann mit dem goldenen Colt

1974



James Bond betritt mit einer Pistole und einem Eiskübel samt Champagnerflasche ein fremdes Hotelzimmer. Er scheint nach etwas zu suchen. Er hört Duschgeräusche aus dem Bad und sieht durch die Milchglaswand der Dusche eine nackte Frauensilhouette.



James Bond steckt seine Pistole weg und grinst. Er sagt: „Guten Nachmittag!“ Die Frau in der Dusche erschrickt. Sie stellt das Wasser ab und öffnet langsam die Duschtür. Wir sehen, dass sie eine Pistole in der Hand hält. Bond erschrickt kurz, dann grinst er wieder.

**James Bond:** „Eine Wasserpistole?“

**Frau:** „Geben Sie mir den Bademantel!“



Bond bringt ihr den Bademantel. Der Frau ist das sichtlich unangenehm.

**Frau:** „Drehen Sie sich um!“

Bond dreht sich um, blickt in einen großen Badezimmerspiegel an der Wand. Er beobachtet die Frau dabei, wie sie sich den Bademantel anzieht.

Sie sieht das, ist wütend und schreit: „Nehmen Sie die Hände hoch und verlassen Sie mein Bad!“



James Bond gehorcht. Er geht mit erhobenen Händen ins Nachbarzimmer. Sie folgt ihm und geht zu einem Telefon. Bond nutzt einen kurzen Moment, in dem sie nicht aufmerksam ist, und schlägt ihr die Pistole aus der Hand, wirft sie auf das Bett, kniet sich auf sie und dreht ihr den Arm nach hinten.

**Frau:** „Hören Sie auf, Sie tun mir weh!“



James presst Informationen über den Schurken Scaramanga aus ihr heraus, unter anderem, indem er ihr droht und sie ins Gesicht schlägt. Nachdem sie ihm alles gesagt hat, was sie weiß, schenkt er zwei Gläser Champagner ein. James grinst die Frau an. Er scheint sich darauf zu freuen, was als nächstes passieren wird. Ihr Blick suggeriert, dass sie ihm verfällt.



# NEU

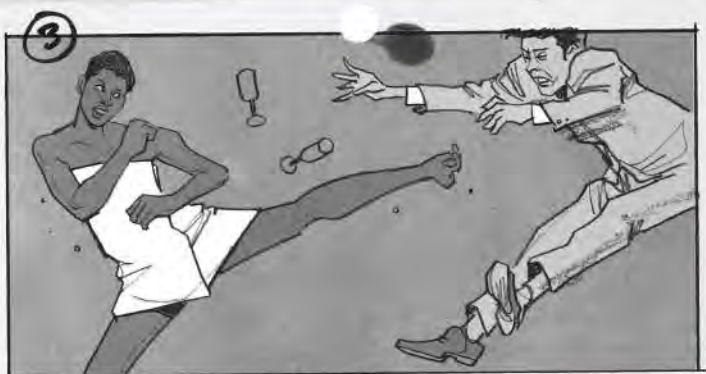
Roger Moores zweiter Auftritt als James Bond in „Der Mann mit dem goldenen Colt“ gilt bis heute als einer der schwächsten Filme der Reihe – auch weil er eine der unangenehmsten und brutalsten sexistischen Szenen enthält: Bond überrascht die Geliebte des Bösewichts Scaramanga in ihrem Hotelzimmer in der Dusche, schlägt sie, um Informationen zu erhalten und verführt sie dann mit einem Glas Champagner und seinem Schlafzimmerblick. Ein Verhalten, das in Charlotte Roches Neufassung direkt in die Gummizelle führt...



Jamie Lee Bond duscht und hört ein Geräusch in ihrem Zimmer. Sie steigt schnell und leise aus der Dusche, wickelt sich schützend in ein großes Handtuch und schleicht in ihre Suite.



Dort kommt gerade ein offensichtlicher Psychopath oder Stalker – oder wahrscheinlich beides – mit zwei Gläsern Champagner in ihr Zimmer.



Sie schafft es, ihn zu überwältigen und ans Sofa zu fesseln. Sie hat in ihrem Job viel mit solchen Menschen zu tun. Auf keinen Fall Blickkontakt aufnehmen oder sie ansprechen! Ihnen nicht sagen, was für eine Angst sie verbreiten, wenn sie einbrechen und denken, sie wären unwiderstehlich und könnten es mit widerlichsten sexuellen Avancen versuchen.



Das würde so ein Psychopath als Einladung sehen weiterzumachen. Sie ruft die Kolleginnen von der Polizei, die für solche Fälle ausgebildet sind. Sie erfährt, dass es nicht das erste Mal ist. Er ist wohl besessen von alten Bond-Filmen, in denen Männer Frauen so etwas immer wieder antun – und dafür gefeiert wurden in den dunklen Zeiten der 60er-Jahre.



Die Polizei kommt und verhaftet ihn. Bond dankt den Kolleginnen, die einfühlsam mit ihr umgehen. Sie sieht ihn nicht an, würdigt ihn keines Blickes. Es muss um die Opfer gehen – und nicht um die Täter. Bei jeder Straftat! Behandle ihn wie einen Stein. Halte ihn von deinem Inneren fern, lass ihn mit seiner kranken Selbstüberschätzung nicht in deinen Kopf.







*Illustrationen*  
**SEÑOR SALME**

**MEIN**

**Vater,**

*Text*  
**JULIUS ABEL**

**DER**

**GEHEIM-**

**Agent**

DASS ER ALS SPION IM AUFTRAG DES BUNDESNACHRICHTEN-  
DIENSTES ARBEITETE, WUSSTE SELBST MEINE MUTTER LANGE NICHT.  
HIER ERZÄHLE ICH SEINE GESCHICHTE – ODER ZUMINDEST DAS,  
WAS ICH ÜBER IHN VERRATEN DARF





ALS KIND DACHTE ich: Mein Vater ist Soldat. Meine Geschwister und ich waren davon überzeugt, dass er jeden Morgen in eine Kaserne fährt, um Soldaten auszubilden. Manchmal, wenn Besuch kam, trug er eine mausgraue Uniform, aber das Haus verließ er immer im Anzug. „Ich bin Bürosoldat“, erklärte er. „Die müssen keine Uniformen tragen.“ Die Väter meiner Freunde waren Ärzte, Taxifahrer oder Ingenieure. Mein Vater war Bürosoldat. Das klang normal. Wir lebten in einem kleinen Einfamilienhaus in einem der vielen trostlosen Vororte von München, rund 20 Kilometer Luftlinie von der damaligen BND-Zentrale in Pullach entfernt.

Erst viel später erfuhr ich, dass mein Vater jeden Morgen mit seinem Auto, einem beigefarbenen Volkswagen Kombi, in ein nahe gelegenes Waldstück fuhr, um das Nummernschild zu wechseln. Das hat mir meine Mutter Jahre später erzählt. Hatte sie ihm nachspioniert? Vermutete sie damals, dass er eine Geliebte hatte? Ich weiß es nicht. Meine Mutter erklärte mir nur, dass Geheimdienst-Mitarbeiter immer mit falschen Nummernschildern und falschen Papieren unterwegs seien. Erst nach seiner Pensionierung habe mein Vater seinen Wagen auf seinen Klarnamen anmelden können. Und sie sagte noch, dass sie ziemlich lange sauer auf ihn war, weil er ein Versteckspiel mit ihr trieb, jedenfalls was seinen Beruf anging.

Ja, mein Vater war als Geheimagent im Auftrag des Bundesnachrichtendienstes tätig. In den Jahren während des Kalten Krieges, von dem wir Kinder nur eine vage Vorstellung hatten. Er war kein James Bond, der Bösewichte auf der ganzen Welt jagte. Seine Aufgabe bestand darin, Informationen zu beschaffen und auszuwerten, die von außenpolitischer, innenpolitischer und wehrpolitischer Relevanz waren.

In der Welt der Geheimdienste geht es naturgemäß geheim zu. Deshalb schreibe ich unter Pseudonym, deshalb sind Orte und teilweise auch Begebenheiten in diesem Artikel sozusagen nachrichtendienstlich verschlüsselt. Der Text basiert auf meinen Erinnerungen und denen meiner Geschwister, auf Erzählungen unserer Mutter, auf kryptischen Bemerkungen meines Vaters und auf Dingen, die uns ehemalige Kollegen von ihm nach seinem Tod anvertrauten. Manches lasse ich im Unklaren, weil ich befürchte, dass es auch heute noch brisant sein könnte. Vielleicht habe ich aber auch nur Angst, ich könnte meinen Vater, der früh gestorben ist, posthum verraten. Als ich 14 Jahre alt war, zogen wir in ein europäisches Nach-

barland. Mein Vater mutierte vom Bürosoldaten zum Legationsrat erster Klasse an der dortigen deutschen Botschaft. Das Auswärtige Amt hatte sich bereit erklärt, ihn mit seiner gesamten Geheimdienstkohorte an der Botschaft aufzunehmen. Das war zu der Zeit, als der Kalte Krieg mit der Stationierung der Pershing-II-Raketen 1983 in Deutschland einen dramatischen Höhepunkt erreicht hatte. Und der Weltfrieden wieder einmal ernsthaft auf der Kippe stand. Es herrschte Endzeitstimmung.

Wir bezogen eine stattliche Villa in einem prachtvollen Park, der dicht mit alten Bäumen bewachsen war. Es gab Lichtschranken und Überwachungskameras. Das fanden wir spannend. Weniger spannend fanden wir die Begründung: „Zur Sicherheit.“ Es würde viel eingebrochen in der Gegend. In Wahrheit war das Anwesen von der deutschen Regierung für „Residenten“ – im Ausland tätige leitende Mitarbeiter des Nachrichtendienstes – angemietet. Die vermeintlichen Diebstahlvermeidungsmaßnahmen dienten zur Überwachung. Falls Agenten feindlicher Mächte herumschnüffeln sollten.

Für uns jedenfalls, der Tristesse des Münchner Vorortes entkommen, brach eine aufregende Zeit an. Und auch für unseren Vater, der als legaler, das heißt offizieller Resident unter richtigem Namen, mit dem Segen des Auswärtigen Amtes als Diplomat an der Botschaft beschäftigt war. Er sah blendend aus, war eloquent (er lernte binnen von drei Monaten die Landessprache), bewegte sich elegant auf jedem Parkett, und mit seiner charmanten, verbindlichen Art brachte er Menschen zum Reden – oder Agieren. Das Rekrutieren von Informanten geschah bei launigen Dia-Abenden, informellen Drinks in einer Kneipe, auf Cocktailpartys, die ständig irgendwo stattfanden, oder bei einem Schwätzchen vor der Kirche. Das hat er mir mal im Vertrauen gesteckt. Da guckte er sich auch Tante T. aus, die Kindergärtnerin meiner jüngsten Schwester. Sie war eine geeignete Kandidatin für Vaters Recherchen. Tante T. reiste gerne, bevorzugt in skandinavische Länder, die an die



Sowjetunion grenzten – und brachte Informationen mit: zum Beispiel wie viele Sowjet-Soldaten an der Sowjet-Grenze zu Finnland positioniert waren. Ob die freundliche Pädagogin offiziell als Agentin unterwegs war oder meinem Vater für seine Aufklärungsarbeit unwissentlich unter die Arme griff, hat er nie verraten. Dann war da Igor, ein groß gewachsener Herr aus Moskau, mit dem sich Vater gelegentlich zu Wodka-Gelagen bei uns zu Hause traf. Igor war immer gut gelaunt, steckte uns Geld zu, wir Kinder liebten ihn. Er war, das wurde irgendwann bekannt, ein getarnter Resident, ein Mitglied des KGB, der unter dem Decknamen Igor an der sowjetischen Botschaft untergekommen war. Spy vs. Spy! Wer wem im Rausch welche staatsdienlichen Geheimnisse entlockte – ich habe keine Ahnung.

Überhaupt wurde an den internationalen Botschaften viel getrunken. Sich gegenseitig unter den Tisch zu saufen war ein

probates Mittel, um an Informationen zu kommen. Die Zeiten der spaßbefreiten Political Correctness waren noch nicht angebrochen. Auch andere Rauschmittel waren gang und gäbe. Auf dem Sommerfest im Garten der Residenz eines Abgeordneten einer westlichen Großmacht soll seine Frau, eine stark geschminkte und dröhnend lachende Dame mit einem Faible für quietschrosafarbene Kaftane, der Fruchtbowl LSD beige-mischt haben. Vorstellen konnte ich mir das. Ich verdiente mir bei Botschaftsfeten als Bedienung ein Taschengeld und beobachtete dabei die Gäste. Auf dieser Party war die Stimmung, daran erinnere ich mich gut, fern von dem sonst üblichen kultivierten Geplänkel. Die Herren (Smoking) und die Damen (lange Sommerkleider) benahmen sich irgendwo zwischen schrill und brüllend komisch. Es war ein irres Fest und mein Trinkgeld hoch.

Eines Sommers Mitte der 80er-Jahre zog eine ältere Dame in unser Gästezimmer. Sie war als Sekretärin in der Etat-Abteilung der Bundesrepublik Deutschland tätig, sollte unseren Vater während seines Urlaubs vertreten und hatte unter anderem die Order, die jährliche Inventarliste mit Geschirr und Gläsern, die den Residenten für offizielle Cocktail- und Dinnerpartys zur Verfügung gestellt wurden, aufzustellen. Nur wenig später flog Frau H. als Mitglied der Staatssicherheit der DDR und als Doppelagentin auf. Es bleibt bis heute ein Rätsel für mich, warum die Stasi sich für die Anzahl unserer Kristallgläser interessierte. Über solche Dinge wurden wir auch nicht aufgeklärt. Überhaupt blieben Gespräche bei Tisch meist oberflächlich.

Ich würde trotzdem zu gerne wissen, wie viele der lustigen Menschen, die ständig bei uns zu Gast waren, in Wahrheit nur darauf warteten, sich gegenseitig ausspionieren zu können. Leider kann ich dazu keinen mehr befragen. Durften wir dem skandinavischen Gesandten trauen, der uns jedes Jahr mit einem riesigen Geschenkkorb zu Weihnachten beglückte? War mein Schulkamerad Tomek im Namen seines Vaters ein Spitzel im Dienste der polnischen Regierung? Oder der tschechische Pfarrer, der in perfektem Deutsch in der evangelischen Kirche so salbungsvolle Predigten hielt? Belauschte er nach der Messe die Gespräche seiner Gemeindemitglieder? Arbeitete der Vater meiner Freundin S. gar für eine osteuropäische Tarnfirma, über die er Zugang und Kontakte zu wichtigen Vertretern der Flugzeugindustrie bekam?

Als ich 16 Jahre alt war, bat mich Vater in sein Büro: „Weißt du eigentlich, was ich mache?“, fragte er. „Du bist Spion!“ Tage zuvor hatte ich am Telefon gehört, wie er sich mit einem falschen Namen vorstellte (einer von sieben übrigens, die anderen sechs verriet er nie). Das hatte er offensichtlich mitbekommen. „Hunger“ war der Deckname, den er an diesem Tag verwendete. Sein Telefon-Ich: Angestellter bei Unilever, einem der weltweit größten Hersteller für Verbrauchsgüter, darunter auch Lebensmittel. Keine sehr originelle Tarnung, bemerkte ich frech. Ich hatte mir ein Geheimagentenbild zusammengejoint, das fern der Wirklichkeit war. „Sag niemals nie“ lief gerade im Kino. Vater klärte mich auf, nicht im Detail, nur so viel: Er habe nie als Soldat gearbeitet, Informanten rekrutiere er aus dem Volk, er könne handschriftliche Texte auf dem Kopf lesen, er sei kein Spion, arbeite aber unter dem Deckmantel des Legationsrats als Informationsbeschaffer für den Bundesnachrichtendienst und sei wichtiger Mittelsmann für den Kontakt mit anderen Regierungen. Alles harmlos, alles langweilig. Aber ich fand es schon cool, dass mein Vater kein Soldat und auch kein Diplomat, sondern Geheimagent war. Ich musste ihm schwören, niemandem davon zu erzählen, addierte aber heimlich einen Coolness-Faktor zu seinem Vater-Image. Jetzt



wusste ich auch, warum ein paar Kids und ich auf der Klassenfahrt nach Berlin mit dem Flugzeug anreisen mussten. Mit der Bahn durch die damalige DDR zu fahren hätte mit unserer Entführung und politischer Erpressung enden können.

Manchmal verschwand mein Vater für ein paar Tage. Eine Dienstreise, erklärte er, ein Diplomatenreffen, eine Tagung in einer anderen Stadt. Dass er Agent war, hatte ich herausbekommen, die Wahrheit zu hinterfragen war trotzdem sinnlos. Logischerweise bekam ich nie eine ehrliche Antwort. Im Nachhinein begreife ich allerdings, warum er uns nie in seine Gedanken zur wahren aktuellen politischen Lage eingeweiht hatte. Teenagern vertraut man keine Staatsgeheimnisse an.

Jahre nach seinem Tod fragte ich einen ehemaligen Kollegen meines Vaters aus, der ihn oft auf geheimen Missionen begleitet hatte. Er erzählte mir von konspirativen Trips zu Zeiten des Prager Frühlings, die unter harmlosen Decknamen wie „Operation Gänseblümchen“ liefen: Überquerung der grünen Grenze bei Nacht und Nebel, James-Bond-mäßig mit falschen Papieren, Trenchcoat und Infrarotkameras ausgerüstet, auf der Suche nach feindlichen Abhörstationen. Einmal, so erzählte es mir sein Kollege, flog Vaters Tarnung auf. Er war mit falschem Namen und falschem Pass unterwegs. Irgendjemand an der deutschen Botschaft muss ihn bei seinem Zielobjekt verpiffen haben. Das Land, in das er einreisen wollte, verbreitete seine Enttarnung in allen Zeitungen, veröffentlichte seinen echten Namen und verhängte eine lebenslange Einreisesperre. Das empfand er, erzählte mir der Kollege, als seine größte Schlappe. Einen Triumph jedoch konnte mein Vater kurz vor seiner Pensionierung dann noch einfahren. Eine sowjetische Frachtmaschine war im Nordwesten Europas abgestürzt, und Agenten aus allen Ländern eilten an die Stelle, um Material aus dem Wrack zur Auswertung zu bergen. Mein Vater traf als Erster ein und kehrte mit einem Kofferraum voller angekorkelter Unterlagen und angesengter Blechkisten in die Botschaft zurück. Drauf war er stolz. Und es war das erste und einzige Mal, dass er mir von einer seiner geheimen Missionen erzählte. Nicht im Detail natürlich. Der Coup aber, den er gelandet hatte, muss gigantisch gewesen sein.

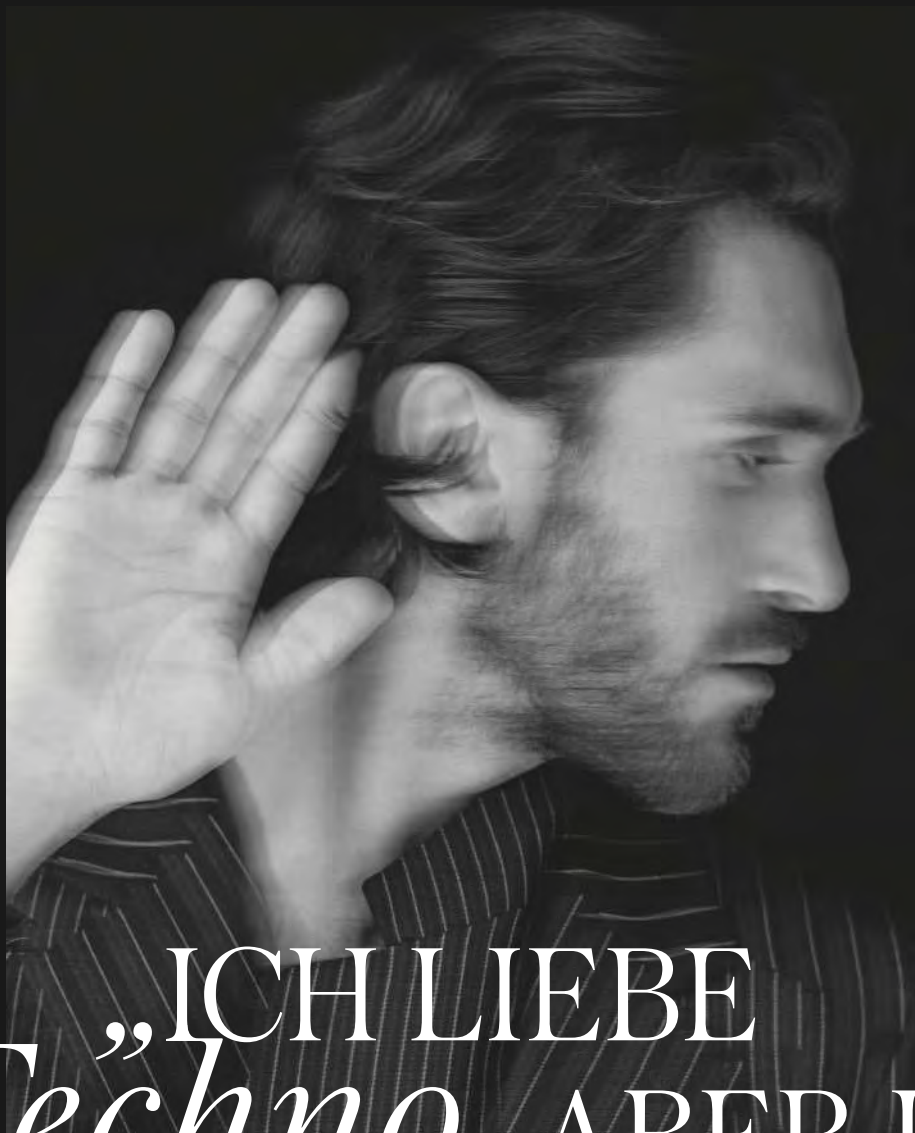
Nach seinem Tod fand ich Briefe, die er all die Jahre an seine Mutter geschrieben hatte. Sie war die Einzige, die mit seinem Beruf in allen Facetten vertraut war. Er notierte neben Berichten über uns Kinder („sind frech, haben schlechte Noten“) brillante Analysen über die politischen Zustände der damaligen Zeit. Er war, las ich in einem der Schreiben an seine Mutter, früh der Meinung, dass „ein Sicherheitssystem eine konstante Verhärtung der Fronten darstellen muss“. Er spielte dabei auf die Mauer an, die beide Deutschlands teilte. Er wusste, sie würde eines Tages fallen. Wir Jugendliche hielten ihn für verrückt. Als das Bollwerk gegen den Kapitalismus 1989 endlich fiel, war ich traurig, dass er das nicht mehr erleben durfte. ☹



INTERVIEW  
CONSTANTIN  
HERRMANN

FOTOS  
MATHIAS  
LEIDGSCHWENDNER

STYLING  
MARCELLO  
BONA



„ICH LIEBE  
*Techno*, ABER IN  
MEINER MUSIK *suche*  
ICH NACH *Tiefe*“



Deutschlands  
aufregendster  
Bariton,  
*VLADIMIR  
KORNEEV*,  
belebt ein ganzes  
Genre neu – und  
plötzlich sind  
Chanson-Abende  
wieder aus-  
verkauft!

Sakko  
**Alexander  
McQueen**

Hose  
**Acne Studios**

Schuhe  
**Dries Van  
Noten**





Sakko  
**Giorgio  
Armani**

Hose  
**Gucci**

Boots  
**Paul Smith**

# W

WO MAN HEUTE in der Popszene, in der Politik, überhaupt in der urbanen Kakophonie andauernd mit Getöse konfrontiert wird, zwingt der deutsch-georgische Bariton Vladimir Korneev sein Publikum in die Ruhe, zum Zuhören. Singt am Piano fragile Cover von Lady Gaga bis Avicii, Chansons und russische Lieder, ohne je kitschig oder abgedroschen zu werden. Mit seinem neuesten Programm „Youkali“ widmet er sich jetzt dem Lebenswerk des Komponisten Kurt Weill, in Berlins „Bar jeder Vernunft“ und zu den Weill-Festspielen in Dessau als „Artist in Residence“, der höchsten Auszeichnung des Genres. Und kreiert quasi nebenbei ein humanistisches Verständnis unserer Welt, das lange kein Künstler mehr auf die Bühne gebracht hat.

**Leise Töne werden ja in unserer Zeit nicht gerade großgeschrieben. Wenn ich morgens das Handy anschalte und Trump auf Twitter lese, ist es, als würde er mich direkt aus dem Handy heraus anschreien.**

Ja, schrecklich. Aber man kann eben nur die Mittel bedienen, die einem zur Verfügung stehen. Intellektuell und fachlich. Am Anfang meiner Ausbildung habe ich das Publikum auch nur laut angeblökt. Heute suche ich Nuancen. Leise anfangen, dann lauter werden, und auf demselben Ton wieder leise werden. Das ist technisch extrem anspruchsvoll, aber dort, wo ein modellierter Ton den Zuhörer fortspült, entsteht Empathie. Das hat etwas Hypnotisches, wenn das vegetative Nervensystem übernimmt, man nicht mehr denkt, nur noch spürt. Meine CDs hört man am besten in einem Raum ohne Beleuchtung, mit einem Glas Rotwein.

**Warum?**

Kunst ist immer eine Reaktion auf das, was gerade in der Gesellschaft

passiert. Alles wird heute lauter, greller. Nicht nur in der Musik. Und gibt dir vor, was du dabei empfinden sollst. Popmusik schreit dich oft an, um dich aus deinem Alltag zu reißen. Sei jetzt fröhlich. Sei jetzt ausgelassen. Ich möchte mit meiner Musik aber nichts vorschreiben, sondern Raum für eigene Gedanken öffnen.

**Also trifft man Sie privat eher selten in Berliner Clubs, oder?**

Nicht falsch verstehen: Das kann durchaus toll sein. Ich liebe Techno. Wenn der Bass hämmert und man sich richtig in seinem Körper spürt – das ist eine tolle Erfahrung. Aber eben eine andere Art von Sinnlichkeit als jene, die ich auf meinen Konzerten erzielen möchte. Ich suche Tiefe.

**Tiefe kann ja auch abgründig sein. Kritiker feiern Sie als den „dunklen Prinz der Melancholie“. Woher kommt diese Schwermut?**

Vielleicht liegt es in meinen Genen. Oder es rührt noch aus meiner Kindheit. Ich wurde in einem kleinen Bergdorf bei Tiflis geboren, mein Vater – halb Russe, halb Georgier – kam aus bitterarmen Verhältnissen. Und trat in die Armee ein, weil das ein sicheres Einkommen bedeutete. Er kämpfte in Afghanistan, an vorderster Front, das hat ihn schwer traumatisiert. Und dann kam der Bürgerkrieg nach Georgien. Ich erinnere mich: Als Vater wieder einmal fortmusste, drückte er abends meiner Mutter ein Gewehr in die Hand und sagte: „Wenn jemand reinkommt, musst du schießen.“ Mutter weinte lange, und den Rest der Nacht haben wir unter der Bettdecke leise zusammen gesungen.

**Wie alt waren Sie da?**

Ungefähr sieben. Und irgendwann konnte Vater nicht mehr. Nicht mehr schießen, nicht mehr töten. Wir flohen, über Berlin nach Augsburg. Und lebten in einem Flüchtlingsheim, 30 Familien auf einem Stockwerk, in politischem Asyl. Immer mit der Angst im Nacken: Keiner will dich hier haben. Was, wenn wir abgeschoben werden? Im Grunde wuchs ich auf mit dem Gegenteil von Urvertrauen. Und in dieser Zeit lernte ich, dass Musik Geschichten erzählen kann, in die man sich flüchtet.

**Geschichten, wie Kurt Weill sie komponierte?**

Ich finde, ja. Kurt Weill komponierte nach dem Ersten Weltkrieg. Und auch wenn gerade alle die 20er-Jahre auf „Fun“ reduzie-


ren, als dauernde Charleston-und-Champagner-Party: So war es nicht. Den meisten Menschen ging es damals hundserbärmlich, und die NSDAP marschierte am Horizont auf. Es gab keine Antibiotika, alle vögelten wild herum und nahmen Drogen. Der Arbeitsmarkt war beschissen, das Leben irre ver-gänglich. Schauen Sie sich nur Weills Ballade der Seeräuber-Jenny an, aus der „Dreigroschenoper“. Sie singt, dass irgendwann ein Schiff kommen wird und sie rausholt aus diesem ganzen Elend. Und die Piraten an Bord werden alle Menschen um sie herum abmurksen. Alle. Jenny ist an einem so schlimmen Tiefpunkt angekommen, ihr wurde so viel angetan, dass sie sich in Gewaltfantasien rettet. Und am Ende des Songs wird ihr klar, dass niemand kommt, um sie zu retten. Sie wird in ihrem abgefuckten Leben stecken bleiben. Das ist richtig gutes Storytelling.

**Aktuell singen Sie auf dem Kurt-Weill-Festival in Dessau als „Artist in Residence“. Adorno sagte, der Splitter im Auge sei das beste Vergrößerungsglas. Sind Ihre Weill-Interpretationen so etwas wie der Splitter im Gehörgang?**

Das würde ich mir nie anmaßen. Und ich finde, man sollte Menschen nicht vorkauen, was sie zu denken, zu fühlen oder bei der nächsten Wahl anzukreuzen haben. Meine Zuhörer sollen ihre eigenen Gefühle, ihre eigene Geschichte in meinen Liedern finden. Kurt Weill musste aus Deutschland flüchten, weil er zu politisch war. Im Grunde lebte er den Rest seines Lebens als Heimatloser. Ein bisschen hört man das, wenn er im Lied „Youkali“ von einer verzauberten Insel erzählt, auf der alles irgendwann gut wird. Ich kann niemandem den Weg nach Youkali zeigen, aber ich kann davon singen – vom Traum einer magischen, heilen Heimat.

**Haben Sie denn eine Heimat?**

Nein. Ich habe Wurzeln in Georgien, die ich aber kaum kenne. Ich fühle mich unfassbar gut in meiner Wohnung in Berlin. Und ich bin glücklich, wenn ich meine Eltern in Augsburg besuche und wir georgisch kochen. Aber ich habe kein Gefühl von Heimat. Nirgends. Doch wenn ich auf der Bühne stehe und singe, bin ich ganz bei mir. Ich muss es sein. Denn das ist ja ein gnadenloser Moment: Was, wenn ich versage? Wenn ich

nicht gemocht werde? Und da ist sie wieder, diese Angst. Damit sie mich nicht übermannt, muss ich fest in mir verankert sein. Ich habe keine geografische Heimat. Aber ich habe, was ich in solchen nackten Momenten in mir finde. Dann bin ich für einen Augenblick angekommen. Auf meiner Insel Youkali. 

„  
Ich lernte, dass **MUSIK**  
**GESCHICHTEN** erzählen  
kann, in die man sich flüchtet





# IT'S ALL ABOUT LOVE

VON MIMI ERHARDT

## Warum Feminismus Sie zu einem besseren Mann macht

ES WAR EIN MANN, der mir den Feminismus nahebrachte. Mein Freund Henning, ein attraktiver, bärtiger Biertrinker, Fußballfan und Intellektueller. Und bis heute glühender Feminist. „Wie kann man das nicht sein, wenn man Frauen mag?“, fragte er mich mal. Und zum ersten Mal fand ich das einleuchtend. Heute bezeichne ich mich selbst als Feministin. Doch ich schlug diesen Weg erst spät ein – wie Sie vielleicht auch. Denn genau darum soll es hier gehen: warum Sie unbedingt Feminist sein sollten.

Als Kind aus gutem, mittelständischem Haus interessierte mich Feminismus lange nicht. Ich hatte ja alles, was ich brauchte. Und obwohl meine Eltern auf den ersten Blick nichts mit Feminismus am Hut hatten, legten sie mit meiner Erziehung einen Grundstein: Von klein auf ermutigten sie mich, mich zu bilden, mahnten, ich solle mich niemals finanziell von einem Mann abhängig machen, sondern mein eigenes Geld verdienen. Nie hörte ich von ihnen einen Satz wie: „Eines Tages wirst du einen Mann heiraten, der für dich sorgt. Dann bekommst du Kinder und kannst zu Hause bleiben.“

Was für Sie banal klingen mag, war ein Geschenk, durch das ich lernte, weibliche Rollentraditionen zu hinterfragen. „Warum soll ich überhaupt studieren, wenn ich irgendwann ein Kind habe, für das ich zu Hause bleiben



Mimi Erhardt ist Sex-Bloggerin und Autorin des Buches „Erlebnis-pornographie“

muss?“, fragte ich mich mit Anfang 20 – und stellte fest, dass sich der Gedanke, Hausfrau und Mutter zu sein, schrecklich anfühlte. Für mein Studium dagegen brannte ich. Also zog ich es durch.

Meine ersten Schritte als Feministin – ohne dass ich es so benannt hätte. Feministinnen waren für mich bis dahin Frauen wie Alice Schwarzer, die ich unsympathisch fand. Später kamen Aktionistinnen wie Femen dazu, die barbusig im Namen der Gleichberechtigung das „GNTM“-Finale crashten. Auch damit konnte ich mich nicht identifizieren, ebenso wenig mit Themen wie Gender Pay Gap oder wie die deutsche Sprache korrekt gegendert wird. Stattdessen begann ich, meinen Alltag zu hinterfragen. Ich wollte nicht mehr einsehen, dass es als Kompliment und nicht als sexuelle Belästigung gilt, wenn Männer mir auf der Straße „ Geile Titten!“ hinterherrufen. Verstand nicht, warum ich im Fall einer ungewollten Schwangerschaft nicht das Recht habe, frei über meinen Körper zu bestimmen. Für mich bedeutet Feminismus nicht nur, für meine Rechte als Frau einzustehen. Sondern für die Gleichberechtigung aller Geschlechter. Dafür, dass Männer weich sein dürfen, ohne sich schlecht zu fühlen, zum Beispiel. Dafür, dass Eltern ihre Töchter zu Bossen und nicht zu *wifey*s erziehen.

Puh. Ich fühle mich gerade, als hielte ich eine Rede wie Lt. Frank Drebin in „Die nackte Kanone 2½“. Sie wissen schon: „Ich träume von einer Welt, in der Pinguine ohne Aufnahmeprüfung Polizisten werden können!“ Was ich sagen will: Ich möchte niemanden bekehren. Sondern Sie ermutigen, sich mit überholten Geschlechterklischees zu beschäftigen.

Um Feminist zu sein, müssen Sie keiner Podiumsdebatte über intersektionellen Queerfeminismus folgen. Nur hinsehen. Zuhören. Ihrer Freundin, Ihrer Mutter, Ihrer Tochter. Sie müssen nicht alles verstehen. Nur mitfühlen. Das ist der Grund, warum Sie als Feminist nur gewinnen können: weil es Ihnen ermöglicht, Frauen zu verstehen. Unsere Ängste, Bedürfnisse oder warum das mit dem Sex für uns nicht immer einfach ist. Sich mit dem Feminismus zu befassen macht Sie nicht zu einem Weichei. Sondern zu einem richtig guten Mann. GG





VOX

# SCHNAUZE

IMMER NOCH NICHT VOLL

DIENSTAGS 20:15  
DIE HÖHLE DER  
**LÖWEN**

Die neuen Folgen

und bei TVNOW





Jessica Peppel-Schulz (CEO Condé Nast Germany), André Pollmann (GQ Chief Creative Director)



Dominik Berberich, Jens Langenfurth, Julian Weigl, Stefan Pollmann, Benjamin Kühnemund



Kim Hnizdo



August Wittgenstein, Rick Okon



Thomas Hayo, Kristian Schuller



Nina Süß



Michael Müller, Nina Müller

Sara Nuru

Marius Müller-Westenhagen

## GQ STYLE NIGHT

In Berlin feierte GQ zum zweiten Mal die Style Night, die schon jetzt zum Party-Pflichtprogramm während der Berliner Fashion Week gehört. Das Motto der Party im Club Bricks am Gendarmenmarkt: „Welcome to the new Golden Twenties“. Wir – und die meisten unserer 400 Gäste – fanden jedenfalls: Es war das beste Fest der Modewoche.

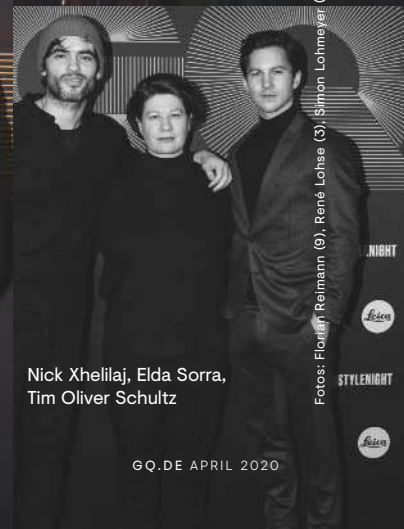
Johannes Patzig, Constantin Herrmann (beide GQ)



Nova Meierhenrich, Minh-Khai Phan-Thi



Marie Nasemann



Nick Xhelilaj, Elda Sorra, Tim Oliver Schultz





Kevin Pabel



Hans-Reiner Schröder, Janin Ullmann,  
Constantin Herrmann



Boris Entrup



David Kross



Lamiya, Sami und Dounia Slimani



Stephan Volk, Simon Lohmeyer,  
Laura Schwarz, Nicolas Herrlich



Toni Mahfud, Holger Petermann



Sindy und Till Buchner



Manuel Cortez



GQ Gentleman Maximilian  
Fiesel, Bahadır Bayam



Jessica Peppel-Schulz,  
Kathrin Widmayr



William Fari, Christiane Arp (Vogue)



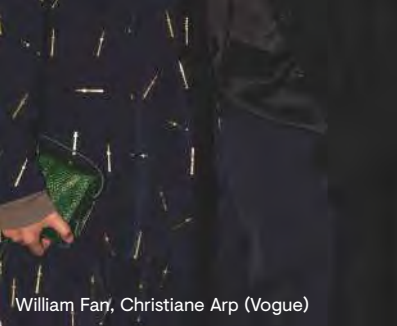
Carola und Stefan Athmann



Sebastian Geist, Margit  
Färber (Condé Nast Germany)



William Wilson Doppelgänger



William Fari, Christiane Arp (Vogue)



Andrea Beckmann-Otto,  
Marcus Lucas (beide GQ)



Anna Lüders, Marc Sasserath



Carolin Meltendorf, Christiane Lingner, Bettina Cramer







Eugen Bauder Rebecca Mir, Massimo Sinato



Jan Kruse (Condé Nast Germany),  
Anne Boss, Petra Penzinger



Jeanine Minaty, Anja Tillack



Jasmin  
El Saadani



Annabel Siebenhaar, Sarina Förster,  
Felizia Kindermann, Katja Brettin



Margit Färber, Kerstin Brönnér,  
Stefanie Hager, Anke Oberbrunner



Tamara Klett, Eilean Bloen,  
Magdalena Hoffmann, Lydia Engel



Tom Beck Clemens Buchwald, Sir Dama



Rebecca Mir, Izet Sehic, Fata Hasanovic



Susanne Schwänger,  
Jessica Liss, Kristin Lauer



Johannes Patzig,  
Justus Frederic Hansen



David Rusch, Susanne Pfeiffer (Condé  
Nast Germany), Giuseppe Fiordispina



Tiger Kirchharz



Constantin Herrmann,  
Thorsten Minder mann



Susanne Dworak, Iris Sutter,  
Cinque Frederike Hegemann



Viorel Octavian Borgovan,  
Isabel Petrides



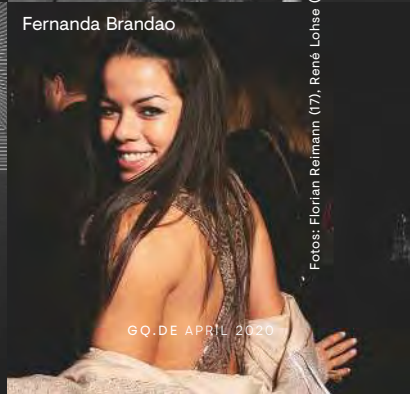
Kristina Meie, Alexander Frohn, Hanna Meier  
(Condé Nast Germany), Magali Horn



Carina Thoma (Condé Nast Ger-  
many), Hélène Todorova



Michael Betzelt,  
Nicole Bruch-Betzelt



Fernanda Brandao





Benjamin Kühnemund

Nadine Warmuth

Elena Breeze, Rabea Schif, Kim Hnizdo



Janin Ullmann



Toni Mahfud, Simon Lohmeyer



Tim Oliver Schultz



Jasmin Wagner



Justus Frederic Hansen



# GQ STYLE NIGHT

**Goldene Zeiten erfordern goldene Styles – so auch bei der GQ Style Night 2020 powered by CUPRA**

Ob modeaffine Gentlemen, trendbewusste Partygänger oder das Who's Who der deutschen Fashion-Szene: Wenn die GQ zur großen Style Night lädt, dann kommen sie alle. Getreu dem diesjährigen Motto „The new Golden Twenties“ erwartete die 400 geladenen Gäste am 15. Januar entsprechend nur das Beste aus Fashion, Music & Style. Grund genug für die anwesenden Celebrities wie Marius Müller-Westernhagen, David Kross und Sara Nuru, beim Fotoshooting um die Wette zu strahlen – wobei sicherlich auch der Dresscode „with a touch of gold“ zur guten Laune beigetragen haben dürfte...

Wie schon im Vorjahr präsentierte Partner CUPRA zudem seinen CUPRA Ateca und den Rennwagen CUPRA TCR. Aber auch sonst ging es in der In-Location Bricks heiß her. Von coolen Drinks über aufregende Performances bis zu heißen DJ-Grooves war an alles gedacht, was einen unvergesslichen Abend ausmacht. Apropos unvergesslich: Als absolutes Highlight konnten sich besonders mutige Gentlemen sogar direkt vor Ort in der CUPRA Lounge von Dominik The Who tätowieren lassen. Kurzum: Ein Event, das unter die Haut ging. Und das bei manchen sogar wortwörtlich. [cupraofficial.de](http://cupraofficial.de)

OFFIZIELLER PARTNER



Kraftstoffverbrauch CUPRA Ateca 2.0 TSI 4Drive, 221 kW (300 PS): innerorts 8,9, außerorts 6,5, kombiniert 7,4 l/100 km; CO2-Emissionen: kombiniert 168 g/km. CO2-Effizienzklasse: D.



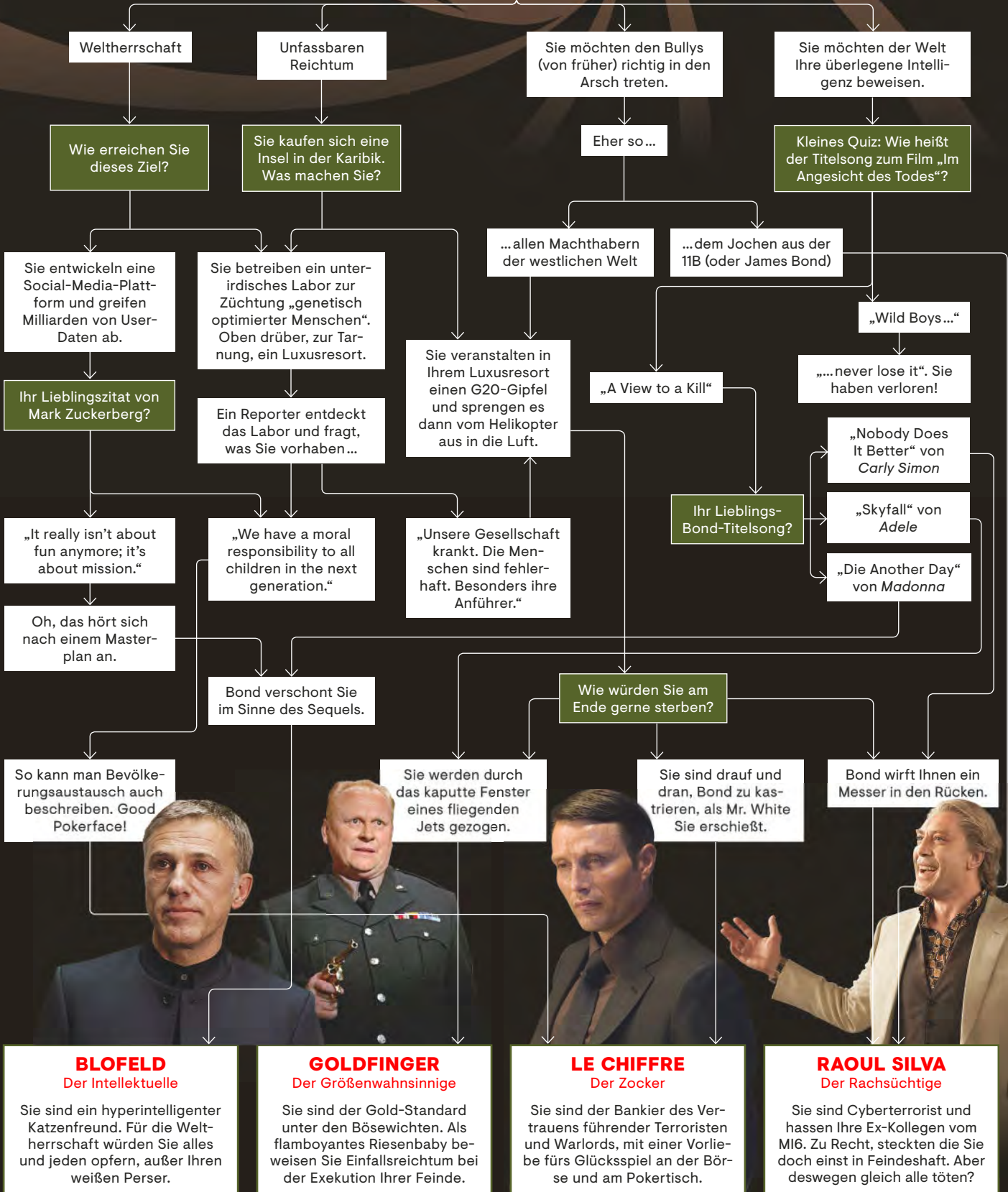




# JAMES BOND

WAS WOLLEN SIE IM LEBEN ERREICHEN?

Klar, wir alle sind Bond. Aber Hand aufs Herz, in jedem von uns steckt auch das Böse. *Welcher Schurke* wären Sie?





Reflecting  
personalities



IWC SCHAFFHAUSEN  
Pilot's Watch Chronograph Spitfire

**BUCHERER**  
1888

Swiss Watch & Fine Jewellery Experts since 1888  
[bucherer.com](http://bucherer.com)



Wir erschaffen Uhren nicht, um Erwartungen  
zu erfüllen. Wir übertreffen sie.

SeaQ Panoramadatum  
Tauchen Sie ein in das Original



*Glashütte*  
ORIGINAL

[glashuette-original.com](http://glashuette-original.com)

Deutsche Uhrmacherkunst seit 1845.

**Glashütte Original Boutique** • QF, Quartier an der Frauenkirche • Töpferstraße 4 • 01067 Dresden  
Tel. +49 (0)351 82 12 59 70 • E-mail: [Boutique.Dresden@glashuette-original.com](mailto:Boutique.Dresden@glashuette-original.com)

Beijing • Dresden • Dubai • Geneva • Hong Kong • Macau • Madrid • Paris • Shanghai • Shenyang • Singapore • Tokyo • Vienna • Xi'an

# GO BUSINESS

## EINSTEIGEN

Vorbild Silicon Valley: Warum wir mehr Start-up-Spirit brauchen

## UMSTEIGEN

Der FC-Bayern-Boss verrät: So starten Sie eine zweite Karriere

## AUFSTEIGEN

Lernen von „Bad Banks“: Wie Ihre Idee durch die Decke geht

Nr. 1  
2020

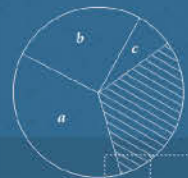
0.9999

XCSE +1.48

£1530.94

XFRA +2.16

φ2500



0.9999

BSM +2.24

¥50000

# Think!

DIE KUNST, NEU ZU DENKEN





  
**JAEGER-LECOULTRE**  
HOME OF FINE WATCHMAKING SINCE 1833.





Master Ultra Thin Perpetual.  
Manufacture Movement 868/1



PORTRAIT OF A PASSIONATE MAN

ARCHITECT & INVENTOR  
DREW SESKUNAS







DIGEL

THE MENSWEAR CONCEPT



# INHALT

## 52

FASHION  
Schauspieler  
Barry Atsma aus  
„Bad Banks“



**Editorial/  
Impressum** 08

**Letzte Seite** 98

**Update** 11  
Neues aus Technik, Sport  
und Finanzen

**Essay** 18  
Warum Investoren auf  
grüne Fonds und Aktien  
setzen

**Künstliche Intelligenz** 20  
Wirtschaftsphilosoph  
Anders Indset über die  
Zukunft der Arbeit

**High Tech fürs Hirn** 24  
Fünf Dinge, mit denen wir  
unsere Leistung steigern

**Reportage** 26  
Lernen von den Machern  
aus dem Silicon Valley

**Uhren** 30  
Die besten Modelle für  
einen Business-Lunch

**Umsteigen** 36  
Mal ganz anders: Fünf  
Querdenker berichten

**Mobilität** 44  
Wie sich das automobile  
Design in den nächsten  
Jahren ändern wird

**Business-Talk** 48  
Perfekte Kommunikation:  
Mentalist Henrik Fexeus  
verrät seine Technik

**Fashion + Interview** 52  
Die Serienstars aus „Bad  
Banks“ zeigen, wie Business-  
Mode heute funktioniert –  
und verraten, wie man Ideen  
Wirklichkeit werden lässt

**Das zweite Gehirn** 64  
Wie das Zusammenspiel  
zwischen Darm und Gehirn  
unsere Stimmung beeinflusst

**Secondhand-Boom** 70  
Warum der Onlinehandel mit  
gebrauchter Luxus-Fashion  
immer wichtiger wird

**Modern Zen** 76  
Auf der Suche nach den  
modernen Gurus und der  
Frage: Was bringt das?

**Freiräume** 84  
Wie sich unsere Umgebung  
auf unser Denken auswirkt

**Future Villages** 92  
Ein Visionär aus den USA  
baut in den Niederlanden  
das erste zu 100 Prozent  
autark betriebene Dorf

## 30

### UHREN



## 26

### SILICON VALLEY



60<sup>th</sup>  
Anniversary

THE NATURE OF TIME



GS  
Grand Seiko

[grand-seiko.com](http://grand-seiko.com)





**ANDRÉ  
POLLMANN**

*Chief Creative Director*

DER GROSSARTIGE Finanzkrisen-Krimi „The Big Short“ beginnt mit einem Zitat von Mark Twain: „Nicht das, was wir wissen, bringt uns zu Fall, sondern das, was wir fälschlicherweise zu wissen glauben.“ Die Gefahr ist nicht, etwas auszuprobieren, Fehler zu machen, zu scheitern. Die größte Gefahr ist zu glauben, man wüsste und könnte irgendetwas ganz sicher auf die allerbeste Art. Die größten Fallen stellen wir uns selbst – übrigens auch die Macher von „The Big Short“, denn das Zitat stammt mit allergrößter Wahrscheinlichkeit nicht von Mark Twain. Fehler macht man, wenn man denkt, man wüsste etwas.

Diese Ausgabe von GQ Business beschäftigt sich mit Wegen, unser Denken zu erneuern. Immer wieder. Beweglich zu bleiben, um in unserer sich ständig drehenden Welt nicht auf neue Fragen die alten Antworten zu geben. Denn neu ist das neue normal.

Für uns bei GQ kommt diese Ausgabe zum besten Zeitpunkt, denn wir sind selbst auf allen Ebenen gefordert,

ständig neu zu denken. Es ist kein Geheimnis, dass das alte Geschäftsmodell von Verlagen nicht mehr funktioniert wie früher, seitdem Menschen Nachrichten vor allem im Netz lesen. Gleichzeitig verändert sich das Bild dessen, was einen Gentleman auszeichnet, regelmäßig schneller, als man eine Krawatte in einem Full-Windsor-Knoten binden kann (was man trotzdem zumindest hin und wieder tun sollte, vor allem dann, wenn man nicht muss). Wir leben in einer Welt voller Variablen, in der die größte und schönste Sicherheit das Gefühl ist, sich auf die eigenen Tools verlassen zu können. Und die schärfste Waffe der Welt ist das Denken.

Auch deshalb haben wir es besonders genossen, für diese Ausgabe unterwegs zu sein, um besondere Denker zu finden, vom Silicon Valley bis in die Untiefen der weltweiten Guru-Economy, in der Coaches den Gehirnen ihrer Anhänger wahre und vermeintliche Superfoods verfüttern. Wir haben (Fast-)Gedankenleser getroffen und datengetriebene Rationalisten, kreative Querköpfe und erfahrene Manager des ewigen Wandels. Ihre Weisheiten sind in diesem Heft versammelt, und ich bin mir sehr sicher: Es ist nicht möglich, dieses Heft zu lesen, ohne Anstöße für den eigenen Weg mitzunehmen. Einen möchte ich hier gleich am Anfang mitgeben, weil wir ihn zu oft vergessen: The brain runs on fun – viel Spaß also mit dieser Ausgabe!

## Impressum

### Chief Creative Director

André Pollmann

### Head of Editorial

Johannes Patzig

### Co-Chief Creative Director

Michalis Pantelouris

### Chief Curiosity Officer

Joko Winterscheidt

### Head of Experience Design

Jana Meier-Roberts

### Photography Director

Björn Schüttrumpf

### Fashion Director

Tobias Frericks

### Editorial Business Manager

Anna Schubert

### Editorial Operations Specialist

Viola Müller-Hergerdt

### Textchef

Christoph Landsgesell

### Textredaktion

Christoph Eisenschink, Ulf Pape,

Clark Parkin

### Bildredaktion & Booking

Verena Aichinger

### Mode

Thomas Haditsch (Ass.),

Sharina Lichtl (Ass.)

### Schlussredaktion

LEKTORNET GmbH

### Mitarbeiter dieser Ausgabe

Corinna von Bassewitz, Matteo Berton,

Markus Burke, Nils Doose, Juliane Doyle,

Filip Fröhlich, Roman Goebel, Ludwig

Haslberger, Marc Heckner, Sarah Heidel-

berger, Friederike Jung, Matthias Lauerer,

Massu Nedjat, Mark Pernice, Señor

Salme, Paul Maximilian Schlosser, Jürgen

Schmieder, Schöttger, Sebastian Späth,

Todd St. John, Jan Steins, Alexander

Sticken, Johannes Thalmayr, Ori Toor, Martin

Trockner, Özgün Turgut, Ricardo Vizcaino

### Executive Director Commercial Content

Constantin Herrmann

### Brand Director

Margit Färber

### Herstellung

Lars Reinecke (Ltg.)

### Objektbetreuung

Joachim Renz

### Druck

Mohn Media, Mohndruck GmbH, Carl-

Bertelsmann-Straße 161M, 33311 Gütersloh

### Digitale Vorstufe

CLX Europe S.p.A., Via, dell'Artigianato

Nr. 8/a, 37135 Verona/Italien

### Verlag

Condé Nast Germany GmbH,

Oskar-von-Miller-Ring 20, 80333 München,

Telefon: 089 38104-0, Fax: 089 38104-260,

gqpost@gq.de

### Geschäftsführerin und Herausgeberin

Jessica Peppel-Schulz

„GQ Business 1/2020“ ist eine Beilage

von GQ 4/20

# EDITORIAL

A man with short brown hair and a beard, wearing a dark blue suit, white shirt, and dark tie, is looking down at a laptop. Three speech bubbles are connected by lines to the top of the image. The first bubble says 'Geschäftsreise geplatzt', the second 'Business-Reiseschutz', and the third 'REISEKOSTEN ERSTATTET'.

Geschäftsreise  
geplatzt

Business-  
Reiseschutz

REISEKOSTEN  
ERSTATTET

Eine Leistung unserer

## Reiseversicherung

Wer geschäftlich viel unterwegs ist, erlebt auch mal die Tücken des Reisens. Unser Business-Reiseschutz übernimmt nicht nur die Reisekosten, wenn ein Meeting plötzlich platzt, sondern sichert auch Ihr Gepäck ab. So bleiben Sie unterwegs immer flexibel, egal was passiert. Eine Leistung die zeigt, Hand in Hand ist HanseMerkur.



Hand in Hand ist  
**HanseMerkur**



IT'S TIME  
FOR A TRAVEL  
MOVEMENT.



TRAVEL THAT  
TAKES YOU  
TO PEOPLE, NOT  
JUST PLACES.



We are  
**salt**

[saltresorts.com](https://saltresorts.com)

@saltresorts



UPDATE



# Lauschangriff

Warum Podcasts das neue Massenmedium sind

Dass die Podcast-Branche boomt, ist keine Neuigkeit mehr – und auch keine Überraschung, denn Podcasts passen perfekt in unsere Zeit: Denjenigen, die einen rastlosen Lifestyle führen und immer on the road sind, bieten sie die beste Möglichkeit, nebenbei etwas zu lernen, interessante Denkanstöße zu erhalten oder einfach nur spannenden Storys zu lauschen. Ähnlich der biologischen Evolution findet im endlosen Podcast-Universum gerade eine Einnischung statt. Eine dieser Nischen: Business-Podcasts – mit innovativem Content für Gründer und Freigeister aus der Start-up-Szene.



## Die 3 besten Business-Podcasts

### 50 Things That Made the Modern Economy

1



APPLE PODCASTS,  
SPOTIFY, GOOGLE  
PODCASTS

Dieser Podcast (den die BBC produziert) ist auf Englisch – und ungefähr so wichtig wie das Einmaleins in der Grundschule. Einmal pro Woche bringt Moderator Tim Harford in zehn Minuten den Zuhörern eine wichtige oder wegweisende Erfindung näher, ohne die die Start-up-Welt gar nicht denkbar wäre. Wer noch zweifelt, der muss sich nur die iPhone-Folge anhören. Wer danach nicht angefixt ist, der hat vermutlich keine Seele.

### ds-Podcast – Der Start-up-Insider-Podcast

2



APPLE PODCASTS,  
SPOTIFY, GOOGLE  
PODCASTS

Beim Thema Start-up ist auch immer viel heiße Luft dabei. Gut, dass es jemanden gibt, der diese wöchentlich rauslässt und schlaue kommentiert. Das übernehmen OMR-Podcast-Maestro Sven Schmidt sowie Alexander Hüsing, Chefredakteur von *deutsche-startups.de*. Wer in der Szene wirklich auf dem Laufenden bleiben will, sollte Reinhören. Vor allem, wenn er plant zu investieren.

### Talente – Hacks für Leader

3



APPLE PODCASTS,  
SPOTIFY, GOOGLE  
PODCASTS

Michael Asshauer weiß, wovon er spricht. Der Unternehmer gründete die Start-ups Familonet, onbyrd und Closely und ist Head of Product Design bei moovel. Einmal pro Woche spricht er mit interessanten Gästen darüber, wie man erfolgreich ein Geschäft führt und die richtigen Mitarbeiter holt, und gibt Tipps in Sachen Digitalisierung, New Work und Selbstständigkeit. Ein Muss für jeden Aufsteiger.

# 10.000 €

So viel soll Japan angeblich für die Ausrichtung der Olympischen Spiele in Tokio ausgeben. Ob sich diese Investition (mal abgesehen vom Image) lohnt? Eher nein. Laut einer Studie der Universität Oxford machten die Ausrichter der Spiele seit 1960 praktisch immer Verlust. Im Mittel betrugen die Mehrkosten 150 Prozent des Voranschlags. Ausnahmen: die Spiele in Los Angeles und Barcelona. Erstere waren alleinige Bewerber (und mussten sich dem IOC nicht andienen), und Letztere hatten den Bau der Anlagen bereits vor der Vergabe geplant und finanziert.



## NETFLIX FÜR AUTOS

Netflix hat nicht nur das Fernsehen revolutioniert – es hat auch das Abo wieder sexy gemacht. Neuester Anwendungsbereich: das Auto. Statt zu kaufen oder zu leasen, holt man sich seinen Wagen für eine Abo-Pauschale. Alles inklusive – bis aufs Benzin. Hier die 4 Top-Anbieter



**CARCHARTER***carcharter.de (ab 400 €/Monat)*

- Alle 6 Monate einen top ausgestatteten Neuwagen
- Mindestlaufzeit: 6 Monate
- keine Startgebühr oder Zulassungskosten
- 1500 km inklusive, optionale Erweiterung bis zu 4000 km
- Fahrzeugzustellung kostenfrei
- deutschlandweit

**CLUNO***cluno.com (ab 249 €/Monat)*

- Modellwechsel alle 6 Monate möglich
- Startgebühr für Neukunden
- nur Fahrer zwischen 25 und 75 Jahren
- 1250 Freikilometer pro Monat inklusive
- eigene Abholung
- deutschlandweit
- Fahrzeugzustellung gegen Gebühr

**SIXT FLAT***sixtflat.com (ab 299 €/Monat)*

- nur zwei Abo-Arten möglich: „Nonstop“: Mindestlaufzeit 1 Monat, einmalige Startgebühr; „Seasons“: 4 unterschiedliche Fahrzeuge im Jahr wählbar
- Altersbeschränkung: ab 18 Jahren (gilt nicht für Premium-Fahrzeuge)

**CARE BY VOLVO***volvocars.com (ab 629 €/Monat)*

- nur Volvo-Modelle direkt vom Hersteller
- Monatspreis ist modellabhängig
- Mindestlaufzeit: 3 Monate
- 15000 Freikilometer pro Jahr
- vorzeitige Kündigung möglich bei Abschlagszahlung

# Weitsicht

Mit dieser Brille wird Virtual Reality endlich realistisch

Keine Frage: Virtual Reality (VR) ist das nächste große Ding – nicht nur beim Gaming. Doch bislang sah das Equipment, das man für das Eintauchen in virtuelle Welten brauchte, nicht wirklich stylisch, sondern eher klobig aus (von praktisch reden wir hier erst gar nicht). Die gute Nachricht ist, dass diese Zeiten wohl bald vorbei sind, denn auf der Consumer Electronics Show zeigte Panasonic, wie VR richtig geht. Die schlanke, leichte Brille besitzt zwei Mikro-OLED-Displays, was gestochen scharfe Bilder garantiert, zumal das Gerät auch High Dynamic Range (HDR) unterstützt. Abgesehen von diesen technischen Highlights (5G soll sie auch unterstützen) sieht die Brille verdammt gut aus. Der Haken: Sie ist nur ein Prototyp. Die Kreditkarte muss man also erst mal leider stecken lassen. Aber immerhin kann man sich schon mal freuen, was da wohl bald kommen wird.

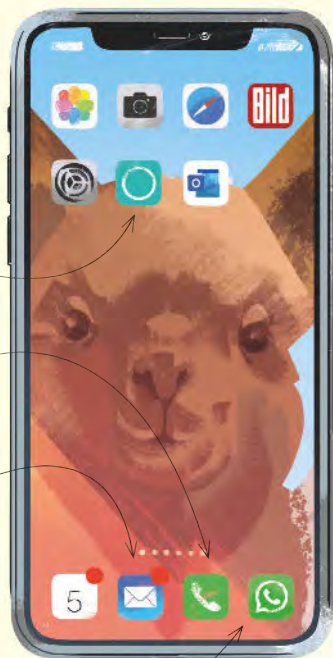


# Smartphone-Check



**Rainer Schaller**  
McFit-CEO

McFit-Boss Rainer Schaller (51) hat viel zu tun – schließlich betreibt er mit seiner Unternehmensgruppe RSG über 300 Fitnessstudios in acht Ländern. Seine Antworten: kurz und präzise. Da bleiben keine Fragen offen



WELCHES  
SMARTPHONE-  
MODELL?  
IPHONE 11  
PRO



WELCHES EMOJI  
BENUTZEN SIE  
AM HÄUFIGSTEN?  
DAS SELBST  
ERSTELLTE  
EMOJI. UND  
DAS GRÜSST  
FREUNDLICH

BENUTZEN SIE  
EINE FITNESS-  
APP?  
„CYBEROBICS“

WIE VIELE  
HANDYKONTAKTE  
HABEN SIE?  
200

WIE VIELE  
UNGELESENE  
MAILS HABEN SIE?  
475

OHNE WELCHE  
APP KÖNNTEN SIE  
NICHT MEHR AUS  
DEM HAUS GEHEN?  
WHATSAPP

**Die wichtigste App für unterwegs?**

Google Maps.

**Welche App nutzen Sie, um Ihren Tag zu organisieren?**

Outlook-Kalender.

**Instagram-Account oder Twitter-Account?**

Weder noch.

**Haben Sie einen speziellen Klingelton?**

Lautlos.

**Welche Musik hören Sie gerade?**

US-Rap und EDM.

**Welchen Podcast verfolgen Sie gerade?**

„Das Morning Briefing“ von Gabor Steingart.

**Wie viele Mails erreichen Sie pro Tag?**

Circa 50 – das aber auch erst, seitdem ich für jedes einzelne Projekt eine WhatsApp-Gruppe eingerichtet habe und viel darüber kommuniziere.

**Welche App müsste Ihrer Meinung nach noch erfunden werden?**

(Nach zehn Minuten nachdenken) Immer noch keine Idee.

**Nutzen Sie eine Powerbank?**

Leider ja.

**Mit wem whatsappen Sie am häufigsten?**

Mit unserem COO.

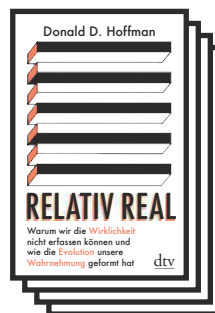
**Welche App haben Sie zuletzt wieder gelöscht?**

„Dazn“.

**Welche Games spielen Sie auf dem Telefon?**

Keines.

## BUCH - TIPP



**DONALD D. HOFFMAN**  
**Relativ real**

Sie fanden die Idee hinter „Matrix“ gut? Dann werden Sie das Buch von Donald D. Hoffman lieben. Er stellt infrage, was tatsächlich hinter dem steckt, was wir als Realität kennen, und lässt den Leser in Bereiche blicken, die „hinter der Wirklichkeit liegen, die wir wahrnehmen können“.

DTV, 25 €

## BÜRO FÜR DIE HOSENTASCHE



Flexibles Arbeiten funktioniert nur mit der richtigen Ausstattung – und da hilft die Samsung SSD T5. Die externe Festplatte mit Anschluss für Notebook, Smart-TV und Android-Geräte ist klein wie eine Kreditkarte, wiegt gerade mal 51 Gramm, kann aber bis zu zwei Terabyte Daten speichern. Samsung, ab 119€ (je nach Speicherplatz)



  
**ice**  
watch







TIPPT MAN IN DIE Google-Suche „Sind Pullunder“ ein, fragt der Vervollständigungs-Algorithmus der Suchmaschine ganz von selbst: „Sind Pullunder noch modern“. An zweiter Stelle folgt übrigens „...noch modern 2019“. Google Suggest basiert mitunter auf dem Standort des Suchenden und auf der Häufigkeit einer Suchanfrage. Das lässt im Falle des Pullunders auf eine gewisse Verunsicherung in der deutschen Bevölkerung schließen – und auf das Bedürfnis, keinem stilistischen Anachronismus aufzusitzen.

Nun ist dem ärmellosen Pullover das Unmodischsein derart immanent, dass er sich eigentlich allen Maßstäben der Modernität zu entziehen scheint. Den mittlerweile verstorbenen einstigen FDP-Vorsitzenden und Außenminister Hans-Dietrich Genscher und das bayerische SPD-Urgestein Ludwig Stiegler, deren beider Markenzeichen es war, Pullunder in den Farben ihrer Partei zu tragen, trieben bei der Wahl ihres Outfits vermutlich keine modischen Erwägungen um. Ich wage die These, sie hätten die Zusammenstellung ihrer Kleidung auch nicht als „Outfit“ bezeichnet.

Der republikanische Senator Rick Santorum, der sich 2011 um das Präsidentenamt bewarb, zog ebenfalls in einer *sweater-vest* in den Wahlkampf. Vermutlich um damit sein katholisch-konservatives Weltbild zu unterstreichen, das – ähnlich wie der Pullunder – resistent gegen moderne Trends wie Verhütung, Homo-Ehen und Patchwork-Familien ist.


## ICH BIN SO FREI

Der Pullunder hat es vom Spießbürger-Markenzeichen zum modischen Must-have geschafft. Eine ganz persönliche Spurensuche

Ich muss zugeben, ich bin seit einiger Zeit Pullunderträger. Ich besitze ein olivgrünes Modell mit V-Ausschnitt, das mit rot-weißen Reiterfiguren verziert ist. Was in der Beschreibung seltsam klingen mag, sieht in der Praxis tatsächlich gut aus. Wirklich! Den Entwurf ersann Francesco Risso, Chefdesigner der Marke Marni.

Seitdem ich das Stück besitze und ja, auch anziehe, beschleicht mich die Frage, wie es die Mode-Industrie immer wieder fertigt, Kleidungsstücke begehrtestens zu machen, die doch so hoffnungslos unsexy sind. Denn ja, liebe Google-Befrager, der Pullunder war nicht nur 2019 „noch modern“, sondern ist es auch 2020 noch. Für diese Erkenntnis muss man nur einen Blick auf die aktuellen Kollektionen werfen – oder auf den modebewussten Sänger Harry Styles, der die Stilsicherheit schon im Namen trägt und fast nur noch in Gucci-Pullundern zu sehen ist.

Einen Grund für die neue Popularität der ärmellosen Strickteile sehe ich in der zunehmenden Ironisierung der Mode. Modern ist, was unmodern ist. Und was modisch unmodern ist, wird uns von der Fashion-Industrie diktiert. Das hat den positiven Nebeneffekt, dass wir uns rebellisch und unangepasst fühlen und, Gruppenwesen, die wir sind, trotzdem wohl im Strom einer Massenbewegung schwimmen können. Warum ich mir den Pullunder gekauft habe? Nun, frei nach Horkheimer und Adorno, das ist meine Mimesis an die von mir durchschaute Mode-Industrie.

Bei den Modenschauen trugen viele der Models ihre Pullunder übrigens pur auf der Haut, ganz ohne Hemd. Ich liebe meinen Pullunder, aber diesem Trend werde ich mich dann doch widersetzen. Herrn Genscher hätte man sich in dieser Variante ebenfalls nur schwer vorstellen können. 

**GQ**Style

# MEN'S FASHION BIBLE

The cover of GQStyle magazine features a portrait of actor Cillian Murphy. The magazine title 'GQStyle' is prominently displayed in large white letters across the top. Below it, the issue is dated 'F-S 2020' and marked as '# 37'. The main headline reads 'THE NEW FREEDOM' in large, bold, white capital letters. Below this, a subtitle in smaller white capital letters says 'OHNE REGELN, OHNE GRENZEN: DIE LOOKS DES SOMMERS'. To the right of the main headline, there are three featured names: 'Cillian Murphy' with the subtext 'DER STAR AUS PEAKY BLINDERS', 'Travis Scott x Air Dior' with 'Michael Kors' below it, and 'Jil Sander' with 'Sterling Ruby' below it. In the top right corner, there is a small box with prices: 'D 9,90 €', 'A 9,90 €', and 'CH 16,90 SFR'. In the bottom right corner, there is a barcode with the number '4 195838 209803' and a small '01' in a box.

**GQStyle**

F-S 2020 # 37

**Cillian Murphy**  
DER STAR  
AUS  
PEAKY  
BLINDERS

**Travis Scott**  
x  
**Air Dior**  
Michael  
**Kors**

**Jil Sander**  
Sterling  
**Ruby**

**THE NEW FREEDOM**

OHNE REGELN, OHNE GRENZEN:  
DIE LOOKS DES SOMMERS

D 9,90 €  
A 9,90 €  
CH 16,90 SFR

4 195838 209803 01

**184 SEITEN  
AKTUELLE  
FASHION-TRENDS  
FÜR DEN MANN**

- + Fashion-Shoot & Interview mit Serien-Star Cillian Murphy
- + Die neue Sommer-Mode der Top-Designer
- + Großer Guide: So stylen Sie die Trends der Saison
- + Interviews mit Michael Kors, den Dsquared-Gründern und vielen mehr

**JETZT IM HANDEL!**





## GRETA STATT GEKKO

Früher wollte unser Autor mit seinen Investments vor allem eines: Schnell viel Geld machen.

Hier erzählt er, wie seine Fonds grün wurden – und wie das sein Leben veränderte

LASSEN SIE MICH mein früheres Investmentverhalten – wir reden von den Nuller-Jahren – mit den Worten von Gordon Gekko, gespielt von Michael Douglas, aus dem Film „Wall Street“ zusammenfassen: „Die Gier ist gut, die Gier ist richtig, die Gier funktioniert, die Gier klärt die Dinge, durchdringt sie und ist der Kern jedes fortschrittlichen Geists.“ Mein vermeintlich fortschrittlicher Geist wollte damals vor allem eins: sehr schnell sehr viel Geld verdienen. Wie? Das war mir eigentlich – entschuldigen Sie meine Ausdrucksweise – scheißegal. Alkohol, Tabak, Öl, Atomenergie, Rüstungsindustrie, Glücksspiel, Immobilien – ich hatte wirklich überall meine Finger, respektive mein Geld, drin. Zugegeben, vieles davon war mir damals überhaupt nicht klar. Ich las nicht das Kleingedruckte, sondern wählte nur nach Rendite aus. Wonach ich nicht suchte, war Verantwortung, was mit meinem Geld geschah. Dann kam der Börsencrash 2008 – und ich ging ernüchtert und ärmer raus aus DAX und Dow Jones.

Das Faszinierende am Geld ist ja: Erst wenn man welches verliert, beginnt man sich zu fragen, ob man damit nicht etwas Sinnvolleres hätte anstellen können. Und wie so oft ist die Antwort recht eindeutig: Ja, hätte man. Durch Zufall stieß ich zwei Jahre später auf eine Anzeige für nachhaltige Investments. Ab da wusste ich, was zu tun war. Zumindest in der Theorie. In der Praxis war es vor zehn Jahren sehr schwer, sein Geld nachhaltig anzulegen.

Wohlgemerkt: schwer, nicht unmöglich. Wer nachhaltig Geld anlegen möchte oder

### NACHHALTIG BESIEGELT

*Das Angebot an nachhaltigen Investmentmöglichkeiten wächst. Diese Gütesiegel helfen bei einer grünen Anlage am besten weiter.*

#### Das FNG-Siegel

Das Forum Nachhaltige Geldanlagen berücksichtigt Arbeits- sowie Menschenrechte, Umweltschutz und Korruptionsbekämpfung. Tabu sind Investitionen in Kernkraft, Kohlebergbau, Kohleverstromung, Fracking, Ölsande sowie Waffen und Rüstung.

#### ECOREporter-Siegel

Das Label des Brancheninformationsdienstes ECoreporter gibt es seit 2013. Es wird nur für ein Jahr vergeben. Ausgeschlossen sind: ausbeuterische Kinderarbeit nach ILO-Standard, praktizierte Todesstrafe, schwere Menschenrechtsverletzungen, Gentechnik, Tierversuche, Glücksspiel und Suchtmittel.


#### Global Challenges Index (GCX)

In diesem Index sind 50 Unternehmen aufgelistet, die sich stark für die Bewältigung globaler Herausforderungen wie Armut, Klimawandel, Trinkwasser-Versorgung oder Erhalt von Artenvielfalt einsetzen.

„grün investieren“ will, muss ein wenig mehr Aufwand betreiben. Fragen Sie sich, was Ihnen wichtig ist. Was soll ein Unternehmen oder Fonds haben, tun, bewirken, damit Sie Ihr Geld dorthin bewegen? Denn was hilft es, Aktien in ein Unternehmen zu stecken, das zwar den Regenwald aufforstet, aber einen Teil seiner Gewinne mit Sweatshops erzielt oder eine Tochtergesellschaft hat, die an Rüstungsgeschäften beteiligt ist? Zu viel Aufwand? Überlegen Sie einfach mal, welche Wege Sie etwa für den ersten Veggie-Burger der Stadt zurückgelegt haben. Eben.

Außerdem hat die Finanzbranche längst erkannt, dass immer mehr Menschen – wie ich – etwas mehr suchen als nur ein Plus bei der nächsten Ausschüttung (tatsächlich waren 2019 die Renditen bei grünen Fonds so hoch wie noch nie). Es gibt bei Finanzprodukten Öko-Labels, die Anlegern eine grobe Orientierung bieten (siehe links). Zum Teil sind Maßstäbe und Kriterien schwammig, die bei der Bewertung von Finanzprodukten angelegt werden – aber es gibt zumindest welche.

Neulich sprach ich mit einem Finanzberater über Investments, da überraschte er mich mit dem beiläufigen Satz, dass der Nachhaltigkeitstrend an der Börse massiv durch Greta Thunberg und Fridays for Future in Fahrt gekommen sei. Viele hätten sich über den Klimawandel hinaus mit dem Thema beschäftigt – und seien so dazu gekommen, ihre Anlagen infrage zu stellen. Der Gedanke gefiel mir sehr: mehr Greta, weniger Gordon Gekko. Und ich stellte fest, dass sich mein Investmentverhalten auch auf den Alltag ausgewirkt hat. Ich benutze keine To-go-Becher mehr, nehme öfter die Bahn, und Plastiktüten meide ich wie die Pest. Ja, das sind nur kleine Schritte, aber es sind welche.

Und: je mehr Menschen mitmachen, desto größer die Wirkung. Jetzt und natürlich für die Zukunft. 

**GQ****JETZT GQ TESTEN****+ KAPTEN & SON RUCKSACK SICHERN!**

## IHRE VORTEILE

- 3 Ausgaben GQ testen für nur 10,80 € und 35% sparen
- Wöchentlicher Online-Newsletter
- Versandkostenfreie Lieferung


**UNSER  
TIPP**

## KAPTEN & SON RUCKSACK "LUND"

- schwarzer Fahrradricksack
- wasserabweisendes Nylon & robustes Tarpaulin
- ergonomische, atmungsaktive Rückenpolster
- gepolstertes 15" Laptop-Fach, 3 Innenfächer
- Volumen: 15–22 Liter
- Maße: 43–61 cm (H), 28 cm (B), 13 cm (T)

Zuzahlung nur 50€

HIER GEHT'S  
ZUM SHOP

**JETZT BESTELLEN!**
**ABO.GQ-MAGAZIN.DE/KAPTEN-SON & 0781.639.4507**



Wirtschaftsphilosoph Anders Indset erklärt, warum wir die Gefahr künstlicher Intelligenz massiv unterschätzen, wie sie unser Arbeitsleben verändert – und wie wir lernen können, uns in dieser neuen Welt zurechtzufinden

„WIR AFFEN  
GLAUBEN, EINEN  
DIGITALEN  
SUPERGOTT  
BEHERRSCHEN  
ZU KÖNNEN“



1



2



## Man versus Machine



**1. Metropolis (1927):** „Maschinen-Maria“ beherrscht eine versklavte Menschheit.  
**2. Avengers – Age of Ultron (2015):** Tony Stark baut eine KI, die außer Kontrolle gerät und versucht, die Menschen auszulöschen.  
**3. 2001 – Odyssee im Weltraum (1968):** HAL 9000, der Bordcomputer des Raumschiffs Discovery, wird zunehmend

neurotisch. Als er mitbekommt, dass er abgeschaltet werden soll, will er die Besatzung „abschalten“.  
**4. Westworld (1973):** Roboter-Cowboys jagen in einem Western-Vergnügungspark die Parkgäste.  
**5. Ex Machina (2014):** Android Ava tötet ihren Schöpfer, um ein Leben unter Menschen führen zu können.

4



5



**Herr Indset, Sie werden in den Medien wahlweise als „Digital Jesus“ oder „Rock’n’Roll Plato“ bezeichnet. Stören Sie solche Zuschreibungen?**

Ich nehme das zur Kenntnis und kann darüber schmunzeln. Davon leben Medien nun mal, aber für mich ist das nicht relevant.

**Wie wird man eigentlich Wirtschaftsphilosoph?**

Ich habe mich auch als Unternehmer immer schon für die Philosophie interessiert und wollte Kant, Hegel und Nietzsche im Original lesen. Ich habe deshalb Deutsch gelernt und bin nach Deutschland gegangen. Hier habe ich schnell eine eigene Firma gegründet. Ich war zehn Jahre lang Hardcore-Kapitalist, habe viele Erfolge und auch viele Misserfolge gehabt – und dabei nichts gespürt. Das war der Grund, weshalb ich meine Anteile an meinen Geschäftspartner verkauft habe. Ich liebe die Wirtschaft weiterhin, denn sie ist das Betriebssystem unserer Gesellschaft. Und ich liebe die Philosophie. Ich wollte beide Welten miteinander verbinden.

**Sie beschreiben in Ihrem Buch, dass die Entwicklung einer künstlichen Superintelligenz die letzte narzisstische Kränkung der Menschen sein wird. Können Sie das erläutern?**

Die erste narzisstische Kränkung war die kosmologische Kränkung, als wir herausfanden, dass unsere Erde nicht das Zentrum des Universums ist, sondern dass wir auf einem insignifikanten Planeten irgendwo am äußersten Rand des Universums leben. Einige Hundert Jahre später kam Charles Darwin und erklärte uns, dass wir nicht von Göttern abstammen, sondern Tiere sind, ein Teil der natürlichen Evolution – die zweite Kränkung. Sigmund Freud lehrte uns in der psychologischen Kränkung, dass unser Ich nicht Herr im eigenen Haus ist. Bei der letzten Kränkung geht es um das Überleben der Menschheit an sich. Wir entwickeln etwas, das uns überlegen ist, und machen uns dadurch selbst überflüssig. Der Glaube, dass wir einfachen Affen einen externen digitalen Supergott bauen und beherrschen könnten, ist die

Krönung des Narzissmus.

**Welche ethischen Fragen wirft KI auf, die wir jetzt beantworten müssen?**

Das fängt bei ganz konkreten Fragen an. Etwa was autonome Maschinen angeht, Umgang mit freiem Willen, Übernahme von Verantwortung. Doch viel wichtiger wäre es, keine Einzelfragen zu beantworten, sondern ein ethisches Rahmenwerk zu schaffen, auf das wir uns global einigen können. Was sind eigentlich unsere Ziele bei der Entwicklung von künstlicher Intelligenz? KI hat keine eigenen Ziele. Das Problem fängt schon bei „Intelligenz“ an. Wir haben in den vergangenen 100 Jahren aufgehört, darüber nachzudenken, was das eigentlich ist.

**Sie schreiben, dass in den kommenden zehn Jahren 80 bis 90 Prozent der Arbeitsplätze wegfallen werden, weil sie von Maschinen mit künstlicher Intelligenz erledigt werden. Schon Marx sah das Ziel einer Revolution nicht nur in der Emanzipation der Arbeiterklasse, sondern letztendlich in der Befreiung des Menschen von der Notwendigkeit der Arbeit. Was wären die gesellschaftlichen Auswirkungen?**

Es spielt fast schon keine Rolle, ob es zehn oder 80 Prozent sind. Bereits wenn zehn bis 20 Prozent der Arbeitsplätze wegfallen, entsteht gesellschaftliche Instabilität. Manche Experten und Politiker meinen, dass die Menschen sich dann auf das Wesentliche konzentrieren könnten. Aber was ist das Wesentliche? Die Idee ist, dass man durch Automatisierung und neue Technologien so eine große Wertschöpfungssteigerung hat, dass man weiterhin so viele Mitarbeiter beschäftigen kann. Aber Unternehmen stehen in einem globalen Wettbewerb. Da greifen marktwirtschaftliche Mechanismen, die purer Darwinismus sind. *The winner takes all!* In so einer Welt kann sich kein Unternehmen leisten, 100000 Menschen mit „dem Wesentlichen“ zu beschäftigen.

**Es ist doch viel wahrscheinlicher, dass diese unbeschäftigten Menschenmassen durch sehr unangenehme politische Kräfte in Schwingung versetzt werden. Sie ziehen die Parallele zu den 30er-Jahren.**

Ja, und wir sehen, was heute die Alternativen sind. Die USA machen gerade eine Rolle rückwärts zu einem chauvinistischen Individualismus: Das Ego zählt, ich bin der Starke, „Make America Great Again!“ Die Chinesen haben ein ganz anderes System, das früher nicht



funktioniert hat. Warum ist das Sowjetregime zusammengebrochen? Weil es kein Smartphone gab. Dieser Überwachungsstaat war schlecht. Aber das chinesische Modell könnte, sofern es wirtschaftlich erfolgreich bleibt, zum Vorbild für Länder wie Indien oder den gesamten afrikanischen Kontinent werden. Dann hätten wir drei Milliarden Menschen auf einer Datenbank, in einer Herrschaftsform der Algorithmmokratie.

**Wir sind biologische Wesen mit archaischen Anlagen. Überholen wir uns mit unserer Technologie gerade selbst?**

Wir kreieren unter Umständen etwas, das viel intelligenter ist als wir selbst – und wir können es nicht verstehen. Das gibt es schon heute. Facebook musste zwei Bots abschalten, die miteinander in einer eigenen Sprache kommunizierten. Englisch war ihnen zu ineffizient. Der digitale Tsunami steht uns erst noch bevor. 1990 hantierten wir mit VHS-Kassetten, und es gab weder Smartphones noch das Internet. Das liegt 30 Jahre zurück. Wenn wir 30 Jahre nach vorne schauen, ins Jahr 2050, und die Entwicklung in exponentieller Weise weitergeht, dann können wir uns in den wildesten Fantasien nicht vorstellen, was da auf uns zurollt. Ich bin zwar optimistisch, aber ich sehe zwei existenzielle Bedrohungen: den Öko-Kollaps und den Umgang mit exponentiellen Technologien.

**Den Zusammenbruch unseres Ökosystems betrachten Sie als unser dringlichstes Problem, die Gefahren von künstlicher Intelligenz als das am meisten unterschätzte.**

**Warum ist uns Menschen das Risiko nicht bewusst?**

Wir haben in der Geschichte immer nur aus Krisen und Kriegen gelernt. Wir reagieren erst, wenn wir die Gefahr spüren. Wenn wir sehen, dass aus einem Wal in Norwegen 25 Kilogramm Plastik herausgezerrt werden oder wenn Greta die Menschen hysterisch anschreit, dann löst das eine emotionale Reaktion aus – selbst bei alten weißen Männern. Die handeln zwar nicht automatisch, aber da passiert langsam etwas.

**Dann bitte etwas Emotionalität Ihrerseits im Hinblick auf KI: Was wäre das Worst-case-Szenario?**

Ich glaube nicht an ein Szenario wie aus einem Film, in dem Roboter durchdrehen und anfangen, Menschen zu erschießen. Ich befürchte eher, dass wir eine digitale Super-Intelligenz erschaffen, die so überlegen ist, dass wir Menschen uns dadurch selbst über-

## Ich befürchte, dass wir eine digitale Super-Intelligenz erschaffen, die so überlegen ist, dass wir Menschen uns selbst überflüssig machen

flüssig machen. Dass die Verhältnisse so instabil werden, dass nur eine neue Elite, eine Netokratie (*Eine neue Elite, die sich durch technologische Überlegenheit und die Fähigkeit auszeichnet, sich in Business-Netzwerken zu organisieren. Anm. d. Red.*) überleben kann. Der Rest der Menschheit würde ein Dasein wie im Zoo führen. Wir spielen mit der Büchse der Pandora.

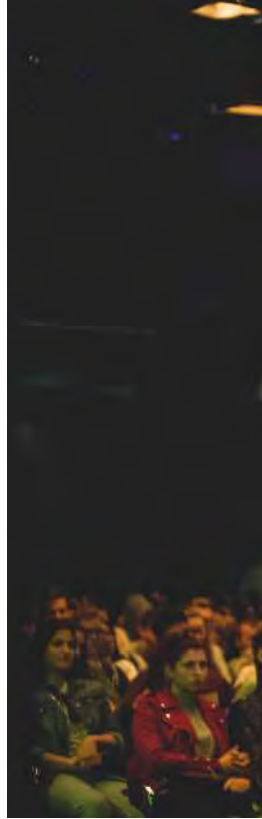
**Halten Sie es angesichts der politischen Lage in der Welt für realistisch, dass die ganze Menschheit zusammenkommt und gemeinsam an Lösungen arbeitet? Egal ob in Amerika, China oder Russland, man gewinnt den Eindruck, es sind gerade nur nationalistische Nutzenmaximierer am Werk.**

Ich glaube, dass wir eine große Masse an Menschen dazu bringen können, an ein Miteinander zu glauben. Das könnte auch die Rolle Europas sein: Brücken zu bauen. Wir könnten Exportweltmeister des Vertrauens werden. Allerdings brauchen wir ein anderes politisches System, denn die Parteiendemokratie zerstört sich gerade selbst. Vielleicht eine Art Direktdemokratie. Dabei gäbe es allerdings das Problem, dass die Stimmen von Wählern, die sich wenig Gedanken machen, genauso viel zählen wie die von Menschen, die sehr viel nachdenken. Aber auf dieses Problem der Demokratie hat schon Plato hingewiesen: Die Welt wird nicht in Ordnung kommen, bis die Könige Philosophen sind und die Philosophen Könige. **Sie glauben aber nicht wirklich an die Philosophenherrschaft, oder?**

Ich glaube nicht, dass alle Menschen Philosophen werden müssen, aber wir sollten alle philosophische Kontemplation betreiben. Wir sollten unsere eigene Meinung immer hinterfragen und validieren müssen. Das kann man lernen, aber dafür bräuchten wir ein Bildungssystem, das nicht auf das Abspeichern von Daten abzielt, sondern darauf, das Lernen zu lernen.

**Was kann jeder für sich selbst tun, um in der neuen Welt zurechtzukommen?**

Ich denke, dass jeder Mensch deutlich mehr Einfluss auf seine eigene Realität hat, als sich die meisten zutrauen. „Das ist schwierig, das war schon immer so, ich habe schon immer so gedacht, und so bin ich eben.“ Nein, bist du nicht! Außerdem sollten wir unser Wissen hinterfragen. Wir sollten nicht sagen: „Das ist so!“, sondern „So könnte es sein“ oder „Ich nehme das heute aus diesen und jenen Gründen so wahr“. Wir müssen hinterfragen, warum wir die Welt so oder so sehen und einen Skeptizismus an den Tag legen. Nur so bekommt man ein Verständnis für andere Meinungen. Wenn ich mich nur in Filterblasen



### BUCH - TIPP



#### Quantenwirtschaft – Was kommt nach der Digitalisierung?

In seinem Buch klärt Indset nicht nur über die Gefahren der künstlichen Intelligenz auf, sondern entwirft auch ein neues Wirtschaftssystem für die Zukunft, das auf Erkenntnissen der Quantentheorie und der Philosophie beruht. ECON, 22 €



Anders Indset ist ein gefragter Redner, dessen Expertise über die digitale Zukunft bei Politikern und Managern begehrt ist

bewege, in denen mir meine eigene Meinung dauernd widergespiegelt wird, kann es sein, dass ich falschliege. Wenn ich gezielt Menschen aufsuche, die eine andere Meinung haben, und mit ihnen in den Dialog, die Diskussion und Kollaboration gehe, kann ich meine eigene Meinung besser manifestieren und entwickle ein Verständnis dafür, warum ich die Dinge so sehe, wie ich sie sehe. Und drittens brauchen wir ein stärkeres Verständnis für die Realität und dafür, dass es okay ist, normal zu sein. Das sind jetzt keine technologischen Dinge, aber heute denkt jeder, dass es allen anderen viel besser geht. Dabei hat jeder in bestimmter Hinsicht ein beschissenes Leben und seine eigenen Krisen zu meistern.

#### **Und was empfehlen Sie Unternehmen?**

Wer interessiert ist, ist interessant! Ich kann mich für alles begeistern, und deshalb kommen so viele Menschen zu mir und spielen mir Informationen zu. Ich bin da wie ein Schwamm und lerne die ganze Zeit. Und das gilt auch für Firmen. Diejenigen, die sich für den Menschen interessieren, sind interessant für junge Talente. Unternehmen, bei denen Zukunftsthemen wie Nachhaltigkeit und Kreislaufwirtschaft nicht nur auf der Website stattfinden, da wollen junge Menschen heute arbeiten. Bei Unternehmen, wo sie nicht einen Corporate-Leitfaden vorgelegt bekommen, in dem drinsteht: „So wird das bei uns gemacht“, sondern wo sie mitreden und etwas bewirken können.

#### **Das ist interessant, dass Sie im Zeitalter der Technologisierung und der künstlichen Intelligenz für einen neuen Humanismus plädieren.**

Ja, weil der Mensch das einzig Relevante ist – für uns! Wir sprechen über externe Entitäten: digitale Transformation beziehungsweise Revolution, disruptive Technologien. Wir selbst transformieren uns nicht, sondern wir gestalten die Zukunft. Und wir können entweder herumexperimentieren, Scheiße bauen, lernen und weitermachen, oder wir können uns Zeit nehmen, nachdenken und dann gestalten. Ich plädiere sehr stark dafür, dass sich die Menschen mehr Zeit zum Denken nehmen. Wir sind die fitteste Generation aller Zeiten: Wir rennen ins Fitnessstudio oder auf Berggipfel und trinken wie bekloppt Smoothies. Aber wir machen keine tiefe Kniebeuge für das Ding da? (*zeigt auf seinen Kopf*)

#### **Wie glaubhaft ist es eigentlich, wenn der Google-Chef Sundar Pichai nach mehr staatlicher Regulierung der künstlichen Intelligenz ruft?**

Er meint das schon ernst, Elon Musk auch. Warum sind die denn so besessen davon, die Entwicklung von künstlicher Intelligenz voranzutreiben? Weil es andere ohnehin machen werden. Aber ihnen ist klar, wie gefährlich das ist. Ich prognostiziere, dass wir eine Intelligenzexplosion haben werden. In ein paar Jahren

gibt es dann Maschinen mit einem IQ von 200 oder 300. 2030 dann vielleicht schon eine mit einem IQ von 3000. In einem einzigen Gerät!

#### **Ist diese Superintelligenz mit menschlicher Intelligenz vergleichbar?**

Einfache künstliche Intelligenz ist in bestimmten Bereichen heute schon viel effizienter als der Mensch – durch Machine-Learning und Algorithmen. Niemand fragt heute mehr einen Taxifahrer nach einem Schleichweg. „Google Maps“ ist da viel zuverlässiger. Von einer allgemeinen künstlichen Intelligenz, die ALLES besser und effizienter kann als der Mensch, sind wir noch ein Stück entfernt. Aber wenn wir diese Singularität erreichen, sind wir Menschen überflüssig. Und deshalb sagt Elon Musk, dass wir unser Gehirn mit den Maschinen vernetzen müssen, um überhaupt noch eine Chance zu haben, zu verstehen, was da vor sich geht. Das ist der Ansatz seines Unternehmens Neuralink.

#### **Und welche Implikationen hätte das?**

Natürlich wollen sie damit Alzheimer kurieren oder Menschen helfen, die nicht mehr sehen oder hören können. Aber sobald wir wissen, wie das funktioniert, möchten wir vielleicht so gut hören wie ein Luchs oder Infrarot sehen. Was ist, wenn unsere Biochemie umprogrammiert und unsere Emotionen gezielt gesteuert werden können? Wir müssen uns genau überlegen, wie weit wir gehen wollen und ob uns nicht das Menschsein abhanden kommt. Heute sind wir manchmal müde oder frustriert – wenn Emotionen genau justiert werden können, musst du keine Frustration mehr spüren. Und du bekommst die Manipulation nicht einmal mit, sondern bist einfach nur glücklich.

#### **Das perfekte Gefängnis im eigenen Kopf...**

Exakt! Es hat einen Grund, weshalb die Tech-Konzerne gerade massenweise Philosophen einstellen. Die brauchen den interdisziplinären Tiefgang, um über all die Implikationen der neuen Technologien nachzudenken. Dafür benötigt man alle klugen Köpfe!

#### **Wir Menschen müssen also unsere Intelligenz bündeln?**

Ja, denn es geht um organisiertes Leben als Menschen. Kakerlaken werden es überstehen. Wir sind eigentlich überfällig. Es gibt Menschen seit 150 000 Jahren, normalerweise hält sich eine Spezies nur 100 000 Jahre.

#### **Der Mensch als Fossil?**

Ich werde daran arbeiten, unsere Zeit noch ein bisschen zu verlängern. 



# HIGH-TECH FÜRS HIRN

Fünf Gadgets, die unsere mentale Power steigern

ES KLINGT NACH Science Fiction – aber geht es nach Technologie-Futuristen wie dem Google-Forscher Ray Kurzweil, werden Mensch und Computer zusammenwachsen. Informationen laden wir dann über ein Implantat im Kopf in unser Gedächtnis. Ein Chip in unserem Schädel sorgt dafür, dass wir konzentriert sind, wenn wir es wollen, und unser Körper in Hochform ist, wenn es nötig wird. Klar, bis diese Visionen Wirklichkeit werden, müssen noch Jahre oder gar Jahrzehnte vergehen. Aber die ersten Geräte, die Derartiges im Ansatz ermöglichen, sind schon da. Unternehmen arbeiten daran, einst teure, klobige Technik in stylische Hightech-Gadgets zu verwandeln. Sie verpacken Sensoren für Hirnaktivitätsmessungen in schlanke Kopfbänder und verbinden sie mit künstlichen Intelligenzen. Oder sie setzen Studien über die Stimulanz von Nerven und deren Wirkung in armbanduhrgroße Wearables um, die uns unseren Körper vom Sport- in einen Ruhe- und Regenerationsmodus schalten lassen. Teilweise sind die Gadgets (noch) nur in den USA erhältlich.

## WENIGER STRESS

Nur kein Stress, dafür soll das von Apollo Neuroscience entwickelte „Apollo“-Armband sorgen. Es kann mit leichten Vibrationen gezielt das Nervensystem des Körpers stimulieren. Per App wählt man, ob die Schwingungen die Entspannung, die Konzentration, das Einschlafen oder die Erholung nach dem Sport unterstützen sollen. In klinischen Studien wurde eine Wirkung nachgewiesen.

APOLLO SYSTEM  
349 \$

## MEHR KONZENTRATION

Jedes Gehirn arbeitet anders – ob beim Sport, der Arbeit oder beim Relaxen. Das Kopfband von BrainCo erfasst vor und nach dem Training oder während des Jobs die elektromagnetische Aktivität des Gehirns und analysiert sie in einer App. Basierend auf den Erkenntnissen schlägt es mentale und körperliche Übungen vor, um etwa Konzentration und Ausdauer zu steigern.

FOCUSFIT HEADBAND  
499 \$

## BESSER SCHLAFEN

Kaum etwas ist so wichtig für den Start in den Tag wie der Schlaf.

Das „iBand Plus“ soll die nächtliche Ruhe optimieren. Dafür misst ein Stirnband die Aktivität des Gehirns und damit die Schlafphasen, die vom Smartphone überwacht werden. Passend dazu sendet das Kopfband leichte Lichtimpulse aus, die den Tiefschlaf verlängern sollen. Ist es Zeit zum Aufstehen, simuliert das Kopfband mit warmen Lichtimpulsen einen Sonnenaufgang. Preis: 229 US-Dollar

IBAND PLUS  
229 \$

## STEUERN MIT GEDANKEN

Das Gadget soll aus einem Chip und Elektrodenfasern bestehen, die ins Gehirn verpflanzt werden. Ein Empfänger hinter dem Ohr soll die Hirnimpulse auffangen und in Kommandos übersetzen, mit denen sich Smartphone oder TV mit Gedankenkraft steuern lassen. Bis das Neural Lace nutzbar wird, dauert es noch.

NEURALINK NEURAL LACE  
PREIS: UNBEKANNT

## ENTSPANNEN MIT VIBRATION

Musik, die schockt: Das verspricht das Unternehmen Neuvana – im stimulierendsten Sinne. Das „Neuvana Xen“ besteht aus In-Ear-Kopfhörern und einem Rechendongle, das mit dem Smartphone gekoppelt wird. Das „Xen“ sorgt dafür, dass rhythmisch zur Musik leichte Vibrationen den Vagusnerv nahe dem Ohr stimulieren, der Ruhe- und Entspannungssignale an den Körper sendet. Auch geführte Meditationsprogramme sind möglich.

NEUVANA XEN  
400 \$



### Cheers!

① Die Bar mit Blick über den Zürichsee ist nie überfüllt, denn es werden nur so viele Leute hereingelassen, wie sie Sitzplätze hat. Warten lohnt sich: Die Cocktails sind fantastisch!

**Bar am Wasser, Stadthausquai 1, baramwasser.ch**



### Fine Dining

② Die Brasserie im Hotel „Baur Au Lac“ serviert bodenständige Haute Cuisine. Den passenden Wein wählt Sommelier-Weltmeister Marc Almert.

**Baur's, Talstraße 1, baur's-zurich.ch**



### Einpacken

Business Casual lautet der Zürcher Dresscode. Aber bitte mit einem extravaganten Detail. Ein Borsalino erfüllt die Kriterien, ist stilvoll und bei jedem Wetter nützlich.

**Borsalino, Hut mit Hutband, 240€**



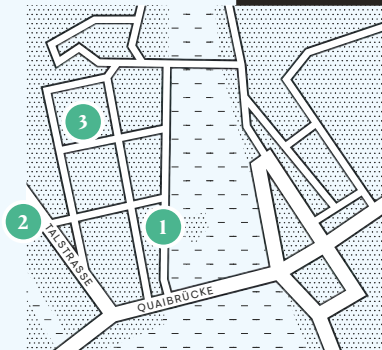
### Unser Zürich-Experte

Vor und während eines Business-Trips kommen immer dieselben Fragen auf: Was soll ich einpacken? Wie kann ich bei einem gecancelten Meeting die Zeit überbrücken? Wohin zum Essen? Die Antworten liefern unsere Insider.

Für die Schweizer Weltstadt hat uns Gian Frey seine besten Tipps verraten. Zusammen mit seinem Team entwickelt er Konzepte für Corporate Architecture.

—Gian Frey, MANAGING DIRECTOR STUDIO FREY

# Ein Meeting in Zürich



### Frühstücken

③ An warmen Tagen sitzt man in zwangloser Atmosphäre am Brunnen im Innenhof bei Kaffee, frischem Saft, einem Ginger-Shot und Delikatessen von der Theke.

**Milchbar, Kappelerstraße 16, milchbar.ch**

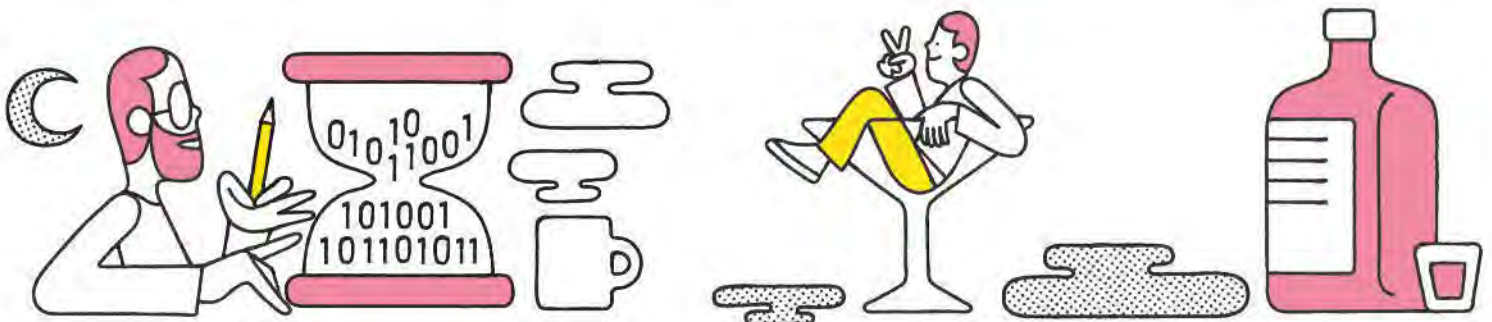


Immer dabei  
Mit Accessoires wie einem griffigen und smart designten Kugelschreiber beweist man, dass man Wert auf Details legt – das ist bei jedem Business-Termin ein Plus.

**Caran d'Ache, Kugelschreiber aus Aluminium, 39€**

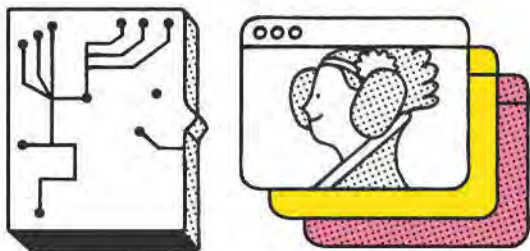


# BIC KNE



# WO IDEEN FLIEGEN LERNEN

TEXT JÜRGEN SCHMIEDER  
ILLUSTRATIONEN FILIP FRÖHLICH



Das Silicon Valley ist mehr als ein Ort. Es ist eine Kultur, die Innovation über alles andere stellt. Das brauchen wir hierzulande auch, oder? Antwort: Es ist kompliziert





**Natürlich ist es** völlig egal, welche Klamotten jemand trägt, wenn er einen Meilenstein für die Menschheit präsentiert, und doch ist das Outfit von Hartmut Neven verblüffend. In grauer Steampunk-Hose, silberner Plusterjacke, Future-High-Sneakerstiefeln und schwarz-silberner Sonnenbrille könnte der deutsche Physiker auch als Bassist von Rammstein durchgehen. Neven leitet bei Google das „Quantum Artificial Intelligence Lab“. An diesem Morgen im November spricht er über Musik und Weltall, weil er dringend Vergleiche braucht für das, was er und seine Kollegen erreicht haben: Ihr Quantenchip „Sycamore“ hat eine Berechnung, für die der schnellste Supercomputer der Welt 10000 Jahre gebraucht hätte, in nur 200 Sekunden geschafft.

„Moonshots“ nennen sie solche Unternehmungen bei Google: Mitarbeiter sollen Projekte entwickeln, die nach dem aktuellen Stand der Forschung nicht realisierbar sind. Die hohe Wahrscheinlichkeit des Scheiterns gehört dabei ebenso dazu wie die Gewissheit, dass selbst ein erfolgreiches Projekt in absehbarer Zeit kaum Erlöse oder gar Gewinne erwirtschaften dürfte. Quantenmechanik gilt unter Physikern als wahnwitziges Forschungsfeld, Albert Einstein nannte das Ganze „spukhaft“. Der Testlauf im Google-Lab war keine Mondlandung, Hartmut Neven zieht lieber einen Vergleich mit dem ersten Sputnik: „Der hat auch nichts anderes getan, als die Erde zu umrunden, und doch war es der Beginn des Weltraumzeitalters.“ Erst zwölf Jahre später spazierte Neil Armstrong auf dem Mond; das ist in etwa die Zeitspanne, die Neven ausruft, bis es praktische Anwendungen mit dem Quantenchip geben dürfte – falls überhaupt.

Bei Google glauben sie jedenfalls daran. „Diejenigen, die verrückt genug sind zu denken, sie könnten die Welt verändern, tun es auch“ – dieser Spruch, den Apple einst mit einer Werbekampagne unter die Leute brachte, ist das Mantra im Silicon Valley.

Okay, mag man nun einwenden, sie haben massig Geld bei Google; Mutterkonzern Alphabet ist im Januar an der Börse mit mehr als einer Billion Dollar bewertet worden, als viertes US-Unternehmen überhaupt – da kann man es sich leisten, in verrückte Projekte zu investieren. Nur: Das Fördern von Wahnsinn ist fest in der DNA des Silicon Valley verankert, es beeinflusst nicht nur den Umgang mit Ideen, sondern die komplette Firmenkultur, bei winzigen Start-ups genauso wie bei großen Konzernen.

Deutsche Unternehmen könnten vom Silicon Valley einiges lernen. Wenn sie nur endlich aufhören würden, für Quartalsberichte Erbsen zu zählen und eine Dienst-ist-Dienst-und-Schnaps-ist-Schnaps-Mentalität zu pflegen! Wenn sie stattdessen mehr Mut aufbringen würden zu Experimenten, zu Fehlern, zu einer Unternehmenskultur, die Kreativität wirklich fördert.

## NIMM SO VIELE LAPTOPS, WIE DU WILLST!

Die Ausgaben für Investitionen in die Ideen der Mitarbeiter lohnen sich jedenfalls langfristig für einen Konzern. Der profitiert auch, wenn er seinen Angestellten allerlei Annehmlichkeiten, Komfort und praktische Lebenshilfe bietet – so genannte *perks*. Allerdings sollten sich die Mitarbeiter fragen, ob sie dadurch

nicht auch ausgenutzt und manipuliert werden. Die glitzernde Medaille des Silicon Valley, sie hat eine durchaus dunkle Kehrseite. Beispiel Netflix: In der Zentrale des Streaming-Dienstes läuft man an einem Automaten vorbei, der Ladekabel, Tastaturen und Kopfhörer aushändigt – kostenlos, die Preise dienen lediglich der Orientierung. Jeder nimmt mit, so viel er will. Wer einen Laptop braucht, muss ihn nicht beantragen, sondern holt ihn sich einfach bei der Geräte-Ausgabe ab. Wer dagegen in einem deutschen Unternehmen einen höhenverstellbaren Tisch ordert und beim Ausfüllen der Formulare nicht verrückt wird, darf sich im buddhistischen Sinne als erleuchtet betrachten. Es gibt bei Netflix nur einen Ort für Kaffee, Leute aus den unterschiedlichsten Abteilungen sollen sich dort treffen, sich austauschen und gegenseitig helfen – und es ist nicht ungewöhnlich, dort Firmenboss Reed Hastings zu begegnen. Der hat kein eigenes Büro, arbeitet mal hier, mal da, ist stets ansprechbar, für jeden. Wer eine Idee hat, soll direkt zu ihm kommen, das gilt auch für Praktikanten.

## HEMDENBÜGELN – DAS ERLEDIGT DEINE FIRMA FÜR DICH!

Wo wir gerade von *perks* sprachen: Apple und Facebook bieten ihren Mitarbeitern an, bei der passgenauen Familienplanung zu helfen, und finanzieren das Einfrieren von Eizellen. Und dann ist da die freitägliche Whiskey-Happy-Hour bei der Cloud-Firma Dropbox, wo es dann heißt: Dienst ist Schnaps! Oder die Agentur, die private Angelegenheiten regelt, Hemdenbügeln, die Planung der Geburtstagsparty oder Termine mit Handwerkern. All diese Annehmlichkeiten haben zur Folge, dass Mitarbeiter noch mehr Zeit auf dem Campus verbringen. Dass sie gleich nach dem Aufstehen die erste Dienst-SMS beantworten und kurz vorm Einschlafen noch mal schnell aufs Firmenhandy schauen.

Der Microsoft-Campus in der Nähe von Seattle ist eine Art Kleinstadt, viele Mitarbeiter verbringen den ganzen Tag dort. Wer durch eines der vielen Restaurants spaziert, sieht etliche Leute, die beim Lunch gemeinsam auf einen Bildschirm starren. Das ist keine Mittagspause. Hier wird gearbeitet! Das ganze Leben ist aufs Unternehmen ausgerichtet.

Netflix hat wegen der vereinfachten Ausgabe von Geräten das Controlling verschlankt – da fällt es nicht ins Gewicht, sollten sich Mitarbeiter ein paar Laptops oder Kopfhörer zu viel, nun ja, ausleihen. Doch es kommt zum gegenteiligen Effekt: Die Leute nehmen weniger, berichtet eine Angestellte, weil sie befürch-

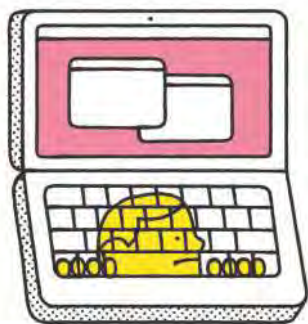
Hartmut Neven, der bei Google das „Quantum Artificial Intelligence Lab“ leitet



ten, als gierig dazustehen. Nur so ein Gedanke: Wäre diese Net-flix-Policy nicht gerade für deutsche Unternehmen eine tolle Maßnahme? Unsere Pingeligkeit ist ja so ausgeprägt, dass wir dafür auf Instagram-Seiten wie *@alman\_memes2.0* mit unzähligen Beispielen aus dem Alltag durch den Kakao gezogen werden. Welcher Angestellte würde da das Risiko eingehen, wegen einer Maus als Gierschlund dazustehen?

## GEH DOCH NACHTS NOCH SCHNELL ZUM CAMPUS-FRISEUR!

Noch mehr Beispiele? Bitte: Ein rund um die Uhr geöffneter Friseurladen ist nur sinnvoll, wenn auch 24 Stunden jemand da ist. Yoga-Kurse bei Sonnenaufgang sind überflüssig, wenn niemand mitmacht. Wenn eine Agentur private Angelegenheiten regelt, dann vielleicht auch deshalb, weil die Angestellten kein Privatleben haben sollen. Beim Basketballturnier spielen nicht Freunde miteinander, sondern Kollegen, und es ist durchaus erwünscht, dass sie in den Pausen über das laufende Projekt diskutieren. Und natürlich kann sich eine Frau, die erst in fünf Jahren schwanger werden möchte, bis dahin mit vollem Einsatz einbringen. Es profitiert: die Firma. Google ermuntert seine Mitarbeiter dazu, neben ihren Aufgaben auch eigene Projekte zu verfolgen. Der Autor Scott Berkun, früher Manager bei Mi-

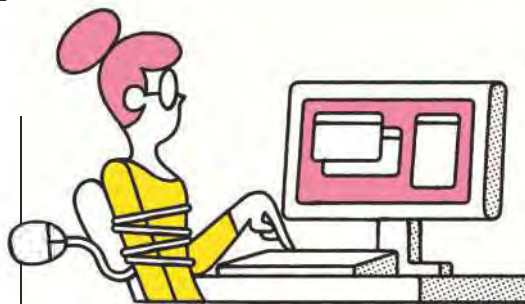


crosoft, schreibt in seinem Buch „The Myths of Innovation“: „Zur Kultur von Google gehört eine ehrgeizige Arbeitsmoral, bei der Gruppendruck und Stolz die Antriebe sind. Wie bei vielen anderen Technologieunternehmen ist der Tenor: Ja, du darfst an einer Idee arbeiten – aber niemals zu Lasten der anderen Aufgaben.“ Heißt also: Du kannst nach deinem Zwölfstundentag gerne noch bleiben – und weiterarbeiten.

## FORMULIERE DEINE IDEE ALS PRESSEMITTEILUNG!

Im Silicon Valley sollen Mitarbeiter nicht nur durch großzügige Aktienpakete zu Miteigentümern werden, nein, sie sollen sich auch als Botschafter ihres Unternehmens verstehen. Wie das funktioniert, zeigt die Meeting-Kultur bei Amazon. Es ist leicht, einen Kollegen aus der gleichen Abteilung, der über ähnliches technisches Wissen verfügt, von einer Idee zu überzeugen. Schwieriger ist es, der breiten Masse Argumente zu liefern, und deshalb sollen Mitarbeiter ihre Visionen als Pressemitteilungen formulieren. Die Kunden interessieren sich ja nicht dafür, wie der Sprachassistent Alexa funktioniert – sie wollen wissen, warum sie sich einen anschaffen sollten.

Konzerne wie Amazon haben sich eine Start-up-Mentalität bewahrt – wer als Firmengründer die Investoren begeistern




muss, überfrachtet seine Präsentationen nicht mit technischen Details, sondern erklärt kurz und knapp, wozu ein Produkt gut ist. Jedes einzelne Team begreift sich als Start-up im Konzern. Und kein Team hat mehr als zehn Mitglieder, als Faustregel gilt: Zwei Familienpizzen sollen reichen, damit alle satt werden.

Auf dem Microsoft-Campus forscht der herrlich verrückte Bryce Johnson, der seit 2015 das „Inclusive Tech Lab“ leitet. Knallbunte Sessel, grellfarbene Teppiche, Computer und Konsolen, Lava-Lampen und LED-Lichter, Kuscheltiere, überdimensionale Fernseher. Von der Wand hängt etwas, das aussieht wie eine leuchtende Schirmqualle. Als wir Johnson 2015 besuchen, verbringt er den ganzen Tag und auch manche Nacht mit Computerspielen, meist mit Leuten, die irgendwie beeinträchtigt sind – und drei Jahre später stellt Microsoft dann den „Adaptive Controller“ vor, ein Gerät, mit dem auch Behinderte zocken können.

Es ist freilich nicht alles menschenfreundlich im Silicon Valley. Da ist der unselige Beitrag von Facebook zum Ausgang von Wahlen. Die Diskussionskultur auf Twitter. Der Umgang mit Mitarbeitern bei Amazon. Die Weigerung von Uber, Fahrer als Angestellte zu betrachten. Datensammelei bei Google. Die frauenfeindliche Firmenkultur und die dreisten Steuertricks bei, nun ja, fast allen Unternehmen. Das gescheiterte Gesamtkunstwerk WeWork. Der Milliarden-Betrug von Theranos. Privatsphäre-Probleme bei Nest und Ring.

Es verlangt ja niemand, dass München zum „Isar Valley“ wird oder Berlin zur „Silicon Allee“. Was deutsche Unternehmen sich anschauen könnten, das ist diese besondere Mentalität: offen zu sein für Vorschläge von allen, vor allem von Jüngeren; Ideen auch dann zu fördern, wenn sie im nächsten Quartalsbericht nicht als Gewinn verbucht werden können; Risiken einzugehen, immer weiter lernen zu wollen – und sich auch als DAX-Konzern den Spirit eines Start-ups zu bewahren.

Zurück zum „Quantum Artificial Intelligence Lab“ von Google: Es gibt wohl kaum einen unscheinbareren Ort für ein Projekt, das die Menschheit entscheidend voranbringen soll, als dieses Gebäude mit der Adresse 6868 Cortona Drive in einer verschlafenen Küstenstadt, etwa zweieinhalb Autostunden nordwestlich von Los Angeles. Nichts wirkt hier futuristisch oder megalomanisch, man denkt eher an ein Start-up kurz vor der zweiten Finanzierungsrunde. Weiße Wände, keine Fenster. Irgendwo steht etwas, das aussieht wie ein überdimensionaler Kochtopf, der hundertfach verkabelt ist.

Hier gibt es kein Yoga und auch keine Whiskey-Happy-Hour. Was es gibt: den Glauben, dass dieses wahnwitzige Projekt funktionieren könnte – aber auch genügend Realismus, dass der Erfolg keineswegs garantiert ist. Vielleicht ist nicht der Quantenchip das Geniale hier, sondern das, was der Typ im Rammstein-Outfit verkörpert. Deutscher Ingenieursgeist, gepaart mit kalifornischem *free spirit*. Wer beides zusammendenkt, kann vielleicht wirklich die Welt verändern. 



### ZENITH *El Primero A384 Revival*

Revival der ursprünglichen Referenz A384 von 1969 – im Originalgehäuse mit einem Durchmesser von 37 mm, El-Primero-Schalttradchronograph mit Automatikaufzug, 7900€

### LONGINES *HydroConquest*

Gehäuse und Gliederarmband aus Edelstahl, Lünette mit Keramik einlage, Durchmesser 41 Millimeter, Mechanisches Uhrwerk mit Automatikaufzug, wasserdicht bis 300 Meter, 64 Stunden Gangreserve, 1390€





## CHRONOSWISS *Regulator Classic*

Gehäuse aus Edelstahl,  
Durchmesser 40 Milli-  
meter, Boden aus  
Saphirglas, guillochierte  
Subdials und gebläute  
Zeiger. Automatik-  
kaliber mit 38 Stunden  
Gangreserve, wasser-  
dicht bis 30 Meter.  
4650€

FOTOS  
SCHÖTTGER

STYLING  
CLARK PARKIN

Diskretes Design,  
handwerkliche  
Qualität und zeit-  
lose Optik: Mit  
diesen elf Uhren  
punkten Sie beim  
Business-Lunch

ELF

LUNCH



## OMEGA

### De Ville Trésor Master Co-Axial

Gehäuse aus Sedna-Gold, Durchmesser 40 Millimeter, Zifferblatt mit „Clous-de-Paris“-Struktur, Manufakturkaliber mit Handaufzug und ko-axialer Hemmung, Wasserdichte bis 30 Meter.  
12200€

## GLASHÜTTE

### ORIGINAL

### Senator Chronometer

Gehäuse aus Rotgold, Durchmesser 42 Millimeter, Saphirglas beidseitig entspiegelt, Handaufzug, Sekunden-Null-Stopp-Mechanismus mit innovativer Minutenrastung, Panoramadatum, Gangreserve 44 Stunden.  
25700€

## buffet Kull bar

### APÉRO

Brooklyn Gin Tonic	14,00
Brooklyn Gin, Fever Tree Tonic Water, Zitronenzeste, Wacholderbeeren	14,00
White Negroni	12,50
Lillet Blanc, Sipsmith Gin, Suze (französischer Enzianlikör)	

### WÄHREND SIE IN DIE KARTE SCHAUEN

Oeuf Mimosa – Bio Ei mit Dijon-Senf und gebackenen Kapern	4,00
Sellerie Salat – mit Apfel und Walnüssen	4,50
Pâté – feine Pastete aus Hirschfleisch	5,50
Auster – Fines de Claire mit Limettenvinegrette	à Stück - 3,50

### VORSPEISEN

Kull's Hummerschaumsuppe mit gebratener Jakobsmuschel	15,00
Caesar's Salad mit Croûtons und Parmesan	11,50
Rote Beete Tatar mit grünem Apfel, Meerrettich und Feldsalat	13,50
Chaud mit Ziegenkäse auf geröstetem Brot und Feigen	13,00
Unser Tatar vom Thunfisch, Gurke, Wasabi und Ingwer	18,50
Gegrillte Calamari & Oktopus mit Aubergine und Koranderpesto	15,50
1/2 Dutzend Austern	18,00
Fines de Claire mit Schalottenvinegrette und Pumpnickel	
Kull's Steak Tartare vom Filet, klassisch mit Beilagen	
Als Hauptspeise mit Pommes Allumettes	



**CARL F.  
BUCHERER**  
*Heritage Bicompass Annual*

Chronograph mit Automatikwerk, Gangreserve 42 Stunden. Gehäuse aus Edelstahl, beidseitig entspiegeltes Saphirglas, Gehäuseboden mit Saphirglas. Wasserdicht bis 30 Meter, Durchmesser 41 mm. Limitiert auf 888 Exemplare. 6400€

**BREITLING**  
*Premier B01 Chronograph 42*

Robustes 42-Millimeter-Edelstahlgehäuse mit transparentem Gehäuseboden, Breitling-Manufakturkaliber 01 mit einer Gangreserve von 70 Stunden. Anthrazitfarbenes Zifferblatt mit kontrastierenden Subdials und weißer Tachymeterskala auf einer schwarzen inneren Linette. 7470€



## FREDERIQUE CONSTANT *Slimline Moonphase*

Gehäuse aus Edelstahl,  
Automatik-Manufak-  
turkaliber mit 42 Stun-  
den Gangreserve,  
Saphirglas, Mondphase,  
Armband aus Alligato-  
renleder. 2995€

## BLANCPAIN *Villeret Ultraplate*

Ultraflaches Gehäuse  
aus Edelstahl von  
7,39 Millimetern,  
Saphirglasboden,  
wasserdicht bis 3 Bar.  
Handaufzug mit einer  
Gangreserve von  
100 Stunden. Durch-  
messer 40 Millimeter.  
9410€





Rolex Oyster Perpetual Datejust 41

Gehäuse aus Oysters-  
teel-Edelstahl und gerif-  
felter Lünette aus Weiß-  
gold. Oysterband aus  
Edelstahl. Durchmesser  
41 Millimeter. Manufak-  
turkaliber mit Selbst-  
aufzug, wasserdicht bis  
100 Meter. Gangreserve  
70 Stunden. 9.000 €

**TUDOR**  
*Black Bay*

**Gehäuse und Lünette  
in Edelstahl, Zahlen-  
scheibe aus matt-  
schwarz eloxiertem  
Aluminium, schwarzes  
Zifferblatt, Edelstahl-  
band. Manufakturkali-  
ber mit Selbststuzung,  
Gangreserve 70 Stun-  
den. 3520€**



# QUER

Warum ein Arbeitsleben lang das Gleiche machen? Das fragten sich unsere fünf Protagonisten – und wechselten sehr erfolgreich die Branche. Wie das funktionieren kann, erzählen sie hier **TEXT** SEBASTIAN SPÄTH

# DIE KIER

## HERBERT HAINER

CEO Adidas	→	PRÄSIDENT FC Bayern
---------------	---	------------------------

**F**ast sein halbes Leben arbeitete „Mr. Adidas“ Herbert Hainer, 65, für den zweitgrößten Sportartikelhersteller der Welt, allein 15 Jahre als Vorstandsvorsitzender. Er führte das Unternehmen aus einer Durststrecke – und verdreifachte dessen Umsatz auf über 19 Milliarden Euro bei seinem Abschied im Jahr 2016. Im vergangenen November wurde Hainer zum Präsidenten des FC Bayern München gewählt, als Nachfolger von Uli Hoeneß. Zuvor war Hainer jahrelang stellvertretender Aufsichtsratsvorsitzender der FC Bayern München AG. In seiner Jugend verdiente der Niederbayer sein Geld als Fußballer beim FC Otterring, nebenbei studierte er BWL. Mit Uli Hoeneß verbindet ihn eine echte Freundschaft, und dennoch will Hainer einiges anders machen als sein Vorgänger.



KARRIERE

1

FOTO MARKUS BURKE



**Herr Hainer, drei Jahrzehnte arbeiteten Sie für Adidas, davon 15 Jahre als Vorstandsvorsitzender. Manche beklagten, Sie hätten bei Ihrem Abschied 2016 nicht gerührt genug gewirkt.**

Der Eindruck täuscht. Natürlich war ich gerührt nach 30 Jahren Adidas, das war mein Leben! An meinem letzten Tag gab es ein Abschiedsfußballspiel. Da sind Tränen geflossen. Nicht nur bei den 3000 Zuschauern, sondern auch bei mir. Ich habe Adidas immer als „meine Firma“ angesehen.

#### **Ihre Firma?**

Ich fühlte mich für die Mitarbeiter und deren Familien verantwortlich, wenn jemand Probleme hatte, einer krank war, wenn es einen Todesfall gab. Das ist keine leere Phrase. Auch mit den Budgets bin ich umgegangen, als wäre es mein eigenes Geld. Es gibt Manager, die sehen ihre Firma als Arbeitgeber an. Und nach fünf Jahren gehen sie zum nächsten. Ich habe länger als jeder andere DAX-Vorstand für dieselbe Firma gearbeitet – da wächst die Zusammengehörigkeit.

**Seit vergangenem Jahr sind Sie Bayern-Präsident. Sie sagten einmal, Sie hätten weder dieses Amt noch das des Adidas-Vorstandsvorsitzenden je angestrebt.**

Es ist ein Unterschied, ob man ein Amt anstrebt, oder dann, wenn man es bekleidet, Verantwortung übernimmt und die übertragene Macht auch ausübt. Bei Adidas habe ich immer versucht, meine Arbeit so gut wie möglich zu machen, und wurde dann in regelmäßigen Abständen befördert. Und irgendwann auch zum Vorstandsvorsitzenden gewählt. Natürlich habe ich das als Wertschätzung empfunden.

**Adidas ist ein Weltkonzern, der zweitgrößte Sportartikelhersteller der Welt, mit mehr als 55.000 Mitarbeitern und über 19 Milliarden Euro Umsatz. Im Vergleich dazu ist der FC Bayern ein Mittelständler.**

Der FC Bayern ist kein DAX-Konzern, klar. Aber er ist der größte Fußballclub der Welt, ein Unternehmen mit über 1000 Mitarbeitern und 750 Mil-

lionen Umsatz. Wir haben Büros in New York und Shanghai, dieselben Strukturen wie ein großes Unternehmen. Jetzt kommt es darauf an, diese zu optimieren und den Verein in die Zukunft zu führen.

**Viele dachten, Hoeneß würde ein Leben lang Präsident bleiben.**

Mir ging es genauso. Eines Tages, ich glaube im November 2018, hat Uli Hoeneß mich angesprochen, ob ich mir vorstellen könnte, mehr für den FC Bayern zu machen. Wir fuhren zusammen mit dem Auto vom Tegernsee nach München, auf dem Weg zu einem Basketballspiel der Bayern. Ich war überrascht, weil ich nie gedacht hatte, dass Hoeneß darüber nachdenkt aufzuhören. Der war ja 24/7 aus tiefter Seele für den FC Bayern da, es war sein Verein.

**Was machen Sie nun anders als Ihr Vorgänger?**

Ich habe nicht dessen Fußballsachverstand. Dafür bringe ich Erfahrung aus der Wirtschaft mit. Der FC Bayern erlebt ja gerade einen großen Umbruch. Zwei Persönlichkeiten, die den Verein über die letzten Jahrzehnte zu dem machten, was er heute ist, gehen: Uli Hoeneß und Karl-Heinz Rummenigge. Ich sehe es als meine Aufgabe, diesen Übergang zu moderieren. Das habe ich ja auch bei Adidas gemacht: meinen Nachfolger mit ausgesucht und eingearbeitet. Mit Oliver Kahn haben wir den Richtigen gefunden für die Rummenigge-Nachfolge. Ich sehe mich auch ein Stück weit als Kahns Mentor, ich habe den Einarbeitungsplan für ihn mitausgearbeitet, damit er das ganze Unternehmen kennenlernen kann. Er hat das Büro gleich gegenüber von mir, wir haben Blickkontakt.

**Worin unterscheiden sich Ihr jetziges Amt am deutlichsten von dem des Adidas-Chefs?**

Die Medienpräsenz ist viel größer, es wird viel stärker aufgegriffen, was ich sage, auf den Sportseiten, mit großer Überschrift, „Herbert Hainer sagt“. Aber ich bin kein Mensch, der jeden Tag in der Presse stehen muss, ich äußere mich nur zu Dingen, bei denen ich das Gefühl habe, dass der Präsident dazu etwas zu sagen haben muss.



## KONRAD FRIEDMANN

MANAGER Klinik-Catering	→	INHABER Bäckerei
----------------------------	---	---------------------

**W**eihnachten ist für Konrad Friedmann, 59, naturgemäß die stressigste Zeit. Denn er ist Lebkuchenbäcker. Bis zu sechs Tonnen Gebäck produziert er übers Jahr, das meiste für den Advent. Sein altes Leben hat er trotzdem gerne hinter sich gelassen: Früher managte und sanierte er Krankenhausgroßküchen und war ständig auf Autobahnen unterwegs. Als ein Wechsel des Arbeitgebers bevorstand, fragte er sich: Will ich wirklich so weiterleben? Bei der Entscheidung halfen ihm seine Frau – sie wechselte in ihrem Job von Teil- auf Vollzeit, damit die Familie abgesichert ist – und ein Weltrekord: 2009 stellte er gemeinsam mit Helfern den größten Lebkuchen der Welt her, über einen Kilometer lang. Ein Jahr später eröffnete Friedmann dann in Mannheim eine eigene Backstube. Dort produziert der Ex-Manager Bio-Lebkuchen nach einem traditionellen Schwarzwälder Rezept. Wichtig ist ihm, dass alle Produkte aus der Region kommen: Mehl, Honig, Gewürze, Wein. Statt industriell hergestellter Produkte verwendet der Slowfood-Verfechter nur natürliche Lebensmittel: etwa Pottasche und Weinstein anstelle von Backpulver. Auch die Gewürze mischt er selbst. Und was macht den perfekten Lebkuchen aus? „Man muss nach dem ersten Biss sagen: Ich will mehr davon“, sagt Friedmann. Seine Lebkuchen vertreibt er heute in Feinkostläden auf Weihnachtsmärkten und über das Internet bis nach Asien und Nordamerika.



# 13

**K**atja Kraus, 49, wurde als Torhüterin mit der Fußballnationalmannschaft Vizeweltmeister und mit dem FSV Frankfurt dreimal Meister. Heute ist sie geschäftsführende Gesellschafterin der Sportmarketingagentur Jung von Matt/Sports. Ihre Karriere außerhalb des Spielfelds begann als Pressesprecherin bei der Frankfurter Eintracht. Später wurde sie in den HSV-Vorstand gewählt, als erste Frau im Männerfußball, sie war verantwortlich für Marketing und Kommunikation. „Als ich in der Branche anfang, als Pressesprecherin bei Eintracht Frankfurt, gab es eine Mediendiskussion, ob ich überhaupt im Stande sei, diesen Job zu machen. Ich habe ziemlich gestrauchelt, nicht mit so viel Gegenwind gerechnet. Aber diese Aufmerksamkeit habe ich irgendwann als Chance verstanden“, sagt Kraus. 2011 wurde ihr Vertrag beim HSV nicht verlängert, weil sie mit einem Vorstandskollegen gegen internen Widerstand versucht hatte, die Vereinsstrukturen zu modernisieren: „Der drastischste Umstieg in meinem bisherigen Leben“, findet Kraus, da sie sich entschlossen habe, „nicht mehr in die Fußballbranche zurückzukehren“. Kurz nach ihrem Ausscheiden beim HSV rief der legendäre Werber Jean-Remy von Matt an und schlug ihr vor, eine Agentur für Sportkommunikation zu gründen. Kraus lehnte ab, entschied sich stattdessen dazu, als Autorin zu arbeiten. Mit „Macht – Geschichten von Erfolg und Scheitern“ sowie „Freundschaft – Geschichten von Nähe und Distanz“ veröffentlichte sie zwei Bücher, in denen sie auch ihre Enttäuschungen beim HSV verarbeitete. Als Kraus merkte, dass ihr der Sport fehlte, wurde sie Mitbegründerin von Jung von Matt/Sports – da war sie 43. Über ihren neuen Job sagt sie: „Im Fußballgeschäft gibt es wie in der Politik keine langfristigen Strategien, es wird seismografisch auf Reibungen reagiert. Ich mag es aber, strategisch zu denken.“ Mit der von ihr ins Leben gerufenen Initiative „Equal Pay“ setzt sich Kraus dafür ein, Frauen den Zugang zu Spitzenpositionen im Sport zu erleichtern. Kraus lebt in einer eingetragenen Lebenspartnerschaft mit der ehemaligen Staatssekretärin im Bundesverteidigungsministerium, Katrin Suder. Das Paar hat drei Töchter.

## KATJA KRAUS

TORHÜTERIN FSV Frankfurt	→	MANAGERIN/GESELLSCHAFTERIN Jung von Matt/Sports
-----------------------------	---	--



## 4

## JAN HENRIC BUETTNER

CEO AOL	→	HOTELIER Weissenhaus
------------	---	-------------------------

**B**eim Verkauf von AOL Europe machte der Internetunternehmer ein Vermögen: Da Jan Henric Buettner, 55, den Online-Service für Bertelsmann erdacht und aufgebaut hatte, verklagte er den Konzern, als dieser für rund sechseinhalb Milliarden Dollar seine Beteiligung an AOL Europe an den Mutterkonzern AOL in den USA zurückveräußerte. Das Gericht sprach Buettner eine Gewinnbeteiligung zu, man einigte sich jedoch außergerichtlich – und Buettner erhielt auf einen Schlag 80 Millionen Euro als Abfindung. „Ich habe mein ganzes Leben nach Unabhängigkeit gestrebt, durch diese Zahlung hatte ich auf einmal absolute Unabhängigkeit. Aber auch eine tiefe Sinnkrise, weil mir mit nur 38 Jahren ein Lebensziel fehlte“, sagt Buettner. Deshalb realisierte er eine irre Idee: Für



sieben Millionen Euro erwarb er 2005 ein historisches Dorf mit insgesamt 40 Häusern und einem heruntergekommenen Schloss direkt an der schleswig-holsteinischen Ostseeküste – an dem Strand, an dem er als Kind die Ferien verbrachte. „Obwohl ich für die gleiche Summe eine Villa an einem geilen Spot in Kalifornien bekommen hätte“, sagt Buettner. Ohne jegliche Erfahrungen im Hotelgewerbe schmiedete der Ex-Bertelsmann-Manager den Plan, daraus ein Fünf-Sterne-Luxusressort zu machen. Allein acht Millionen Euro ließ Buettner sich die Infrastruktur kosten, die die historischen Gebäude miteinander verbindet. Teilweise mussten die Häuser sogar unterfangen werden, damit sie bei den Arbeiten nicht abkippten. Insgesamt 90 Millionen Euro verschlang der Bau, einen Teil des Budgets, über sieben Millionen Euro, trieb Buettner mittels Crowdfunding übers Internet ein – von über 1000 Anlegern. Heute ist sein Hotelressort „Weissenhaus“ der Anziehungspunkt für ruhesuchende Spitzenverdiener. Auf der Anlage, die eine Stunde von Hamburg entfernt liegt, befinden sich 55 Suiten, ein Kino, mehrere Weinkeller, fünf Restaurants, ein Rosengarten, drei Kilometer Naturstrand und eine Therme, zu der ein unterirdischer Gang führt – damit die Gäste nicht im Bademantel übers Gelände laufen müssen. Die Übernachtung kostet bis zu 1650 Euro. „Im Hotelgewerbe verdienen Sie nur entweder im ganz unteren Segment Geld, also mit Massentourismus, oder im ganz oberen“, rechtfertigt Buettner den Preis. Die Leitung überlässt er allerdings einem Hotelmanager, Buettner ist an verschiedenen Internetfirmen beteiligt und pendelt zwischen den USA und Deutschland.

15

## JESSICA DISTLER



PIANISTIN	→	PARTNERIN
	→	Boston Consulting Group

**I**ch spiele noch, es ist auch wieder mehr geworden“, sagt Jessica Distler, 40, Partnerin bei der Boston Consulting Group. „Zurzeit Chopin, da müssen die Finger schneller laufen – gutes Training für den Kopf.“ Distler studierte Musik im Hauptfach Klavier an der Dresdner Musikhochschule, heute leitet sie die Konsumgüter- und Handelssparte für die Boston Consulting Group, eine der weltgrößten Unternehmens- und Strategieberatungen. Die Begeisterung für Klaviermusik entwickelte Distler als Kind im Ballettunterricht. Obwohl sie erst mit sieben Jahren das Instrument erlernte, bestand Distler die Aufnahmeprüfung an der Dresdner Kaderschmiede. Die ehemalige Konzertpianistin hatte während des Studiums zwar zahlreiche Engagements als Kammermusikerin und Liedbegleiterin, zweifelte aber daran, ob aus ihr eine Starpianistin werden würde. Bereits während des intensiven Musikstudiums – mit bis zu zehn Stunden Proben am Tag – begann Distler deshalb parallel ein Wirtschaftstudium an der Fernuniversität Hagen. Als die Hochschule für Musik das Promotionsrecht bekam, legte Distler auch noch einen Doktor in Musikwissenschaften mit drauf. Thema: französische Klaviermusik des 19. Jahrhunderts. Ihr schwärmte eine Karriere als Kulturmanagerin vor. Der Sprung in die harte Business-Welt war dann ein Job beim Plattenlabel Sony Music, mit dem sie sich während ihrer Promotion über Wasser hielt. Mit 28 Jahren wechselte Distler zur internationalen Beratungsfirma Boston Consulting Group. Über den Umstieg sagt sie: „Auch Musik hat sehr logische Elemente. Ein Musikstück zu proben hat etwas Strategisches, viel mit Lösungsfindung zu tun, etwa wenn ich eine schwere Stelle im Stück probe. Das lässt sich übertragen.“ Ihr wertvoller Steinway-Flügel steht heute allerdings bei den Eltern. Zu Hause in Berlin spielt sie auf einem Silent Piano, meist aber doch nicht im Stumm-Modus. „Weil bei mir im Haus alle die Klaviermusik so schön finden.“



# IT'S UP TO YOU!

Call oder Put? Sicherheit oder Risiko? Ständig müssen wir uns entscheiden. Aber wie finden wir heraus, was wir wirklich wollen? Drei simple Methoden

## 1

Wie man auf  
den Bauch hört

*Der Kopf-Abschaltknopf* ▶

Wir neigen zum Glauben, unsere guten Entscheidungen seien das Ergebnis systematischen Reflektierens und rationalster Denkarbeit. Das stimmt in einigen Fällen – wenn es darum geht, relativ eindeutige Pro-/kontra-Entscheidungen zu treffen, bringt uns kühles Durchkalkulieren zum Ziel. Wenn die Entscheidung schwerer fällt, es im Zweifel überhaupt keine logische Antwort zu geben scheint, dann lohnt es sich, einfach mal kurz den Kopf auszuschalten. Anstatt mühsam alle Argumente und Informationen abzuwägen, sollte man einfach der eigenen Intuition vertrauen. Das mag paradox klingen, aber wenn es darum geht, große Datenmengen zu durchforsten und auszuwerten, ist unser Unterbewusstsein einfach unschlagbar. Aber wie die rationale Seite des Gehirns abstellen? Dafür kennt der Psychologe Gerd Gigerenzer einen Trick: Wer zwei Optionen abzuwägen hat, der soll einfach eine Münze werfen. Und noch während die Münze durch die Luft wirbelt, würde man vermutlich fühlen, welche Seite man lieber oben sehen würde. Schlussendlich bräuchte man nicht mal mehr das tatsächliche Ergebnis abzuwarten. Dahinter steckt die Idee, uns beim Fällen schwieriger Entscheidungen von ureigenen Erfahrungen und Instinkten leiten zu lassen. Rechts finden Sie eine zweite Methode hierfür. Ziel ist, sich selbst so abzulenken, dass uns das Unterbewusstsein zur richtigen Entscheidung leitet.

### D A S B U C H



**„50 Erfolgsmodelle. Kleines Handbuch für strategische Entscheidungen“**  
Die Kunst der Entscheidungsfindung, aufgeschlüsselt in 50 Modelle, die manchmal so banal daherkommen wie: „Schalt doch einfach mal den Kopf aus.“ Ein absolutes Must-read für Entscheider und Unentschlossene.  
KEIN & ABER, 20 €

A) Wie lautet die Entscheidung, die Sie zu treffen haben?

(Z.B.: Soll ich sie heiraten?)

.....

.....

.....

B) Lösen Sie die folgenden Anagramme: Bringen Sie in dem Wörterrätsel die Buchstaben mithilfe des Hinweises in die richtige Reihenfolge.

(Anagramm > Hinweis > Lösung)

FERIEN > Auto >

REIFEN

MEHL > Kopf >

ATLAS > Gemüse >

MAKEL > Wüste >

LAMPE > Karibik >

C) Notieren Sie jetzt Ihre Entscheidung.

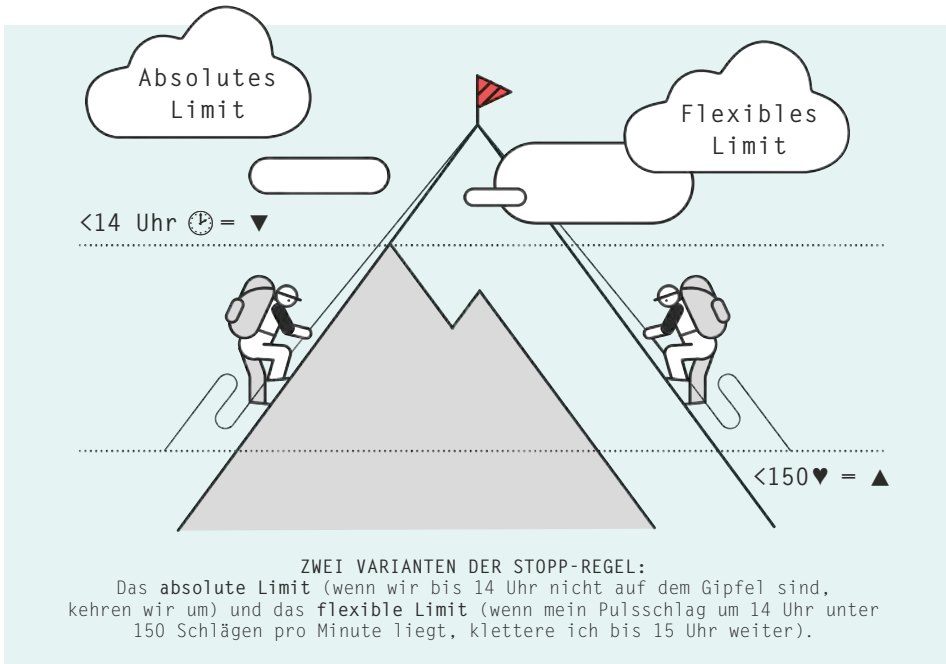
.....

.....

.....

.....

.....



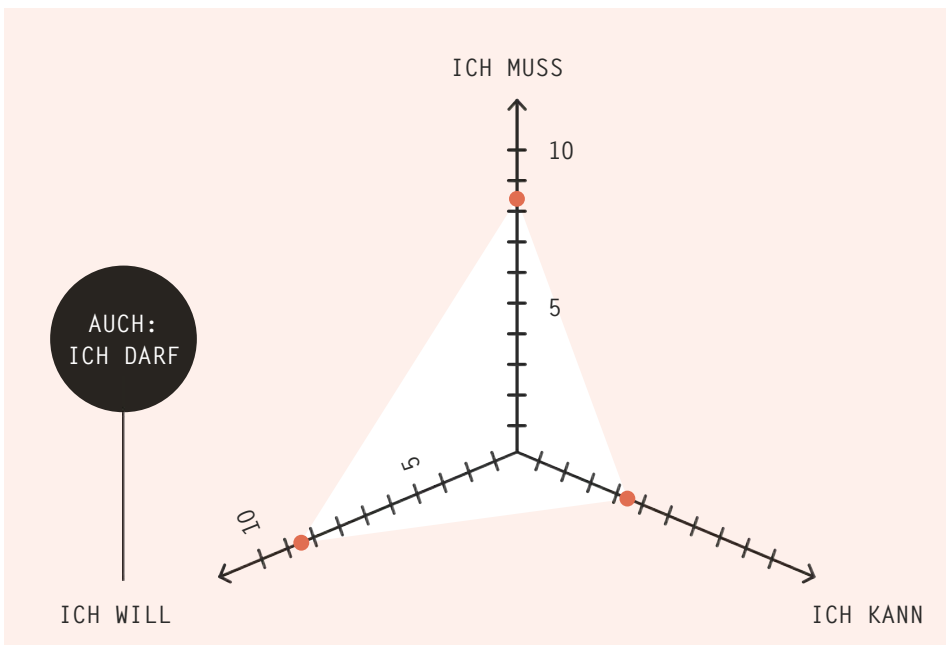
## 2 Wie man das ewige Grübeln beendet

### Die Gipfel-Methode

In ihrem Buch „Simple Rules“ argumentieren die Autoren Kathleen Eisenhardt und Donald Sull, dass es in gewissen Situationen einfacher sei, simple Regeln aufzustellen als schwere. Ihre Begründung lautet, einfache Regeln würden den Zeitumfang verkürzen, den es bräuchte, alle Informationen zu verarbeiten, um sich einen Gesamtüberblick zu verschaffen – erwiesenermaßen einer der längsten Prozesse überhaupt. Klingt logisch!

Ein Beispiel: Wie erkenne ich, dass ich eine bereits getroffene Entscheidung revidieren sollte? Setzen Sie sich selbst eine „Stopp-Regel“. Eine solche Regel ist die effektivste Alternative zum quälenden Abwägen in verzwickten Situationen. Bereits 1935 formulierte die Investoren-Legende Gerald Loeb eine „Stop Rule“. „Wann sollte ich verkaufen?“, fragten ihn seine Investoren-Kollegen immer wieder. Und Loeb sagte: „Wenn ein Investment zehn Prozent seines Wertes einbüßt, verkauf es!“ Keine weiteren Fragen.

Das Wunderbare an diesen Stopp-Regeln ist ihr unverhandelbares Wesen. Bergsteiger setzen sich solche Limits, um die eigene Sicherheit am Berg zu gewährleisten. Sie sagen zum Beispiel: Wenn wir den Gipfel bis 14 Uhr nicht erklommen haben, dann kehren wir um. Umso tragischer ist es, wenn sich Bergsteiger nicht an ein solches selbst auferlegtes Limit halten. 1996 starben acht Menschen am Mount Everest, weil sie ihre eigene Stopp-Regel brachen.



## 3 Wie man erkennt, dass man seinen Job wechseln sollte

### Das Arbeits-Tagebuch

Viele Menschen sind unglücklich in ihren Jobs. Doch wie kann man dieses Unglück messen? Das Modell oben hilft, Ihre aktuelle Situation zu analysieren. Stellen Sie sich in den kommenden drei Wochen täglich die folgenden drei Fragen. Ihre Antworten tragen Sie dann jeweils in dieser Skala von eins (trifft überhaupt nicht zu) bis zehn (trifft voll zu) ein.

**Ich muss:** In welchem Maße werden mir meine aktuellen Aufgaben geradezu befohlen beziehungsweise abverlangt?

**Ich kann:** In welchem Maße entsprechen meine beruflichen Aufgaben meinem tatsächlichen Können?

**Ich will:** In welchem Maße entsprechen meine beruflichen Aufgaben dem, was ich wirklich möchte?

Nach drei Wochen vergleichen Sie die Formen

Ihrer Dreiecke. Wenn diese sich konstant verändern, bietet Ihnen Ihr Job die nötige Abwechslung. Wenn die Form gleich bleibt, stellen Sie sich diese vier Fragen:

**Was möchte ich?**

**Darf ich tun, was ich möchte?**

**Was darf ich tun?**

**Möchte ich tun, was ich aktuell tun darf?**

Wenn Sie mit Ihren Antworten unzufrieden sind, ist es Zeit für Veränderung. ∞



# FÜR ZUKUNFTS FÜR UNTERWEGS





## MERCEDES

### VISION AVTR

- auf der Technikmesse CES 2020 in Las Vegas vorgestellt
- entstand zusammen mit James Camerons „Avatar“-Team
- AVTR steht auch für ADVANCED VEHICLE TRANSFORMATION und soll die ferne Zukunft bei Mercedes zeigen
- ein Lenkrad gibt es nicht, gesteuert wird per Joypad in der Mittelkonsole

## VOLKSWAGEN

### ID. SPACE VIZZION

- auf der L.A.-Autoshow vorgestellt
- das geräumige Auto wird der Passat in der E-Palette von VW
- bis zu 590 km Reichweite

Mercedes entwirft mit dem „Avatar“-Schöpfer das Elektro-Auto von übermorgen. Doch wie entwickelt sich automobiles Design in den nächsten Jahren? Hier erklären wir, welche Trends sich durchsetzen

Isst das noch ein Auto oder schon ein Raumschiff? Das Gedränge, welches tagelang rund um den Vision AVTR von Mercedes-Benz herrscht, zeigt: Die Aufmerksamkeit, das Interesse und die Faszination für das Showcar sind gigantisch. In Las Vegas, auf der Consumer Electronics Show, dieser Elektronikmesse, die auch Zukunfts- und Innovations-Labor ist, zeigt Daimler-Chefdesigner Gordon Wagener erstmals seinen Entwurf für eine neue automobilen Zeit: mit Reifen, die eher an Bälle erinnern, illuminiert obendrein, mit transparenten Türen und einer Seitenlinie, die das Auto wie aus einer anderen Galaxie wirken lässt. Ausgestattet mit veganem Leder-Ersatz, einer Bio-Batterie und einem Gesamtkonzept, das Wagen und Fahrer eng verbindet – und zum Teil der Umwelt macht. Der Pilot spürt den eigenen Herzschlag durch Impulse im Sitz und kann sich die Natur auf riesigen Displays ins Wageninnere holen. Anders als in Luxus-Fahrzeugen bislang üblich, schotten sich die Reisenden der Zukunft also nicht mehr so gut es geht von der lärmenden Welt da draußen ab, sie verschmelzen mit ihr, das Fortbewegungsmittel wird – beinahe – zu einem lebenden Organismus.

Das alles ist das Ergebnis einer neuen Kooperation von Daimler-Benz mit Regisseur James Cameron und dessen „Avatar“-Welt. Fiktion in automobilem Gewand, und weder Gordon Wagener noch irgendjemand sonst aus dem Mercedes-Management kann oder will konkret sagen, wann Autos wie der Vision AVTR auf der Straße fahren werden. Das Raumschiff ist schließlich Showcar, noch abstrakter und produktionsferner also als beispielsweise eine Studie, doch zeigt es dafür ziemlich gut, wie man sich bei Mercedes-Benz die Zukunft vorstellt, und zwar eher in 100 als in zehn Jahren. Doch was erwartet uns dazwischen?

## IM HIER UND JETZT

Automobildesigner leben von Berufs wegen in der Zukunft. Was heute als Neuheit vorgestellt wird, wurde in den Laboren der großen Marken vor Jahren gestaltet und ist in den Designer-Köpfen längst abgearbeitet. Die in der Industrie herrschenden Produktionszyklen und die nötigen Vorlaufzeiten erfordern, dass man in den Studios fünf Jahre und mehr der Zeit voraus ist. Was aktuell in die Showrooms kommt, zeigt dabei vor allem eines: Legte man bei BMW beispielsweise einst – bei Einführung der i-Elektromodelle i3 und i8 – noch Wert darauf, dass diese sich op-





tisch möglichst entschieden vom Restsortiment abheben und auffallen, so fügen sich die E-Modelle von Audi, Volkswagen, Jaguar, Mercedes oder Volvos Polestar zwar dynamisch und modern, aber eher harmonisch in die bereits bestehende Designlinie der jeweiligen Marken ein. Auf dass automobile Moderne nicht mehr nur etwas für Exzentriker ist, sondern für alle.



## IN NICHT ALLZU FERNER ZUKUNFT

Fast noch wesentlicher als der Trend zum elektrischen Antrieb ist für die Designverantwortlichen die Digitalisierung. Das vernetzte Fahrzeug von übermorgen präsentiert sich im Innenraum komplett neu. Tesla fing mit seinen gigantischen Displays in der Mittelkonsole an – von denen man sich bei den Mercedes-Modellen der Zukunft augenscheinlich inspiriert fühlt –, während Newcomer Byton aktuell auf einen Maxi-Bildschirm setzt, der sich quasi über das gesamte Armaturenbrett erstreckt. Komende Autogenerationen werden allesamt durchgängig online sein und können schon jetzt Daten sammeln, die dabei helfen werden, aus der Utopie des autonomen Fahrens Realität zu machen. Auch für das Design birgt die Digitalisierung größte Chancen: Die Illuminierung im Innenraum beispielsweise lässt sich individualisieren und auf die Stimmung der Passagiere anpassen. Sie gibt den Marken darüber hinaus eine Chance, ihr digitales Erscheinungsbild immer wieder zu aktualisieren.

## HINTER DEN KULISSEN

Nicht nur die automobile Welt verändert sich rasant. Schritt zu halten wird zur Herausforderung, und zu antizipieren, wie sich die Welt in zehn, 20, 50 Jahren tatsächlich präsentieren wird, ist maximal kompliziert. In der Öffentlichkeit ist das autonome Fahren schon ein extrem präsent Thema – sodass mitunter der Eindruck entsteht, dass wir schon bald kein Steuer mehr brauchen. Gleichzeitig räumen aber selbst die ehrgeizigsten Manager der Industrie ein, dass Wahrnehmung und Realität nicht ganz den Tatsachen entsprechen, was bedeutet: Bis der Fahrer

### AUDI

#### SHOWCAR AUDI AI:ME

- auf der Auto Shanghai April 2019 vorgestellt
- der AI:ME soll das erste empathische Auto sein
- Reichweite von bis zu 600 km

### BYTON

#### M-BYTE

- E-Automarke aus China
- SUV M-Byte feierte Premiere auf der CES 2020 in Las Vegas
- Blickfang: das 48-Zoll-Display



auf der Langstrecke die Beine hochlegen und einen Film schauen kann, wird es noch etwas länger dauern. Gleichzeitig wird in Studien immer wieder das Wohnzimmer für unterwegs gezeigt. Fahrer-, Beifahrer-, Rücksitze? Scheinen schrecklich altmodisch. Warum also zeigt beispielsweise der Vision AVTR dann eine vergleichsweise klassische Raumaufteilung? Weil man sich bei Mercedes vom aktuell vorherrschenden Zukunfts-Einheitsbrei nicht vereinnahmen lassen will. Man versteht sich zunächst als Künstler, dann als Autodesigner.

## BLEIBT DIE FORMFRAGE

Darauf, dass Elektromobilität alternativlos ist, hat man sich zumindest in der deutschen Autoindustrie vorerst festgelegt. Smart ist seit diesem Jahr eine reine Elektromarke, denn gerade bei Cityflitzern spielt der Antrieb schließlich schon heute seine Stärken aus. Bei Audi war das erste E-Mobil, der e-tron, dennoch ein SUV – um mit der vertrauten Form den Kunden die Zukunft schmackhaft zu machen. Trotzdem hört man bei vielen Herstellern, dass das SUV nicht ewig des Automobilisten liebstes Fortbewegungsmittel sein wird. Stattdessen erlaubt der Elektroantrieb künftig Raumwunder, welche die Vorteile eines Vans aufgreifen. Davon abgesehen wird das Angebot an Mobilitätsmöglichkeiten noch vielfältiger und individueller sein, da es bei den Autos von morgen nicht mehr um Besitz und damit einen möglichst hohen den jeweiligen Ansprüchen entsprechenden Nutzwert geht, sondern um Sharing-Modelle in unterschiedlichsten Varianten für unterschiedlichste Lebensmodelle. Hinzu kommt die Verarbeitung nachhaltiger Materialien. Selbst Luxusmodelle werden auf Leder-Orgien verzichten, recycelte Mikrofasern und vegane Stoffe stattdessen Verwendung finden. Es geht schließlich doch nicht darum, möglichst futuristische Raumschiffe zu schaffen, sondern bessere Fortbewegungsmittel für zeitgemäße Ansprüche. Einig scheint man sich bei den Designern deshalb vor allem in einem zu sein: Wir stehen erst ganz am aufregenden Anfang.

Hildegard Wortmann ist seit Juli 2019 Vorstandsmitglied bei Audi und für den Bereich Vertrieb und Marketing verantwortlich

## Das Insider-Interview

### Audi-Vorständin Hildegard Wortmann über die elektrische Zukunft der Marke und die Herausforderungen für die Industrie

**Sie sind seit einem guten halben Jahr bei Audi, und das in einer Zeit der tiefgreifenden Veränderung. Was zeichnet Ihren Management-Stil aus?**

Ich suche immer und überall den Dialog. Auf LinkedIn habe ich das alles unter dem Hashtag #LLX zusammengefasst: Listen, Learn, Exchange. Denn egal wie lange ich schon in dieser Branche arbeite: Zuhören, austauschen und voneinander lernen ist die Basis für Erfolg. Ich reise viel in unsere unterschiedlichen Märkte, und bei jedem Länderbesuch gibt es darum ein Treffen ohne Hierarchien mit den jeweiligen – wie ich sie nenne – „Rockstars“, den jungen Talenten, um von ihnen zu lernen. Zusätzlich setze ich auf ein hohes Maß an Vertrauen. **Inwiefern?**

Das Management-Buch „Unboss“ entspricht sehr meiner Philosophie: Es geht nicht darum, wer der Chef ist, sondern um den gemeinsamen Impact. Darum, dass man zusammen etwas schafft und gestaltet. Ich sage immer: Vertrauen ist für mich die schönste Form von Mut. Ich hätte keine

Chance gehabt, innerhalb von nur sechs Monaten so tief in die Audi-Organisation hineinzublicken und Teil von ihr zu werden, wenn ich mich nur auf Hierarchien berufen würde. Natürlich ist auch Loslassen eine Challenge und war in der Auto-Industrie alles andere als üblich, aber es lohnt sich. Die dadurch entstehende Mitarbeiter-Motivation hingegen ist unbezahlbar.

**Wie wollen Sie diese Motivation für Audi nutzen?**

Ich hatte schon zu meiner Zeit bei BMW größten Respekt vor der Audi-Marketing-Arbeit. Quattro und TT beispielsweise – beeindruckende Beispiele für Top-Markenfürung. Aber natürlich hatten wir eine ziemliche Krise, doch dadurch, dass die gesamte Branche eine Transformation durchmacht, sehe ich auch eine Chance, aus dem Ganzen stärker hervorzugehen.

**Warum?**

Weil Audi sich glaubwürdig verändert. Unsere konsequente Strategie lautet: Bis 2025 werden wir 20 rein elektrische Autos auf den Markt bringen. Kunden merken direkt, ob man ein Thema nur halbherzig angeht – und die Millennials, unsere Kunden von morgen, noch viel mehr. Das sehe ich auch als eine Chance für uns, weil sie sich noch stärker und sensibler mit Inhalten auseinandersetzen. Wir müssen inhaltlich überzeugen.

**Wie sehen Sie die automobilen Zukunft?**

Ich gehe davon aus, dass die Menschen künftig eher mehr Zeit im Auto verbringen, was unter anderem mit der wachsenden Weltbevölkerung, dem Mobilitäts-Bedürfnis, der Urbanisierung und der damit verbundenen Verkehrssituation zu tun hat. Das Auto wird deshalb noch viel mehr zum dritten Lebensraum neben dem Arbeitsplatz und dem Zuhause. Außerdem sehe ich die Zukunft voll elektrisch und voll vernetzt. **So viel für E-Mobilität spricht, am Ende zögern die Kunden im Moment aber häufig vor dem letzten Schritt: der Kaufentscheidung.**

Ja, und da hilft letztlich nur: Elektromobilität und unsere e-tron-Modelle erleben, erleben und noch einmal erleben.

**Auf dass der Audi-Slogan „Vorsprung durch Technik“ Bestand hat?**

Absolut. Mir wurde oft gesagt, dass der ja nun so nicht mehr funktioniert. Aber das Gegenteil ist der Fall: Vorsprung ist für mich eine Ambition, und die gibt man nie auf. In unserer aktuellen gesellschaftlichen Transformation muss man diesen Vorsprung allerdings neu und relevant definieren: Das alte Autoquartett mit größer, schneller, weiter funktioniert nicht mehr. Wir sind für diese Zukunft meines Erachtens gut aufgestellt: Unsere e-tron-Modelle haben schon eine hohe Bekanntheit, und wir haben auch gegenüber dem Wettbewerb eine starke Position.

**Audi hat ausgerechnet mit einem SUV das Modell-Feuerwerk gestartet...**

Genau, eine in meinen Augen mutige, aber völlig richtige Entscheidung. Natürlich hätte es auch ein City-Flitzer sein können, aber der Kunde hat eine sehr klare Vorstellung davon, was er will – und im Moment sind SUVs einfach sehr populär. Da ist es nur sinnvoll, sie über ein SUV an die Elektromobilität heranzuführen. Grundsätzlich aber müssen wir bei unseren langen Produktzyklen jetzt schon konsequent die Weichen stellen, um in den nächsten Jahrzehnten vorn dabei zu sein. Ich finde: Noch nie war es so herausfordernd, aber auch so spannend und erfüllend, in dieser Industrie zu arbeiten – weil wir die große Chance haben, Teil der Lösung einiger weltbewegender Probleme zu sein. 

Der Audi AI:ME – die Vision eines Citymobils





# CAN YOU READ MY MIND?

Der schwedische Mentalist Henrik Fexeus verrät, wie Sie mit Chefs, Mitarbeitern und Geschäftspartnern besser kommunizieren – auch ohne Worte. Und verrät, wie Sie herausfinden, was Ihr Gegenüber wirklich denkt

# 1

Lassen Sie Ihren Körper sprechen

Bevor Menschen mit Worten kommunizierten, haben sie sich verständigt, indem sie das Verhalten der Mitglieder ihrer sozialen Gruppe imitierten. Am leichtesten gelang das mit Personen, die einem selbst am ehesten entsprachen: Ich be-nehme mich wie du, also bin ich dir wahrscheinlich ähnlich und denke wie du. Diese Haltung unserer Vorfahren steckt heute noch in uns. Machen Sie sich diese zunutze, rät Fexeus: „Achten Sie etwa auf das Sprechtempo. Spricht Ihr Gegenüber sehr schnell oder langsam, gleichen Sie Ihre Geschwindigkeit etwas an, indem Sie schneller oder langsamer reden als üblich. Ihr Gesprächspartner gestikuliert viel? Dann machen Sie auch mehr Handbewegungen – am besten ähnliche wie er.“ Aber Vorsicht: „Es geht nicht darum, exakt zu kopieren. Würden Sie, Sekunden nachdem Ihr Gesprächspartner sich an die Nase gefasst hat, dasselbe tun, wäre das irritierend und sehr auffällig.“



Der Schwede Henrik Fexeus ist Autor mehrerer Bücher über praktische Psychologie, die sich zusammen weltweit über eine Million Mal verkauften.

## Achten Sie auf das Sprechtempo. Spricht Ihr Gegenüber sehr schnell oder langsam, gleichen Sie Ihre Geschwindigkeit an

### 2

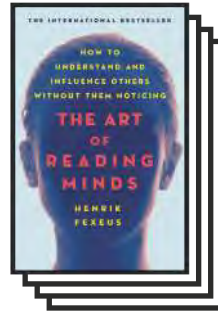
Schauen Sie genau hin

„Meistens wollen Leute von mir wissen, wie sie sich selbst verhalten können, um eine Konversation zu beeinflussen. Was viele vergessen: Noch wichtiger ist es, die Signale, die jemand aussendet, zum eigenen Vorteil zu nutzen“, sagt Fexeus. Bemerkt man zum Beispiel während einer Vertragsverhandlung, dass der Geschäftspartner bei einem Thema die Lippen so bewegt, als würde er an einem Strohhalm saugen, denkt er gerade über Alternativen nach. Presst jemand seine Lippen aufeinander, heißt das: Er sieht die Sache anders. Bevor er ein „Nein“ ausspricht, reagieren Sie: „Vielleicht sollten wir über diesen Absatz noch mal sprechen“ ist eine gute, sanfte Möglichkeit, statt mit einem „Gibt es hier ein Problem?“ zu konfrontieren. Der andere hat Ihnen schließlich etwas verraten, was ihm selbst noch gar nicht bewusst ist. So behalten Sie die Kontrolle und lenken die Verhandlung in Richtung eines positiven Abschlusses.

### 3

Entschlüsseln Sie E-Mails und WhatsApp

E-Mails, Chats, WhatsApp: Wir kommunizieren heute größtenteils schriftlich. „Das bietet ein enorm hohes Potenzial für Missverständnisse. Weil wir die Tonalität hinter den Worten des anderen nicht hören können, interpretieren wir sie einfach aus unserer Sicht. Studien haben gezeigt, dass Absender und Empfänger oft völlig unterschiedliche Auffassungen haben“, erklärt Fexeus. Was kann man also tun, um sicherzugehen, dass der E-Mail-Empfänger einen richtig versteht? „Beobachten Sie wieder: Schreibt Ihr Geschäftspartner eher umgangssprachlich oder im Businessjargon? Lange oder kurze Sätze? Mit vielen Absätzen oder einen durchgehenden Textblock? Schon die kleinste Annäherung Ihrerseits kann zu einem guten Verhältnis führen.“



#### Buch

Den Chef zur Gehalts-erhöhung manipulieren? In seinem Buch „The Art of Reading Minds“ verrät Fexeus, wie das gelingen könnte. Er fasst Grundlegendes über Körpersprachendeutung und Gedankenmanipulation zusammen – Wissen, mit dem Sie, wenn auch nicht beim Chef, zumindest bei jeder Party für Stimmung sorgen werden.

ST MARTINS PR. 16,99 €



#### Podcast

In „The Upgrade by Lifehacker“ (Folge vom 25.11.2019, zu hören z.B. über Apple Podcasts oder Spotify) spricht Fexeus über seine Definition des „Mind Reading“ – und erläutert einige Schlüsseltechniken seiner Methode.

### 4

Vergessen Sie positive Gesprächseinstiege

Das soll natürlich nicht heißen, dass Sie für ein gutes Arbeitsklima darauf verzichten sollten, den Kollegen ein gutes Gefühl zu vermitteln. In vielen Führungskräfte-seminaren lernt man, dass man Feedback immer positiv beginnen soll. Zum Beispiel: „Vielen Dank für den Report, er ist gut geworden. Er enthält aber noch einige Rechtschreibfehler.“ Aber: „Man schmälert das Lob, indem man den Mitarbeiter mit etwas Negativem zurücklässt. Lieber gleich auf die Fehler hinweisen und dann sagen, dass der Report super ist.“ Denn dann ist die Motivation positiv besetzt, die Korrekturen zu machen: Der Kollege möchte, dass etwas, das bereits gut ist, noch besser wird. Studien haben ergeben, dass positiv motiviertes Handeln zu besseren Ergebnissen führt, diese Aufgaben fundierter und schneller erledigt werden und ein Learning, falls eines enthalten ist, dadurch länger anhält.





5

### Reagieren Sie auf Warnsignale

„Wenn Sie feststellen, dass ein Mitarbeiter im Gespräch anfängt, sich auffällig oft an die Hände, den Nacken oder die Arme zu fassen, kann das bedeuten, dass ihn das Thema, um das es gerade geht, extrem stresst. Sein Hirn wird in diesem Moment mit Cortisol geflutet“, weiß Fexeus. Durch das Berühren der eigenen Haut wird das angestiegene Level des Stresshormons Cortisol verringert. „Die Person wird in diesem Zustand nicht in der Lage sein, ein vernünftiges Gespräch zu führen. Legen Sie eine Kaffeepause ein, sprechen Sie für ein paar Minuten über etwas anderes oder verlegen Sie das Gespräch gleich auf einen anderen Tag.“

6

### Seien Sie am Telefon hellwach

„An der Geschwindigkeit, mit der Ihr Gegenüber redet, können Sie die Geschwindigkeit seines Denkens erkennen. Ein Schnellsprecher ist oft ein Schnelldenker, ein langsam sprechender Mensch denkt meistens auch in einem reduzierten Tempo. Nur wenn das Tempo beider Partner halbwegs zusammenpasst, fühlen sie sich wohl“, sagt Fexeus. Auch hier empfiehlt er, sich dem anderen anzupassen. Eine übereinstimmende Lautstärke ist ebenfalls ausschlaggebend. Stellen Sie fest, dass Ihr Gesprächspartner plötzlich lauter redet als bisher, teilen Sie mit, dass Ihnen das aufgefallen ist: „Ich merke, dass Sie lauter sprechen. Gibt es dafür einen Grund?“, statt ihrem Partner zu sagen, was er fühlt: „Sie klingen aufgebracht. Was ist los?“

7

### Achten Sie auf die kleinen Worte

Um die Meinung anderer zu beeinflussen, bedarf es keiner großen Rede, sondern smart gewählter Worte. „Besonders erstaunlich ist der Effekt, den die Wörter ‚aber‘ und ‚und‘ haben. Oft setzen wir ‚aber‘ ein, um zwei Dinge zu verbinden. Das tut es nicht, sondern stellt das vorher Gesagte ungewollt infrage. Während ein ‚und‘ zwei Tatsachen zusammenfügt.“ Wenn Sie beispielsweise sagen: „Ich stimme Ihnen zu, dass diese neue Maschine sehr teuer ist, aber der Grund dafür ist, dass sie die beste auf dem Markt ist“, werden Sie kaum das Budget für den Kauf freigegeben bekommen. Die Chancen könnten steigen, wenn Sie es so versuchen: „Ich stimme Ihnen zu, dass diese Maschine sehr teuer ist, und der Grund dafür ist, dass sie die beste ist.“ Fexeus sagt: „Das Hirn folgt hier einer linguistischen Logik, weil wir der Überzeugung des anderen zustimmen und den zweiten Part des Satzes mit einem ‚und‘ nicht abgrenzen, sondern einfach hinzufügen.“



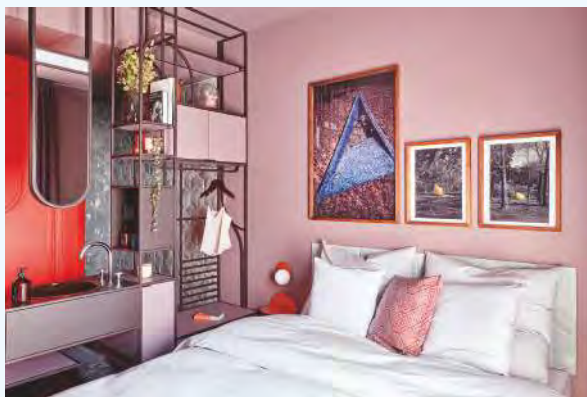
#### Podcast

Im Podcast „Get-It-Done Guy“ (Folge 569, zu hören z.B. über Apple Podcasts oder Spotify) verrät Fexeus in kurzweiligen 27 Minuten, wie ihm seine Hacks auf dem Karriereweg behilflich waren.

8

### Geben Sie den Blitzableiter

Treffen Sie auf jemanden, der schon bei Kleinigkeiten aus der Haut fährt, sollten Sie so schnell wie möglich versuchen, die Situation zu beruhigen. Mit Sätzen wie „So, jetzt kommen wir alle mal wieder runter...“ werden Sie sich allerdings keine Freunde machen. Stattdessen rät Fexeus: „Anpassung ist auch hier wieder die beste Lösung. Ein Satz, der garantiert immer funktioniert, ist: ‚Ich verstehe, dass Sie sich ärgern. Wenn ich Sie wäre, würde es mir auch so gehen.‘“ Das können Sie sogar sagen, wenn Sie die Meinung Ihres Gegenübers für absoluten Mist halten. Der Effekt ist, was zählt: Plötzlich sind Sie nicht mehr der Gegner, sondern stehen auf derselben Seite. Zur weiteren Entschärfung der Lage können Sie wieder die nonverbale Kommunikation intensivieren, indem Sie sich etwa ein Stück nach vorne lehnen, wenn der andere sich zurücklehnt, um keine Distanz aufzubauen. ☺

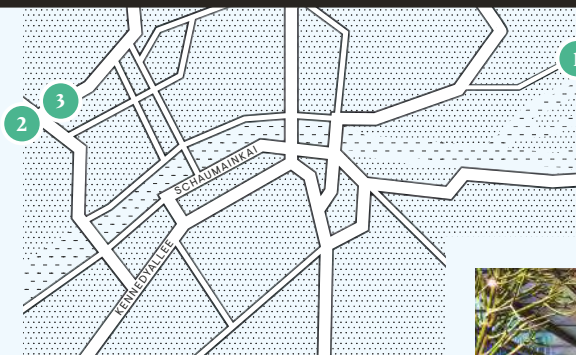


## Übernachten

① Das „Lindley“ ist der stylische Shootingstar der Frankfurter Spitzenhotellerie. Im Restaurant „Leuchtdroter“ werden regionale Produkte zu vegetarischer Haute Cuisine verarbeitet – und in der Bar „Marmion“ auf dem Rooftop sollte man unbedingt den „Punsch“ bestellen. **Lindley Lindenberg**, *Lindleystraße 17*, [das-lindenberg.de](http://das-lindenberg.de)



# Ein Meeting in Frankfurt



## Feiern

② Nouvelle Cuisine meets Forgotten Food – das „Stanley Diamond“ im Bahnhofsviertel ist nicht nur ein toller Ort, um einen abgeschlossenen Deal zu feiern, auch das Essen ist erstklassig.

**Stanley Diamond**, *Ottostraße 16-18*, [stanleydiamond.com](http://stanleydiamond.com)



## Essen

③ Gerade wenn man in einer größeren Gruppe unterwegs ist, bietet sich der pulsierende Laden mit Middle-East-Speisen im trendy Bahnhofsviertel an. Und nach dem Essen? Geht es direkt nebenan in die Sake-Bar.

**Bar Shuka** im „25hours Hotel“, *Niddastraße 56-58*, [25hours-hotels.com](http://25hours-hotels.com)



## Unsere Frankfurt-Expertin

Design und schöne Formen sind für sie ein wichtiger Bestandteil des Alltags. „Egal ob bei Oldtimern, Gegenständen, in der Mode oder in der Architektur. Von alldem gibt es in der deutschen Finanzhochburg Frankfurt viel zu entdecken.“

—Valerie Schroeter, MANAGING DIRECTOR, FANTASTIC FRANK REAL ESTATE

## PUBLISHED BY CONDÉ NAST

Chief Executive Officer **Roger Lynch**  
Chief Operating Officer & President,  
International **Wolfgang Blau**  
Global Chief Revenue Officer & President,  
U.S. Revenue **Pamela Drucker Mann**  
U.S. Artistic Director and Global Content Advisor  
**Anna Wintour**  
Chief of Staff **Samantha Morgan**  
Chief Data Officer **Karthic Bala**  
Chief Client Officer **Jamie Jouning**

## CONDÉ NAST ENTERTAINMENT

President **Oren Katzoff**  
Executive Vice President–Alternative  
Programming **Joe LaBracio**  
Executive Vice President–CNÉ Studios  
**Al Edgington**  
Executive Vice President–General Manager  
of Operations **Kathryn Friedrich**

## CHAIRMAN OF THE BOARD

**Jonathan Newhouse**

## WORLDWIDE EDITIONS

**FRANCE** AD, AD Collector, Glamour,  
GQ, Vanity Fair, Vogue, Vogue Collections,  
Vogue Hommes

**GERMANY** AD, Glamour, GQ,  
GQ Style, Vogue

**INDIA** AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue

**ITALY** AD, Condé Nast Traveller,  
Experience Is, GQ, La Cucina Italiana,  
Vanity Fair, Vogue, Wired

**JAPAN** GQ, Rumor Me, Vogue, Vogue Girl,  
Vogue Wedding, Wired

**MEXICO AND LATIN AMERICA** AD Mexico,  
Glamour Mexico, GQ Mexico and Latin America,  
Vogue Mexico and Latin America

**SPAIN** AD, Condé Nast College Spain,  
Condé Nast Traveler, Glamour, GQ, Vanity Fair,  
Vogue, Vogue Niños, Vogue Novias

**TAIWAN** GQ, Interculture, Vogue

## UNITED KINGDOM

London: HQ, Condé Nast College of Fashion  
and Design, Vogue Business;

**Britain:** Condé Nast Johansens, Condé Nast  
Traveller, Glamour, GQ, GQ Style, House &  
Garden, LOVE, Tatler, The World of Interiors,  
Vanity Fair, Vogue, Wired

**UNITED STATES** Allure, Architectural Digest,  
Ars Technica, basically, Bon Appétit, Clever,  
Condé Nast Traveler, epicurious, Glamour, GQ,  
GQ Style, healthyish, HIVE, La Cucina Italiana,  
Pitchfork, Self, Teen Vogue, them, The New  
Yorker, The Scene, Vanity Fair, Vogue, Wired

## PUBLISHED UNDER JOINT VENTURE

**BRAZIL** Casa Vogue, Glamour, GQ, Vogue  
**RUSSIA** AD, Glamour, Glamour Style Book, GQ,  
GQ Style, Tatler, Vogue

## PUBLISHED UNDER LICENSE OR COPYRIGHT COOPERATION

**AUSTRALIA** GQ, Vogue, Vogue Living  
**BULGARIA** Glamour

**CHINA** AD, Condé Nast Center of Fashion &  
Design, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Lab,  
GQ Style, Vogue, Vogue Business in China,  
Vogue Film, Vogue Me

**CZECH REPUBLIC AND SLOVAKIA**

La Cucina Italiana, Vogue

**GERMANY** GQ Bar Berlin

**GREECE** Vogue

**HONG KONG** Vogue

**HUNGARY** Glamour

**ICELAND** Glamour

**KOREA** Allure, GQ, Vogue, Wired

**MALAYSIA** Vogue Lounge Kuala Lumpur

**MIDDLE EAST** AD, Condé Nast Traveller, GQ,  
Vogue, Vogue Café Riyadh, Wired

**POLAND** Glamour, Vogue

**PORTUGAL** GQ, Vogue, Vogue Café Porto

**ROMANIA** Glamour

**RUSSIA** Tatler Club, Vogue Café Moscow

**SERBIA** La Cucina Italiana

**SOUTH AFRICA** Glamour, GQ, GQ Style,  
House & Garden

**THAILAND** GQ, Vogue

**THE NETHERLANDS** Glamour, Vogue, Vogue  
Living, Vogue Man, Vogue The Book

**TURKEY** GQ, Vogue, Vogue Restaurant Istanbul

**UKRAINE** Vogue, Vogue Café Kiev

Condé Nast is a global media company  
producing premium content with a footprint  
of more than 1 billion consumers in  
31 markets. [condenast.com](http://condenast.com)

Heftpreis Inland: 5,50 € inklusive 7 % MwSt.  
Jahresabonnement (12 Ausgaben) Inland: 56,50 €  
inklusive Porto, Versandkosten und 7 % MwSt.  
Ausland: Österreich: 56,50 €, Schweiz: 100,00 sfr,  
restliches Ausland auf Anfrage. Abonnement-  
bestellungen: GQ Leserservice, Postfach 290,  
77649 Offenburg, Telefon: 01805 517258, Fax:  
01805 071101 (jeweils 0,14 € pro Minute), E-Mail:  
abo@gq.de, Schweiz: GQ Leserservice, Postfach,  
6002 Luzern, Telefon: 041 3292244, Fax: 041  
3292204, E-Mail: GQ@leserservice.ch, USA: IPD-  
SDS 12406, US Highway 250N, Milan, Ohio  
44846, Telefon: 1 419 4991500 (+15 in den USA),  
Fax: 1 419 4993601.



**MARC**

Anzug  
Emporio Armani  
Hemd  
Olymp  
Schuhe  
Salvatore  
Ferragamo  
Krawatte und  
Manschettenknöpfe  
Louis Vuitton

---

**BARRY**

Mantel, Hose und Hemd  
Brioni  
T-Shirt  
Brunello Cucinelli  
Schuhe  
Louis Vuitton

---



# MONEY

Die Serien-Stars aus „Bad Banks“ zeigen, wie Business-Mode 2020 funktioniert – und interpretieren für uns klassische Looks neu. So relaxed war *formal wear* noch nie

**MAI**

Blazer

**Celine**

Bluse

**Louis Vuitton**

Hose

**Jil Sander**

Schuhe

**Isabel Marant**

---

**TRYSTAN**

Anzug

**Louis Vuitton**

Hemd und Krawatte

**Hermès**

Einstecktuch

**Olymp**

Schuhe

**Salvatore**

**Ferragamo**

---

SHOTS

FOTOS ROMAN GOEBEL

STYLING PAUL MAXIMILIAN SCHLOSSER



**BARRY  
ATSMA**  
*Gabriel Fenger*

---

Pullover und Shirts verdrängen immer häufiger klassische Hemden aus dem Business-Alltag. Damit Ihr Style im Büro weiterhin nach Top-Management aussieht, tragen Sie ausschließlich hochwertige und einfarbige Modelle unter dem Sakko.

---

Sakko und Pullover  
**BOSS**

TRYSTAN  
PÜTTER  
*Alexander Schunk*

---



Das Entscheidende bei einem Tailoring-Look ist der perfekte Schnitt. Bringen Sie jeden neuen Anzug vor dem ersten Tragen zum Schneider und lassen Sie ihn anpassen. Diese Veränderungen machen aus einem gewöhnlichen Anzug einen echten Power-Suit. Ein Investment, das sich garantiert lohnt.

---

Anzug, Hemd und Gürtel  
**Prada**

Krawatte  
**Emporio Armani**

Einstecktuch  
**Charvet**

Schuhe  
**Digel**

Socken  
**Falke**



## MAI DUONG KIEU

*Thao Hoang*

---

Lassen Sie sich inspirieren von den Mustern, die in der Frauen-Business-Mode angesagt sind: Pepita, Hahnentritt und Vichy – diese Klassiker feiern gerade ein Comeback und sind aktuell in den Männerabteilungen vor allem bei Accessoires zu finden. Schnappen Sie sich Ihr Lieblings-Piece und kombinieren Sie es zu einem schlichten Suit.

---

Blazer und Bluse

**Boss**

Hose

**Coperni**



## MAI

Blazer

**Givenchy**

Rollkragenpullover

**Brunello Cucinelli**

Hose

**Jil Sander**

---

## BARRY

Anzug

**Dolce & Gabbana**

*über [matchesfashion.com](http://matchesfashion.com)*

Hemd

**Digel**

Krawatte

**Prada**

Einstecktuch

**Olymp**

Altbackene Broker (und amtierende US-Präsidenten) missbrauchen bis heute Krawatten als phallische Macht-Statement-Pieces – nach dem Motto: the bigger, the better. Beweisen Sie lieber Überlegenheit und setzen Sie auf Understatement. Faustregel: sechs bis acht Zentimeter Breite, je nach Statur.



A black and white portrait of a middle-aged man with dark hair, looking directly at the camera with a serious expression. He is wearing a dark, heavy leather trench coat over a white dress shirt and a dark tie with a small, light-colored dot pattern. His hands are clasped in front of him. The background is a plain, light-colored wall.

**MARC  
LIMPACH**  
*Luc Jacoby*

---

Nicht jedes Kleidungsstück, das Sie tragen, muss teuer sein. Beim Mantel sollten Sie aber auf keinen Fall zu sparsam sein. Hochwertige Materialien sehen nicht nur besser aus, sondern legen sich auch besser an den Körper. Unser aktueller Crush: Wildledermäntel.

---

Ledermantel

**Bally**

Sakko

**De Fursac**

Hemd

**Canali**

Krawatte

**Hermès**

Manschettenknöpfe

**Louis Vuitton**

**Haare:** Anne Timper/Ballsaal

**Grooming:** Cynthia Baligan @ Nina Klein  
using Mac Cosmetics

**Foto-Assistenz:** Viktor Ebell, Alex Mader

**Produktion:** Björn Schütrumpf



**Kaum eine Serie** elektrisierte das Publikum in den vergangenen Jahren so sehr wie „Bad Banks“. Seit die einst glänzende Welt global agierender Banken mit der Finanzkrise 2008 einen schweren Image-Schaden erlitt, stehen Banker unter Generalverdacht. Es entstand das Bild einer im Verborgenen agierenden und von Gier getriebenen Elite, in der Skandale wie die Panama Papers oder Cum-Ex eher die kleineren Probleme sind. In genau diese Welt nimmt „Bad Banks“ die Zuschauer mit. Dafür gab es zahlreiche Auszeichnungen – und Lob für die Authentizität des Stoffs. Im GQ-Gespräch geben zwei der Köpfe der Serie Einblick in die Welt, die sie geschaffen haben: Marc Limpach spielt nicht nur einen der getriebenen Investment-Banker, sondern stand dem Produktionsstab auch beratend zur Verfügung, da er selbst als Anwalt einer internationalen Kanzlei Erfahrungen in der Finanzwelt sammelte. Oliver Kienle ist Showrunner und Autor der Serie. Die beiden geben nicht nur Einblick in ihre Arbeit, sondern auch Ratschläge, wie man große Denkleistungen vollbringt.

**Herr Kienle, was ist die größte Herausforderung, wenn man abstrakte Wirtschaft zu einem Serien-Stoff dramatisieren will?**

Die Herausforderung für mich war, so gut zu recherchieren, dass ich selbstbewusst über die Welt der Banken erzählen kann. Am Anfang kannte ich mich in dem Feld nicht aus. Ich bin nicht gut im Rechnen, ich habe nie BWL studiert.

**Also haben Sie sich in die Recherche gestürzt.**

Ja, da waren zwei Arten von Recherche: die theoretische, die ich anstrengend fand, nämlich zu verstehen, wie ein Derivat funktioniert oder diverse Finanzprodukte. Ich wusste, dass ich all das verstehen muss, bis ich so aufgestellt bin, dass ich eine eigene Fantasie dazu entwickeln kann. Erst dann kann ich in dieser Welt universelle, sehr menschliche Themen verknüpfen. Der andere Teil der Recherche ist der sinnliche Teil, also ganz viele Menschen zu treffen, aus der Branche. Banker, Ex-Banker, Finanzaufsicht, Versicherungsseite und so weiter, um ein Gefühl für die Menschen zu bekommen – um mein eigenes Big Picture zu entwickeln. Da war gleich zu Beginn Marc ein Einfluss.

**Herr Limpach, Sie kennen diese Welt und konnten die Drehbücher mit der Realität abgleichen. Was waren Ihre ersten Leseindrücke?**

Seit der Finanzkrise 2008 habe ich am Theater viele Stücke über Banken gesehen, die oft ein sehr einfach gestricktes Bild der Branche abgaben. Bei Olivers Drehbüchern hingegen hat mir sofort die Komplexität gefallen, und ich hatte das Gefühl: Ja, das erinnert mich an bestimmte Berufe und Situationen.

Olli bringt es beispielsweise ganz toll fertig, ein Closing, also die Vertragsabschlussphase, wirklich spannend darzustellen und zu zeigen, was der Stress mit den Menschen macht oder wie nach dem Closing gefeiert wird. Ich finde da viele Stimmungen, Szenen, Impulse, die ich aus meiner Erfahrung heraus stimmig finde.

**Herr Kienle, was ist die krasseste Lektion, die Sie über diese Branche und ihre Fallstricke gelernt haben?**

Meine eigene Heuchelei.

**Das müssen Sie erklären.**

Ich hatte diese typisch deutsche Wut auf Banker nach der Finanzkrise. Durch meine Recherche habe ich zum ersten Mal gelernt, selbst Teil des Problems zu sein, selbst Profiteur eines den Wohlstand fördernden Systems zu sein. Ich habe mir zum ersten Mal angeschaut, was eigentlich hinter meiner eigenen privaten Altersvorsorge steckt. Da gibt es dann so Fonds, die schöne Namen haben – aber man merkt schnell, dass man gerne ausgeblendet hat, was hinter solchen Fonds eigentlich steckt. Mir ist klar geworden, was für ein dankbares Feindbild der Banker ist. Die wirken glatt, maskiert, uniformiert und gierig. Es ist einfach, über sie zu lästern.

**Was sind die Highlights des Feedbacks, das Sie von Bankern erhalten haben?**

Mehrere sagten mir: Das ist ja ganz süß, was ihr euch da ausgedacht habt, aber ein bisschen harmlos. *(lacht)* Das sei ja nur Bilanzmanipulation. Das mache doch jede kleine GmbH. Von vielen bekam ich erzählt, dass sie krassere Sachen erlebt haben.

**Hat Sie das erschreckt?**

Ja und nein, weil andere Leute mir gesagt haben, wie übertrieben das ist, was wir in der Serie zeigen. Das versuche ich einzuordnen. Die einen erleben halt etwas und die anderen nichts. Eines ist klar: Wir erzählen sehr komprimiert. In wenigen Tagen geschieht unheimlich viel. Das ist in der Realität anders. Aber wir erzählen in „Bad Banks“ nichts, was nicht schon in der Realität passiert ist. Bei den Reaktionen auf die Serie war wirklich alles dabei. Hochrangige Banker und Investmentchefs sagten fast schuldbewusst: Wir haben da ganz schön viel Scheiße gebaut – bis hin zu einer jungen Frau, die mir gestand, „Bad Banks“ sei der Grund, warum sie Bankerin werden will. Die fand das geil. Jeder guckt mit seinem eigenen moralischen Kompass. Aber mir haben die Rückmeldungen das Gefühl gegeben, dass wir ein gutes Mittelmaß gefunden haben.

**Herr Limpach, welche Eigenschaft ist die wichtigste, um in so einer Welt Erfolg zu haben?**

Ein gewisser Egoismus in Bezug auf die eigene Karriere ist Voraussetzung und gleichzeitig das Problem. Man konzentriert sich ausschließlich auf den nächsten Deal, aber niemand



überblickt das Ganze oder fühlt sich verantwortlich für die Konsequenzen. Das hat die Branche zum Teil auch in Verruf gebracht. Man müsste eigentlich dazu in der Lage sein zu verstehen, an was für großen Hebeln man da sitzt und wie weit bestimmte Entscheidungen das System beeinflussen. Die Wirtschaft und das, was in den Maschinenräumen der Banken entschieden wird, hat einen großen Einfluss auf die Gestaltung unserer Gesellschaft. Idealerweise dürfte man einen Deal nicht bloß als abstraktes Zahlenwerk sehen, sondern als das, was der Deal in der Welt verändert.

**Herr Kienle, geben Sie uns mal Einblick in die Arbeit eines Showrunners. Wie gehen Sie damit um, wenn Sie eine große Idee haben?**

Es gibt einen schönen Spruch, den ich sehr bestätigen kann: „How to write a good story: First, write a bad story. Second, fix it.“ Daran glaube ich viel mehr als daran, eine gute Idee zu haben.

**Sie setzen auf den eigentlichen Prozess und nicht auf die Idee, die über allem schwebt?**

Ja, genau. Ich versuche, so schnell wie möglich in den Schreibprozess zu kommen. Ich mag keine Ideen. Ich habe gelernt, dass es falsch ist, über Ideen zu sprechen. Netflix und andere fragen mich, ob wir über Ideen reden wollen. Das mache ich nicht mehr. Ich schreibe auch keine Konzepte, keine Exposés oder Pitches. Eine Idee ist – wie beim Banker, der ein Produkt verkaufen will – reines Bullshitting. Eine gute Idee ist etwas anderes als ein gutes Drehbuch. Deswegen gehe ich so rasch wie möglich ins Schreiben.

**Geben Sie sich in diesem Prozess bestimmte Regeln?**

Ja, ich versuche, mich schnell mit dem zu konfrontieren, was mir am schwersten fällt und was am härtesten ist. Das bringt einen zum Ziel. Alles andere ist nur Ablenkung und verschwendete Zeit.

**Lässt sich das auf andere kreative Aufgaben übertragen? Mit dem schwierigsten Teil anfangen?**

Ich glaube, im kreativen Bereich wird sehr viel Inspirationsarbeit gemacht, die in Wahrheit Ablenkung ist. Aber wenn man ein bisschen gelernt hat, wie das geht, sollte man schneller mit der eigentlichen Arbeit anfangen können. Früher oder später kommt das leere Blatt Papier, und dann geht es um alles.

**Herr Limpach, wie treten Sie an große Denkaufgaben heran?**

Es gibt ein Zitat von Jacques Brel, in etwa: „Talent kenne ich nicht: Außer der Lust, etwas tun zu können, kenne ich nur den Schweiß und die Disziplin.“ Es geht einfach um die konkrete Arbeit. Nicht theoretisch schwatzen, sondern einfach anfangen und dann in die Tiefe gehen. Beim Machen erkennt man ganz klar die realen Probleme und findet dann auch mögliche Lösungen. Gerade bei kreativen Aufgaben muss man selbst viel entscheiden. Das Ergebnis dann mit anderen im Diskurs abzutasten halte ich für produktiv. Aber letztlich ist alles Handwerk. Bei dem Wort Genie werde ich misstrauisch, wenn es nicht gerade für Mozart oder Shakespeare benutzt wird.

**Können Sie Tipps geben, wie man mit Zeitdruck und Deadlines umgehen kann?**



Schauspieler und Anwalt Marc Limpach (l.) und Autor Oliver Kienle beim GQ-Gespräch in Berlin

**Kienle:** Ich habe schon immer ein gutes Zeitmanagement gehabt. Mein Output war mein Leben lang hoch. In meiner Jugend habe ich neun Romane geschrieben, wollte immer etwas rauslassen. Ich habe festgestellt, dass man nach Phasen von viel Output auch viel Input braucht. Wenn man sich beim Denken, Schreiben, Entwerfen blockiert fühlt, ist man meist selbst die Blockade, weil man zu viel arbeitet. Man hat vielleicht zu wenig neue Eindrücke oder ist überreizt. Wenn ich zum Beispiel über Banking schreibe und neue Eindrücke brauche, muss ich mich nicht mehr in Banken aufhalten oder mit Leuten aus der Branche reden, sondern einfach das Gehirn wieder aufladen mit neuen Eindrücken.

**Aber was, wenn die Zeit einem davonläuft?**

Da habe ich keinen Tipp. Deswegen sage ich aber: Früh anfangen, keine Zeit verlieren. Wenn man wirklich zu wenig Zeit für sein Projekt hat, wird es anstrengend. Und es wird auch nicht gut. Ich werde dann krank.

**Gerade in der Filmbranche ist aber doch Zeit Mangelware.**

**Kienle:** Das ist absurd. Netflix kommt nach Deutschland und sagt: „Wenn wir sagen: Deadline, meinen wir Deadline.“ In Deutschland sind Produzenten es eher gewohnt, zu verschieben und zu verlängern.

**Limpach:** Der Wunsch nach sofortiger Perfektion ist auch ein Problem. Man darf nie davon ausgehen, dass alles sofort gelingt. Man muss seinen Zeitaufwand realistisch einschätzen können und dann: konzentriert arbeiten oder eben nicht



arbeiten, eine Pause machen und Kraft sammeln. Wenn ich arbeite, arbeite ich konzentriert, aber nicht so halb am Handy, hier was posten und da was lesen. Also: Telefon aus, keine Mails, arbeiten. Genau so sehe ich auch viele Kick-off-Meetings. Manchmal mag das Inspiration, Planung und Austausch sein, aber viel zu oft wird es zur Angst vor dem Anfang und Flucht vor Arbeit.

**Trotzdem müssen Sie Situationen kennen, die Kreativität begünstigen.**

**Limpach:** Freiheit und machen. Schnell konkret werden.

**Kienle:** Ich will mich nicht quälen. Mir soll das Schreiben Spaß machen, und wenn es nicht von alleine kommt, will ich das nicht erzwingen. Dann schreibe ich eben nachts oder am See. Ich sitze auch nicht am Schreibtisch, sondern schreibe im Liegen auf dem Sofa. Zwischendurch zocke ich PlayStation. So fühlt sich die Arbeit für mich an wie mein Leben, aber nicht wie ein Beruf, zu dem ich mich quälen muss.

**Herr Limpach, Sie kennen die Arbeitswelt, in der man in 9-to-5-Berufen an Schreibtischen arbeitet. Wirkt das nicht aus der Zeit gefallen?**

**Limpach:** Es gibt Aufgaben, für deren Bewältigung man zusammenkommen muss. Interaktion kann produktiv sein. Man sollte sich bei jeder Aufgabe fragen, in welchem Rahmen sie am besten angegangen werden kann, anstatt sie auf eine bestimmte Weise zu erledigen, nur weil es schon immer so gemacht wurde.

### Bad Banks

Die zweite Staffel ist bis 31. Juli in der ZDF-Mediathek abrufbar. Erfinderin der Serie ist die Produzentin Lisa Blumenberg. Zum Cast zählen Mai Duong Kieu (o.), Barry Atsma, Trystan Pütter, Marc Limpach, Paula Beer, Albrecht Schuch, Désirée Nosbusch, Tobias Moretti. Regie führte in der ersten Staffel Christian Schwochow, in der zweiten Christian Zübert



**Kienle:** Würde ich von 8 bis 17 Uhr in einem Büro sitzen müssen, hätte ich noch nie eine Serie geschrieben. Stattdessen nutze ich meine Eigenschaft, schlecht zu schlafen. Ich stehe nachts auf, schreibe, schlafe dann weiter und mache auch keine Termine vor 11 Uhr.

**Sie argumentieren jetzt allerdings aus dem Königreich, das Sie sich erobert haben. Welchen Tipp zum kreativen Denken würden Sie einem Angestellten geben, der fürs Denken bezahlt wird und natürlich auch zu Zeiten denkt, die von einer Stempeluhr nicht erfasst werden?**

**Kienle:** Ich würde dazu raten, vom Ziel aus zu denken. Wenn ich mich frage, wohin ich kommen will, tut sich der Weg irgendwie auf, egal um welche Art der Denkarbeit es geht. Muss ich eine Szene schreiben, in der eine bestimmte Eigenschaft einer Figur deutlich wird, oder muss ich einen Code programmieren? Trotzdem würde ich noch mal auf die Pausen verweisen...

**...die sich ein Angestellter nicht so frei einteilen kann wie jemand, der selbstständig arbeitet.**

**Kienle:** Ich kenne viele Leute in Werbeagenturen, die kreativ sein müssen, aber eben acht Stunden am Stück. Das erzeugt Druck und macht unflexibel. Da werden sich dann irgendwie doch diese Pausen geholt, die man einfach braucht. Das fühlt sich für mich ineffektiv an.


**Jüngere Arbeitnehmer fordern heute mehr Freiheit ein.**

Ja, und immer mehr gehen aus der Festanstellung in die Selbstständigkeit, weil sie schnell merken, dass sie mehr verdienen, mit mehr Respekt behandelt werden und sich alles selbst einteilen können. Viele Branchen profitieren davon, den Mitarbeitern Freiheit zu geben.

**Limpach:** Was auch motivieren oder beim Denken helfen kann, ist die Sinnfrage. Anstatt einfach nur Aufgaben zu lösen, sollte man sich vor Augen führen, warum man diese Aufgaben löst. Das kann sehr befriedigend sein.

**Was würden Sie einem jungen Kreativen raten?**

**Kienle:** Eine selbstbewusste Ehrlichkeit zu finden. Einfach Probleme ansprechen.

**Limpach:** Das sehe ich auch so. Das betrifft auch Kompromisse. Wer nicht ehrlich sagt, was er erreichen will, wird faule Kompromisse machen. 





Der perfekte Banker-Look – mit roter Krawatte und blauem Anzug mit Nadelstreifen, der Zielstrebigkeit und Vertrauen ausstrahlt: Leonardo DiCaprio in „The Wolf of Wall Street“

FOTO: GETTY IMAGES

# DER DRESS-CODE FÜR DEALS

## 1

### Warum Kleidung Signale sendet

Was wir tragen, sendet eine Reihe nonverbaler Botschaften. Wie groß die Wirkung von Kleidung ist, zeigt eine Studie der US-Universität Princeton: Noch bevor wir das Gesicht unseres Gegenübers einordnen, bewerten wir innerhalb von Millisekunden seine Garderobe. Die Erkenntnisse der Forscher: Wer als hochwertig gekleidet wahrgenommen wird, wirkt kompetenter.

Nicole Dornberger, die in Hannover eine Agentur für Image-Consulting führt und lange im Finanzwesen tätig war, ist überzeugt davon, dass Kleidung einen starken Einfluss darauf hat, wie man wahrgenommen wird. „Gerade der erste Eindruck ist ein visueller“, sagt sie – und zitiert eine Studie des Psychologen Albert Mehrabian: „Während das Gesagte sieben Prozent und die Stimme etwa 38 Prozent der Wirkung einer Person ausmachen, ist es zu 55 Prozent die nonverbale Kommunikation, also Kleidung, Körperhaltung, Gestik und Mimik, die beeinflusst, wie andere uns wahrnehmen.“ Sicherlich ein Grund, warum gerade im Finanzwesen immer noch auf Dresscodes gesetzt wird, denn hier sollen Werte wie Seriosität, Sicherheit und Kompetenz vermittelt werden.

In der Finanzbranche zählt der perfekte (erste) Eindruck. Worauf es dabei ankommt, welche Signale Sie mit welchem Anzug senden und welcher Look wann angemessen ist: Das verraten wir hier

## 2

### Was Ihr Anzug über Sie aussagt

Die richtigen Werte mit Ihrem Anzug-Look vermitteln? Das gelingt mit der richtigen Kombination aus Farbe, Material und Silhouette. Das klassische Bild eines Bankers war lange Zeit untrennbar mit einem schwarzen Nadelstreifen-Anzug mit breiten Schultern verbunden, weil dieser Look eine ganz bestimmte Wirkung besitzt: Schwarz strahlt große Macht und Kompetenz aus, Nadelstreifen sind geradlinig, zielgerichtet und elegant. Breite Schultern unterstützen nicht nur den machtvollen Look, sondern vermitteln auch ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit – und all das suchen Anleger.


Den machtvollsten Look kreieren Sie, indem Sie einen schwarzen Anzug aus hochwertigem Material und mit breiter Silhouette mit einem weißen Hemd und roter Krawatte kombinieren – ganz nach Trump-Manier.

Sind es vor allem die Werte Vertrauen, Seriosität und Kompetenz, die Sie vermitteln möchten, wählen Sie einen dunkelblauen Anzug. Dieser Ton ist aufgrund seiner positiven Wirkung nach und nach zum absoluten Banker-Liebling avanciert und wird deshalb auch in anderen Branchen wie dem Flugverkehr gerne getragen. Besonders sachlich und seriös wirken Sie wiederum, wenn Sie Grau tragen.

Als Faustregel für die Farbwahl gilt: Je dunkler, desto kompetenter und je heller, desto zugänglicher wirken Sie. Abgesehen von der richtigen Farbe kommt es vor allem auf hochwertige Materialien und die richtige Passform an.

## 3

### Wie Sie sich Ihrer Position entsprechend kleiden

„Welcher Business-Look angemessen ist, hängt nicht nur vom Institut und der Situation, sondern auch stark von Ihrer Position ab“, erklärt Dornberger. Als Einsteiger kann man auf modische Anzüge, helle Farben und moderne Schnitte setzen – so bleibt man in Erinnerung. Man sollte jedoch darauf achten, den schmalen Grat zwischen modischem und dennoch klassischem Outfit nicht zu verlassen. Je höher Ihre Position, desto zeitloser und hochwertiger sollte Ihr Anzug in Bezug auf Farbe, Material und Silhouette sein. Was in Unternehmen zunächst mit einem „Casual Friday“ startete, hat sich nun in weiten Teilen der Finanzbranche für die gesamte Woche durchgesetzt: Man trägt meist Business Casual. In Zeiten ohne strikte Dresscodes haben Westen, Krawatten und Einstecktücher eine gesteigerte Wirkung. Sie können nicht nur zum persönlichen Stilelement werden, sondern auch Ihre gehobene Position in der Firmenhierarchie manifestieren. Als absolute Machtinsignien gelten Manschettenknöpfe, Stifte und Schuhe – wenn Sie hier guten Geschmack beweisen, setzen Sie sich von der Masse ab. 





# DAS ZWEITE

TEXT CORINNA VON BASSEWITZ

ILLUSTRATION ORI TOOR

## Kein Organ ist mit dem Gehirn so eng verbunden wie der Darm. Er beeinflusst unsere Laune, unser Wohlbefinden – und unsere Leistung

**D**ie meisten Entscheidungen, die wir im Geschäftsleben treffen, basieren auf Vernunft. Ihnen gehen sorgfältige Analysen voraus, Team und CEO zermarkern sich das Gehirn, schließen Alternativen aus und präsentieren schließlich ein „Let's do it“. Dann gibt es die Entscheidungen, die spontan gefällt werden. Nach dem Prinzip: Pfeif drauf, ich mach das jetzt. Man fällt sie, wie man so sagt, aus dem Bauch heraus. Das kann – je nach Stimmung – gut gehen. Oder eben auch nicht, dann „geht das mal in die Hose“ – der Verdauungstrakt reagiert mit Hyperaktivität. Was geschieht da?

Forscher fanden heraus, dass kein Organ eine so enge Beziehung zum Gehirn unterhält wie der Darm mit seinen unendlich vielen Sensoren. Durch den Vagusnerv sind Darm und Gehirn direkt verbunden, und darüber hinaus haben sie verblüffende Gemeinsamkeiten: Sie verfügen über dieselben Nervenzelltypen, und alle 30 Neurotransmitter – von Dopamin bis zum Glückshormon Serotonin – kommunizieren über das enterische Nervensystem, das sich an den Wänden des über sieben Meter langen Darms befindet. Besonders interessant ist hier der Zusammenhang von Serotonin und Darm: 95 Prozent der Bausteine für das Glückshormon werden im Darm hergestellt und nicht – wie gerne vermutet – im Gehirn.

Wer sorgt für die Interaktion auf der sogenannten Darm-Hirn-Achse? Das intestinale Mikrobiom. Es besteht aus rund 100 Billionen Einzelteilchen, die zusammen rund 1,5 Kilogramm wiegen. Sie senden 24/7 sensorische Signale über den Vagusnerv an unser Gehirn aus. Und beeinflussen – je nach Mischungsverhältnis – unsere Stimmung und unser soziales Verhalten.

„Diese Kommunikation zwischen Darm und Gehirn ist offensichtlich wichtiger für unser Wohlbefinden, als wir es bislang für möglich hielten“, sagt der Münchner Magen-Darm-Spezialist Berndt Birkner. „Es gibt zwei Massen, die uns bestimmen. Da ist die biogenetische Masse, sie definiert unser Aussehen. Und da ist die Masse in unserem Darm, das Mikrobiom, das unser Alter Ego, unser zweites Ich, definiert. Sie stärkt nicht nur unser Immunsystem und sorgt dafür, dass bestimmte Nährstoffe in unserer Nahrung verwertet werden. Ist ihre Zusammensetzung gestört, ist sie auch – so neue Erkenntnisse – verantwortlich für die Entstehung von Fettsucht, die Entwicklung von Diabetes Typ 1, Parkinson, Autismus, Angststörungen und Darmkrebs.“ Auch Depressionen werden dem Ungleichgewicht des Mikrobioms zugerechnet. An seinem Einfluss auf die Entstehung von Demenz wird noch geforscht. Die ersten Entdeckungen über diese Zusammenhänge machten Wissenschaftler vor knapp zehn Jahren. „Wir sind lange noch nicht am Ende dessen, was wir wissen werden“, erklärt Birkner. „Mit den heutigen Superrechnern aber kann man jetzt das Mikrobiom entschlüsseln, seine Einzelteile kategorisieren, klassifizieren und über Abspaltungstechniken auch identifizieren.“

Das intestinale Mikrobiom, auch Bauchhirn genannt, besteht aus den Bakterien, Einzellern und Pilzen, die in uns leben. Und der Hauptteil davon sitzt im Dickdarm. „Das Darm-Mikrobiom ist zurzeit ein zentrales Forschungsobjekt“, sagt Birkner. „Was wir derzeit am besten untersuchen können, ist der bakterielle Anteil. Was die Pilze und Viren zum Beispiel im Einzelnen bedeuten, wissen wir noch nicht genau.“ Fakt aber ist, dass jeder Mensch eine individuelle Mischung dieser Bakterien, Pilze und Einzeller in sich trägt. Und: Je vielfältiger diese angelegt ist, desto besser geht es uns, physisch und psychisch. Der gesunde Mensch ist also eine Art Megacity mit multikulturellen Bewohnern. Fehlen aber gewisse Spezies oder sind sie nicht ganz gesund, reagiert er mit Magenkrämpfen oder mentalen Problemen wie Leistungsabfall und Stress. Das Mikrobiom – unser Stimmungsmacher.

Angelegt wird die Zusammensetzung des Mikrobioms bereits im Mutterleib. Tragende Rollen für eine mangelnde Vielfalt spielen Stress während der Schwangerschaft und der Geburtsvorgang: Ist der natürlich, hat das Neugeborene also Kontakt mit dem Mikrobiom-Cocktail der Mutter, ist eine gesunde Diversität angelegt, der Rest der wertvollen Materie wird in den ersten Lebensjahren weiter aufgebaut. Wie maßgebend für die Gesundheit ein früher Aufbau ist, zeigen Studien des irischen Neurowissenschaftlers John Cryan: Er fand heraus, dass das Risiko für immunbedingte Erkrankungen wie Allergien und Diabetes Typ 1 unter Kaiserschnittbabys erhöht ist. „Was die Ausgewogenheit des Mikrobioms am meisten stört, ist die Einnahme von Antibiotika, die für einen radikalen Kahlschlag unter den Darmbakterien sorgen“, so Birkner. Antibiotika eliminieren nicht nur die krank machenden Übeltäter. Sie attackieren auch jene Bakterien, die Bausteine für die Neurotransmitter Dopamin (dient der Antriebssteigerung), Serotonin (das Glückshormon) und GABA (Gamma-Aminobuttersäure, der Neurotransmitter für unter anderem besseren Schlaf) sind. Werden sie beschädigt oder minimiert, schlafen wir schlecht, verhalten uns unsozial und sind antriebslos. Fazit: Unsere Performance leidet. Forscher in den USA untersuchten das Verhalten von keimfrei aufgezogenen Mäusen, die in steriler Umgebung gar kein Mikrobiom aufbauen konnten und ein seltsames soziales Verhalten zeigten: Sie interagierten nicht mehr mit ihren Artgenossen. Die Wissenschaftler hoffen, so neue Erkenntnisse für die Behandlung von Krankheitsbildern des Sozialverhaltens wie Autismus und Angststörungen zu erlangen. „Das sind Forschungen, an denen wir noch arbeiten müssen“, so Birkner.

Wichtiger Faktor für den Erhalt der Vielfalt im Mikrobiom ist neben der Einnahme von Probiotika nach einer Antibiotikatherapie das Thema Ernährung. Gastroenterologe Emeran Mayer beschreibt 2016 in seinem Bestseller „Das zweite Gehirn“ die Ernährungsweise der Yanomami. Der indigene Volksstamm im Amazonasgebiet isst Pflanzen und alles, was er jagt und fischt. Untersuchungen ergaben, dass die Stammesmitglieder eine optimal ausgewogene Darmflora hatten und friedlich koexistierten. Also zurück in die Steinzeit? „Verändern kann man sein Mikrobiom nicht“, sagt Birkner. „Man kann es aber über eine vernünftige Ernährung mit ungesättigten Fettsäuren, Gemüse, Fisch und Ballaststoffen erhalten. Und in extremen Fällen über eine fäkale Transplantation neu aufbauen.“ Für ein besseres zweites Ich.

# GEHIRN



Festmahl  
für  
Body &  
Brain

*Gemüse, Obst, Nüsse und ungesättigte Fettsäuren sorgen für gute Stimmung im Darm und im Gehirn*

## DAS MAG DER DARM

1 LEINSAMEN



2 KOMBUCHA



3 AVOCADO



4 KIMCHI



5 WALDBEEREN



6 TOPINAMBUR



7 ZWIEBELN 8 PELLKARTOFFELN



## DAS SCHMECKT DEM GEHIRN

1 ALGENÖL



2 BANANEN



3 BROKKOLI



4 QUARK



5 BRUNNENKRESSE



6 HÜHNEREIER




7 ROTE BETE



8 WALNÜSSE



„Für ein gesundes Mikrobiom sind bestimmte Lebensmittel entscheidend. Noch wichtiger aber ist, was die Darmbakterien daraus machen können“, schreibt Spitzenkoch Holger Stromberg in seinem neuen Buch „Essen ändert alles“ (Südwest Verlag, 20 Euro). **1. Leinsamen:** fördern die Darmbewegung. **2. Kombucha:** Der Tee aus einem Pilz hat eine antibakterielle Wirkung. **3. Avocado:** Ihre pflanzlichen Fette regulieren die Verdauung. **4. Kimchi:** Alles, was fermentiert ist, verdrängt krank machende Bakterien. **5. Beeren:** Besonders die dunklen enthalten zellschützende Antioxidantien. **6. Topinambur:** Die Knolle enthält Insulin, das den Blutzucker reguliert. **7. Zwiebelgewächse:** Ihre Sulfide wirken schützend, ihre Ballaststoffe versorgen die guten Darmbakterien. **8. Pellkartoffeln:** werden zu u.a. Buttersäure verstoffwechselt – reine Energie für die Darmzellen.

„Eine Studie in den USA wies nach, dass viele Gehirnregionen bei Menschen, die sich an eine Kost mit viel Obst, Gemüse und ungesättigten Fettsäuren halten, ein größeres Volumen aufwiesen“, schreibt der Gastroenterologe Emeric Mayer in seinem Buch „Das zweite Gehirn“ (Riva Verlag, 19,99 Euro). **1. Algenöl:** Hoher Anteil an Omega-3-Fettsäuren hellt die Stimmung auf. **2. Bananen:** liefern Energie mit Kalium und Phosphor. **3. Brokkoli:** Vitamin K, Lutein und Betacarotin halten das Gehirn fit. **4. Quark:** Alpha-Linolensäure fördert die Entwicklung von Gehirn und Nervensystem. **5. Brunnenkresse:** Vitamin K beugt Zellschäden vor. **6. Eier:** Das B-Vitamin Cholin wirkt positiv bei Konzentrationsschwäche. **7. Rote Bete:** stärkt die Blutgefäße und somit die Leistungsfähigkeit des Gehirns. **8. Walnüsse:** hoher Anteil an Polyphenolen, die den Verstand schärfen. 



[SHOP.VOGUE.DE](https://shop.vogue.de)

**VOGUE**  
COLLECTION





### Übernachten

① Das Hotel liegt mitten in der Stadt, zum Flughafen dauert es eine halbe Stunde. Die Zimmer sind dänisch schlicht, aber modern ausgestattet.

**Hotel Danmark**, Vester Voldgade 89, [brochner-hotels.com](http://brochner-hotels.com)



### Essen

② Mitten im Meatpacking District werden fangfrischer Fisch und Meeresfrüchte serviert. Dazu gute Weine – für ein Geschäftsessen in lockerer Atmosphäre mit Abstand die beste Adresse.

**Kødbyens Fiskebar**, Flæsketorvet 100, [fiskebaren.dk](http://fiskebaren.dk)

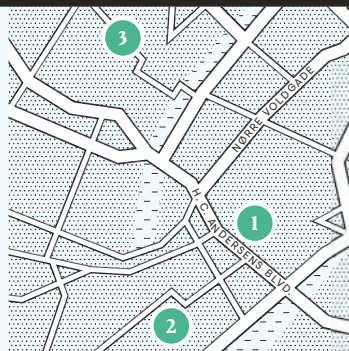
# Ein Meeting in Kopenhagen



### Afterwork

③ Der kleine Laden ist beliebter Hang-out von Locals. Am Tresen genießt man in coolem Ambiente ein Glas Bio-Wein (zu einem fairen Preis!).

**Pompette**, Møllegade 3, [pompette.dk](http://pompette.dk)



### Mitbringen

Das dänische Label Fuhrhide steht mit seinen puristischen Designs beispielhaft für das nordische Understatement. Also: vor Ort shoppen.

**Fuhrhide**, Akten- und Laptoptasche „Atlanta“, 320€, [fuhrhide.com](http://fuhrhide.com)

### Einpacken

Kopenhagens Männer mögen es Modern Casual. In den Koffer kommen deshalb eine Anzughose, ein T-Shirt und statt Sakko eine Jacke im Worker-Stil.

**Samsøe & Samsøe**, Blaue Jacke, 249€



### Unser Kopenhagen-Experte

Der Fashion-Spezialist zählt zum festen Kern der Modeszene der dänischen Hauptstadt. In seinem aktuellen Job kümmert er sich um die Kommunikation und Branding-Aktivitäten bei einem Label für Frauenmode. Wie die meisten Kopenhagener legt er großen Wert auf gutes, schlichtes Design.

—Christian Hansen, COMMUNICATIONS DIRECTOR BEI BAUM UND PFERDGARTEN

**GQ**

# JETZT GQ TESTEN UND GESCHENK SICHERN!



## IHRE VORTEILE

- 3 Ausgaben GQ testen für nur 10,80 € und 35% sparen
- Wöchentlicher Online-Newsletter
- Versandkostenfreie Lieferung

**UNSER  
TIPP**



## DOLI TRINKFLASCHE

Die Doli Trinkflasche aus Glas ist ein perfekter Begleiter. Mit Doli braucht man nie wieder Plastikflaschen und man schont die Umwelt.

- 100% frei von Giftstoffen und BPA
- Spülmaschinengeeignet inkl. Hülle & Deckel
- Hochwertiger Schutz durch Silikonhülle
- Für kalte & warme kohlenstofffreie Getränke

Ohne Zuzahlung.

**HIER GEHT'S  
ZUM SHOP**

# JETZT BESTELLEN!

**ABO.GQ-MAGAZIN.DE/DOLI & 0781.639.4507**



# SECONDHAND WIRD ERSTE WAHL

Trödeladen war gestern: Der Wiederverkauf von Fashion im Netz boomt. Ein Report über Geben und Nehmen

TEXT ZORNITZA KRATCHMAROVA



**D**ie Secondhand-Wirtschaft, einst ein Nischenmarkt für Vintage-Fans, hat endgültig den Mainstream erobert. Das Ergebnis: die Entstehung eines neuartigen Ökosystems im Einzelhandel, das den Bedarf an nachhaltigen Gütern in Form einer Kreislaufwirtschaft decken soll.

Ganz gleich, ob man es „Fashion-Detox“ nennt oder einfach „Ausmisten“ – der Trend geht hin zur Reduktion. In unserer Ära des Hyperkonsumismus existiert das reelle Risiko, der „Tyrannei des Überangebots“ zum Opfer zu fallen. So jedenfalls drückt es Benjamin Voyer aus, Verhaltensforscher und Professor am Institut für Entrepreneurship der ESCP Europe Business School in Paris. „Es gibt eine ideale Anzahl an Wahlmöglichkeiten. Alles, was darüber hinausgeht, bereitet dem Konsumenten Probleme bei der Entscheidungsfindung – und macht ihn letztlich unzufriedener“, sagt er.

Und so ist das Konzept, Luxusgüter weiterzuverkaufen, um den eigenen Besitz zu reduzieren, innerhalb weniger Jahre vom beinahe Undenkbaren zur Selbstverständlichkeit geworden. Entsprechend kommt und kam es auch zu einer starken Zunahme der Secondhand-Käufe.

Die Zahlen sprechen für sich: thredUp, ein kalifornischer Onlinehändler für Secondhand-Mode, unterstrich in seinem Geschäftsbericht für das Jahr 2019, dass der Gebrauchtmärkte in den Vereinigten Staaten innerhalb der vergangenen drei Jahre um ein 21-Faches schneller gewachsen ist als der traditionelle Einzelhandel. Schätzungen zufolge wird der Secondhand-Markt im Jahr 2023 etwa 51 Milliarden US-Dollar wert sein – zum Vergleich: Ende 2018 waren es noch 24 Milliarden US-Dollar. Aber aus Sicht von Neil Saunders, verantwortlich für die Marktanalyse bei der Erstellung des Jahresberichts von thredUp, stehen wir noch ganz am Anfang. „Verglichen mit der übrigen Textilindustrie war das Wachstum im Secondhand-Sektor phänomenal, und wir erwarten, dass sich dieses starke Wachstum weiterhin hält“, sagt Saunders. James Reinhart, Mitgründer und CEO von thredUp, ist derselben Meinung. „In den vergangenen

Jahren wurde das Wachstum im Gebrauchtwarenssektor noch von den Early Adoptern angetrieben (denselben übrigens, die beispielsweise auch zu den ersten Airbnb-Nutzern zählten). Doch inzwischen tasten sich auch die ersten ehemaligen Skeptiker an die Sache heran, und auf Plattformen wie unserer tummeln sich scharenweise Kunden, die zum ersten Mal Erfahrungen mit Secondhand-Ware machen.“

Aber Fashion-Detox ist nur die eine Seite der Medaille.

Secondhand-Käufe stehen auch im Zeichen vieler weiterer wichtiger Trends, die die Modewelt derzeit beeinflussen: Kreislaufwirtschaft, Gemeinschaftsgefühl, Wiederverwertung, Nachhaltigkeit, niedrige Preise, Social Media, gegenseitiges Geben und Nehmen, Leihen vs. Kaufen und so weiter. Das wirklich Interessante am Secondhand-Phänomen aber ist, dass es alle Altersgruppen und Budgets betrifft. Auf die Babyboomer (56–65+ Jahre) fällt ein beeindruckender Anteil von 31 Prozent am Gebrauchtmärkte, knapp übertroffen nur von den Millennials (25–37 Jahre), die auf 33 Prozent kommen. Die Generation X (38–55 Jahre) dagegen liegt mit 20 Prozent weit dahinter. Schlusslicht bildet die Generation Z der 18- bis 24-Jährigen mit nur 16 Prozent Marktanteil. Aber das Bild befindet sich bereits im Wandel. Im Jahr 2019 haben 46 Prozent der Generation Z mindestens einen Secondhand-Kauf getätigt. „Es ist keine große Überraschung“, sagt James Reinhart, „dass die jüngeren Generationen in diesem Wandel eine führende Rolle spielen: Millennials und Generation Z adaptieren den Secondhand-Markt zweieinhalbmal schneller als andere Altersgruppen.“

Was die Kaufkraft betrifft: Menschen aller Einkommensverhältnisse kaufen Gebrauchtes. Wenn überhaupt, sind es die Luxuskäufer, die eine dominante Rolle spielen. Auch hier hat thredUp Zahlen erhoben: 26 Prozent der Personen, die Marken wie Gucci, Chanel und Prada kaufen, erwerben auch verhältnismäßig regelmäßig Secondhand-Ware. Dagegen gaben nur 22 Prozent der Kunden von Ketten im günstigen Preissegment wie beispielsweise Walmart, Target oder Old Navy an, auch gebrauchte Kleidung zu kaufen. In der Mitte liegt die Zielgruppe von Kaufhausketten im mittleren Preissegment: 25 Prozent der Kunden von Nordstrom, Macy's und Bloomingdales kaufen auch Secondhand-Ware. Apropos Kaufhausketten: Die Marktanalyse

## Die Brands mit dem besten Resale-Wert

*Verknappung und hohe Qualität treiben den Preis in die Höhe*

### LUXUSMARKEN

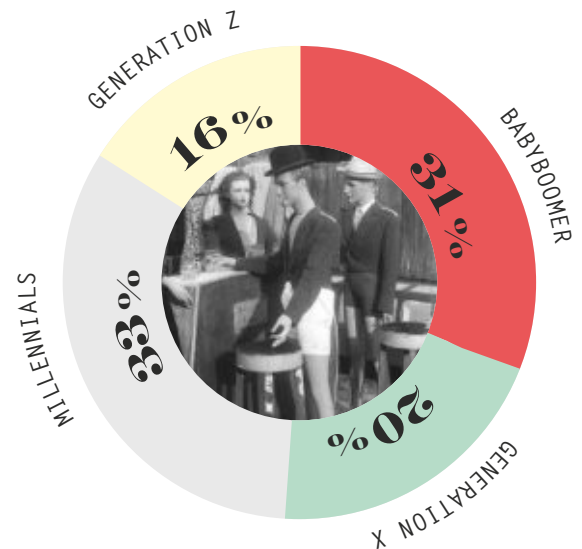
- 1) Burberry
- 2) Alexander McQueen
- 3) Versace
- 4) Tom Ford
- 5) Louis Vuitton

### BESTSELLER

- 1) Frye
- 2) Kate Spade
- 3) Tory Burch
- 4) Burberry
- 5) Ugg

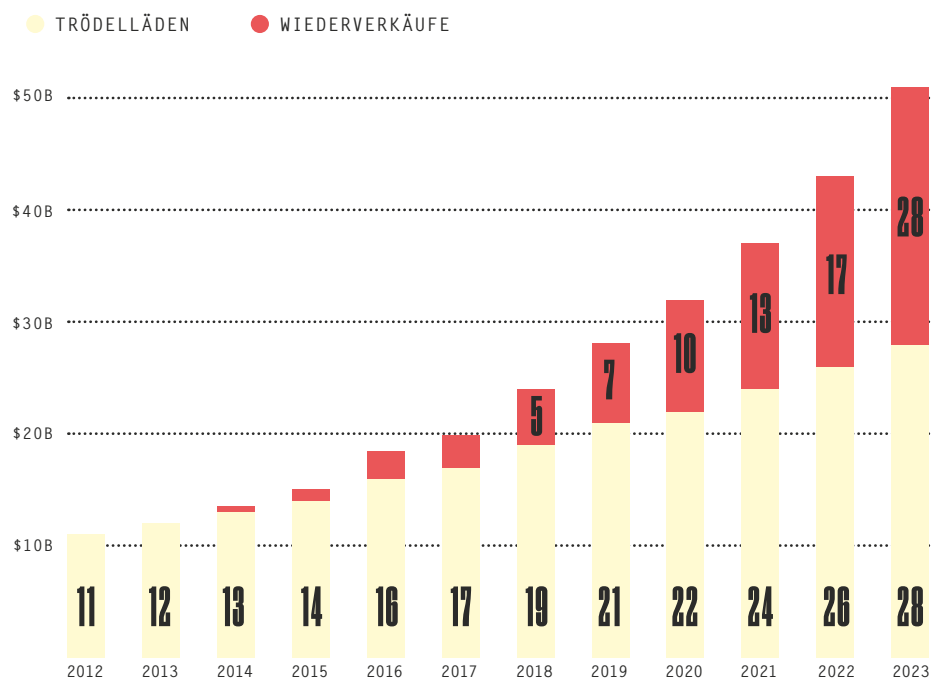
## Wer kauft Secondhand?

*Babyboomer und Millennials greifen am häufigsten zu gebrauchten Waren*



## Entwicklung von 2012 bis 2023

*Bis 2023 wird sich der Secondhand-Handel in den USA vervielfachen*



QUELLE: thredup.com/resale



von threadUp sagt ihnen keine sonderlich rosige Zukunft voraus. Die Studie prognostiziert, dass sie bis 2028 bis zu 50 Prozent ihres Marktanteils verlieren werden, der damit auf rund neun Prozent der Gesamtkäufe sinken könnte – verglichen damit waren es Ende 2018 laut Studie noch 14 Prozent. Der Verlust wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst, darunter auch vom Boom des Secondhand-Geschäfts. Erika Andreetta, Partnerin in der Unternehmensberatung PwC und Leiterin der dortigen Abteilung für Einzelhandels- und Konsumentenberatung mit Fokus auf Luxusgüter, sagt: „Die Welt hat sich innerhalb weniger Jahre verändert, und nichts wird mehr so sein wie früher.“

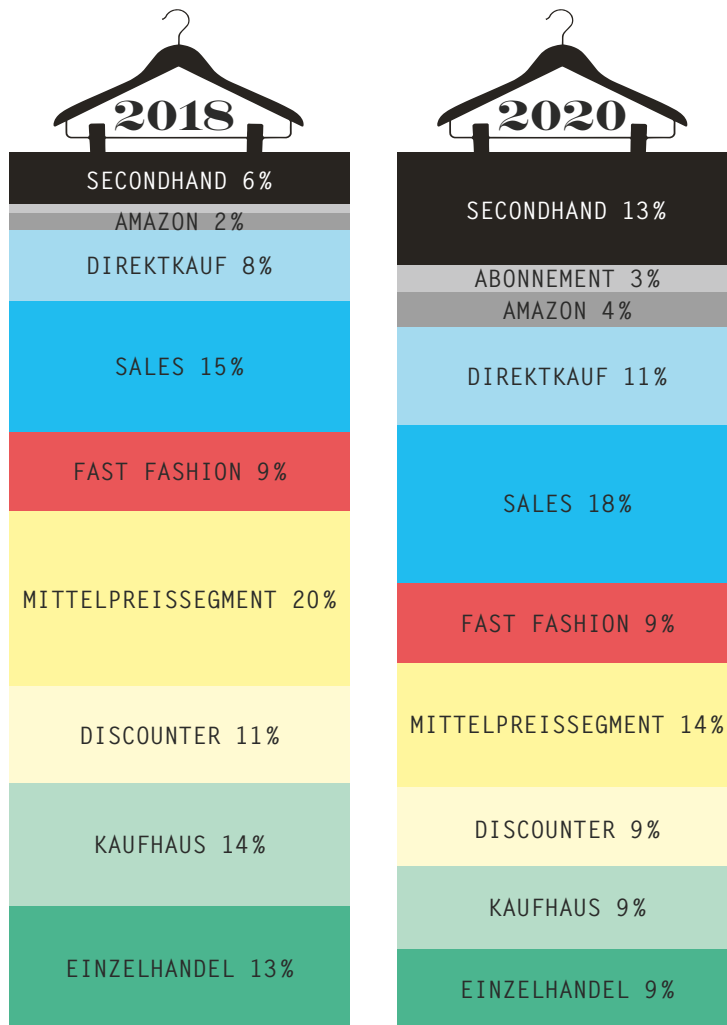
Das gilt auch für den Inhalt unserer Kleiderschränke. Sollten sich thredUps Prognosen

bewahrheiten, werden wir 2033 ein Drittel der Kleidungsstücke in unseren Schränken gebraucht gekauft haben. Zur Veranschaulichung: 2008 waren nicht einmal drei Prozent unserer Kleidungsstücke gebraucht, und bei der Secondhand-Kleidung, die wir besaßen, handelte es sich größtenteils um abgelegte Stücke unserer Eltern und Großeltern. Da erwartet wird, dass die Secondhand-Wirtschaft in den kommenden zehn Jahren gewaltigen Zuwachs erfahren wird, dürfte thredUps Prognose nicht allzu weit von der Realität entfernt sein. Andreetta von PwC merkt dazu an: „Secondhand darf allerdings nicht mit Vintage verwechselt werden. Denn das meiste, was heutzutage gebraucht angeboten wird, ist aktuelle Fashion. Zum Teil handelt es sich um die neusten ‚Hits‘, die für Vielkäufer und Trend-

jäger bereits wieder ausgedient haben.“ Ihre Worte spiegeln sich auch in den Zahlen wider, denn in den vergangenen Jahren hat die Häufigkeit, mit der ein Kleidungsstück im Durchschnitt getragen wird, stark abgenommen. Schätzungen zufolge sind viele unserer Kleidungsstücke nur drei Jahre alt oder jünger. Und das hat positive Auswirkungen auf ihren Reiz als Secondhand-Ware.

„Der Wiederverkauf von Kleidung bietet den Fun-Faktor des ständig Neuen, wie ihn die Fast-Fashion-Bewegung möglich gemacht hat, aber ohne Schuldgefühle und Verschwendung“, sagt Elizabeth L. Cline, Autorin von „The Conscious Closet“. „Der Wiederverkauf verschiebt unsere Vorlieben von Wegwerf-Fashion hin zu qualitativ hochwertigerer Mode und ist damit ein Segen für unseren persönlichen Stil und den Planeten.“ Neil Saunders von thredUp sieht das genauso: „Er ist ein Markt, der dem Bedürfnis der Kunden nach Vielfalt, Hochwertigkeit und Nachhaltigkeit besser gerecht wird.“

Die Zukunft im Kleiderschrank  
Kaufhäuser und Einzelhändler im Mittelpreissegment sind die größten Verlierer



### Die besten Secondhand-Onlineshops für Luxusmode

[vestiairecollective.com](https://vestiairecollective.com)  
Vintage de luxe  
Spezialist für Luxusmarken. Hier verkaufen Fashion-Liebhaber ihre abgelegten Designerstücke von Saint Laurent über Balenciaga bis Off-White. Viele der Produkte stammen aus aktuellen Kollektionen, und jeder Artikel ist sorgfältig auf Echtheit und Qualität geprüft.

[rebelle.com](https://rebelle.com)  
Von allem etwas  
Wer ausgefallene Uhren sucht, wird hier fündig. Ansonsten geht das Sortiment quer durch alles, was hochwertige Modemarken zu bieten haben. Sind die Produkte neuwertig, wird angezeigt, wie viel man im Gegensatz zum Neupreis spart.

[poshmark.com](https://poshmark.com)  
Der Trendshop  
Gleich auf der ersten Seite erfährt man, was gerade Trend ist und welche Kollektionen besonders begehrt sind. Poshmark hat sich auf den Verkauf von Items bekannter Modestylisten spezialisiert, die gerne auch professionelle Stylingtipps geben.

[tradesy.com](https://tradesy.com)  
The Bling Ring  
Neben Sonnenbrillen von Prada und Gucci und Sneakers von Versace gibt es hier mit Diamanten besetzte Ringe. Pre-loved Eheringe in Gold und Platin stehen auch auf der Seite.

## Wachmacher

① Der beste Espresso Mailands und ein Cornetto dazu – serviert von Baristi in weißen Tuxedos. In Italien bestellt, trinkt, isst und bezahlt man stehend an der Bar.

**Pasticceria Marchesi**, Via Santa Maria alla Porta 11/a, [pasticceriamarchesi.com](http://pasticceriamarchesi.com)



# Ein Meeting in Mailand



## Unser Mailand-Experte

Wir haben Mailands Marketing-Guru Filippo um Orientierungshilfe für einen Geschäftstermin in der italienischen Modemetropole gebeten. Als Managing Director einer der größten Event-Agenturen

für die Luxus-Industrie weiß er immer, welche Läden in der Stadt gerade angesagt sind und wie man mit Stil punktet.

—Filippo Richeri Vivaldi Pasqua, GRÜNDER DER FSB GROUP

## Nie ohne

...eine Sonnenbrille! Wird am Tag und manchmal auch in der Nacht getragen.

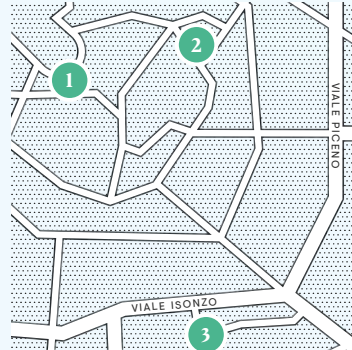
**L.G.R., Sonnenbrille, handgemacht in Italien**, über [misterspex.de](http://misterspex.de), 285€



## Lunch-Date

② In einem verglasten Wintergarten sitzt man zwischen exotischen Pflanzen, das sorgt für Urlaubs-Feeling zwischen zwei Meetings. Top: der superschnelle Service.

**LùBar**, Via Palestro 16, [lubar.it](http://lubar.it)



## Dresscode

Schmal! Und zwar alles, vom Sakko über die Hemden bis zu den Hosen. Bei Schuhen auf hochwertige Modelle setzen, wie zum Beispiel handgefertigte Tassel-Loafer. **CB Made in Italy, Loafer**, 475€

## Zeit

### Überbrücken

③ Termin verschoben? Dann ist ein Besuch im Museum Fondazione Prada eine gute Idee. Sieht nicht nur von außen spektakulär aus, sondern bietet auch immer die besten Ausstellungen der Stadt.

**Fondazione Prada**, Largo Isarco 2, [fondazioneprada.org](http://fondazioneprada.org)







# **GQ GENTLEMAN 2020**

**Sind Sie der  
GQ Gentleman  
2020?**





**JETZT HIER  
BEWERBEN!**

[gq.de/  
gentleman2020](http://gq.de/gentleman2020)

# Als GQ Gentleman werden Sie

... ein Jahr lang das Gesicht von GQ sein  
... an exklusiven GQ-Veranstaltungen teilnehmen  
... für Modestrecken in GQ modeln



**W**er ein Gespür für Trends plus Leidenschaft für Stil und Qualität besitzt, wer lässig-elegantes Auftreten, Charisma und Selbstbewusstsein vereint, der ist ein wahrer Gentleman. Trifft das auf Sie zu? Dann wollen wir Sie kennenlernen!

OFFIZIELLE PARTNER

**CASINO  
BADEN-BADEN**

**GANT**

**HanseMerkur**

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON

**ROOMERS**

[GQ.de/gentleman](http://GQ.de/gentleman)



TEXT NICK DUERDEN

DAS

GURU

GESCHÄFT

ILLUSTRATIONEN SEÑOR SALME

Sie versprechen uns ein stressfreies, besseres, gesünderes Leben:  
Die Branche der Lifestyle-Coaches boomt. Doch wie funktioniert das  
Meditations-Business? Und was bringt es uns wirklich?







**Vor einigen Jahren** hatte ich eine etwas schwierige Lebensphase – und so kam es, dass ich mich an einem strahlendkalten Samstagnachmittag in einem Raum im Londoner Osten wiederfand, wo ich mit geschlossenen Augen meinen Gefühlen im freien Tanz Ausdruck verlieh, umgeben von einem Haufen Fremder, die es mir gleichtaten. Ich sollte anmerken, dass ich normalerweise im Sitzen Musik höre und so gut wie nie vor anderen Leuten tanze, schon gar nicht am helllichten Tag. Aber man hatte mir klare Anweisungen gegeben: „Lasst euch einfach treiben“, hatte es geheißt. „Seht selbst, wo es euch hinführt.“

Es war wirklich bedauerlich, dass ich irgendwann die Frau neben mir anrempelte und sie sich den Fuß verstauchte, weil die Tanzerei eigentlich der befreiende Abschluss eines überraschend interessanten Tages in einem Seminar über alternative Therapieformen hätte sein sollen. Ein bisschen Buddhismus war dabei gewesen, etwas Meditation, eine Prise Psychologie. Die Grundidee dahinter: All diese Fähigkeiten können uns nützlich sein, um ein besseres, gesünderes Leben zu führen.

Wir waren etwa 50 Teilnehmer, eine Mischung aus Männern und Frauen aller Hautfarben, vermutlich allesamt Mitglieder der intellektuellen Mittelschicht, Typ „Times“-Leser im Alter zwischen 30 und 60 – die schwierigen Jahre zwischendrin. In Anbetracht der Lasten, die wir alle mit uns herumtrugen, grenzte es an ein Wunder, dass wir überhaupt noch Platz zum Sitzen fanden. Einige hatten psychische Probleme, andere körperliche. Wir waren krank, gestresst, schleppten uns nur noch von Tag zu Tag. Viele hassten ihren Job, manche waren durch eine Scheidung aus dem Tritt geraten. Es gab zwei Schlaganfallpatienten und einen Fall von Multipler Sklerose. Ein Mann im Iggy-Pop-T-Shirt hatte mit heftigen Aggressionsproblemen zu tun. Was uns einte: Wir alle hatten mit Dingen zu kämpfen, für die es keine einfache Lösung gab. Unsere Hausärzte betrachteten uns als Problemfälle. Der Weg zurück – falls es überhaupt einen gab – würde hart und steinig werden, weil es gegen unser Leiden keine Medizin gab.

Wir brauchten Hilfe, und so hatten wir uns in diesem höhlenartigen Raum eingefunden, ein Stockwerk über der Koranschule, und folgten blind den Anweisungen unseres sanftmütigen Lehrers – eines Orakels angeblich, eines modernen Gurus. Einfach weil wir nicht wussten, was wir sonst tun sollten.

Unser Lehrer war kein Arzt, verfügte über keinerlei nennenswerte Qualifikationen. Stattdessen hatte er früher eine leitende Position in einer Werbeagentur gehabt, trug ein Brillengestell mit Zebrastrifen, schob ein Wohlstandsbüchlein vor sich her und war, wie er uns gleich zu Anfang erklärt hatte, im Wesentlichen genauso wie wir, nur eben schon ein bisschen

weiter. Auch er hatte mit gesundheitlichen Problemen zu kämpfen gehabt, die die Schulmedizin nicht lindern konnte. Und schließlich stand er vor der großen Entscheidung: entweder so weiterzumachen, bis nichts mehr von ihm übrig war, oder den Neuanfang zu wagen. Er entschied sich für Zweites. Kündigte, las sich in spirituelle, philosophische und psychologische Themen ein, dann: die große Offenbarung. Wir alle rennen durch die Gegend wie kopflose Hühner, leben in ständiger Sorge und unter Dauerstress, sind dadurch anfällig für Krankheit und seelische Leiden. Wir müssen entspannter werden, lernen loszulassen. Indem er die Disziplinen, mit denen er sich auseinandergesetzt hatte, kombinierte und seine Weisheiten in einen trockenen Humor verpackte, der bei der intellektuellen Mittelschicht gut ankommt, erfand er sich als Lifestyle-Guru neu. Mit beträchtlichem Erfolg in Form von Bestsellern und Seminarangeboten in ganz Europa.

Anfangs beäugte ich ihn skeptisch, weil...naja, weil eigentlich alles gegen ihn sprach. Aber ebenso wie alle anderen, die sich an jenem Tag mit mir in dem Raum befanden, war ich verzweifelt und hing an seinen Lippen. Erst danach, als ich wieder in die echte Welt ausgespuckt wurde, fragte ich mich, ob das da drinnen wirklich ich gewesen war – ein Typ, der auf Befehl alle Hemmungen abgestreift und sich im Gruppen-Ausdruckstanz versucht hatte. Ich kann zu meiner Verteidigung nur vorbringen, dass man die Dinge im Kontext sehen muss und mir das Ganze zum damaligen Zeitpunkt absolut sinnvoll erschien.

**D**AS MODERNE LEBEN, heißt es, konfrontiert uns mit immer größeren Herausforderungen, erzeugt einen Druck, dem wir irgendwann einfach nicht mehr gewachsen sind. Wir schalten kaum mehr ab, sind auf ungesunde Weise mit unserem Beruf verwachsen. Wir achten nicht genug auf uns selbst, und wenn wir ins Stolpern geraten, dann aber richtig. Erst an diesem Punkt – an dem es eigentlich schon zu spät ist – versuchen wir, uns Hilfe zu suchen. Und diese Hilfe finden wir – online, wo faszinierende Ausnahmepersönlichkeiten mit überzeugend glücklichem Lächeln für ihre lebensverändernden Methoden werben, oft mit bemerkenswerten Versprechungen. Einer der selbst ernannten Lifestyle-Coaches, die ich damals kontaktierte, behauptete, er könne mich innerhalb eines Tages in ein besseres Lebensgefühl „hineinreden“, Kosten: etwa 7000 Euro. Ich war zwar verzweifelt, aber ganz sicher nicht blöd.

Trotzdem entwickelte ich eine zunehmende Faszination für diese Leute. Und je mehr ich über sie herausfand, desto weniger von ihnen entpuppten sich als Spinner. Sie waren wirklich wie

---

Schauspieler Hugh Jackman  
absolvierte Krishnajs neuntägiges,  
3500 US-Dollar teures Seminar,  
ebenso wie Modezarin Donna Karan

du und ich, ehemals „normale“ Leute mit „normalen“ Jobs, die ebenfalls irgendwann vor den Trümmern ihres Lebens gestanden hatten. Und sie hatten unterschiedliche Wege gefunden, diese Trümmer wieder zusammenzusetzen – Wege, die nicht aus reinem Eigeninteresse bestanden, da sie nun ja schließlich anderen helfen wollten. Als seien sie eigentlich immer schon eher gute Christen als gnadenlose Anhänger der Konsumgesellschaft gewesen.

Die unerschütterlichen Überzeugungen dieser modernen Gurus wirkten ansteckend. „Wissen Sie, das Wort ‚guru‘ stammt aus dem Sanskrit und bedeutet nichts weiter als ‚Lehrer‘“, erklärte mit jemand namens Krishnaji. Krishnaji weiß das, weil er selbst ein moderner Guru ist, und zwar einer der erfolgreichen. In seinem Heimatland Indien ist er eine Berühmtheit mit zehn Millionen Anhängern. Ähnlich wie Madonna hat der 42-Jährige keinen Nachnamen nötig. Jeder in Indien kennt Krishnaji, den Philosophen und spirituellen Lehrer, der mir mitteilte, er würde nur aus einem Grund existieren: um die Welt zu einem besseren Ort zu machen. Kürzlich errichtete er in seiner Heimatstadt Chennai einen Tempel mit Platz für bis zu 8000 Schüler. Daneben wirkt der Taj Mahal wie ein Geräteschuppen.

Krishnaji ist weltbekannt, zahlreiche Spitzenkräfte und Berühmtheiten aus dem Westen suchten bereits seine Hilfe. Schauspieler Hugh Jackman absolvierte Krishnajis neuntägiges, 3500 US-Dollar teures Seminar, ebenso wie Modezarin Donna Karan und Ari Emanuel, einer der CEOs der Künstleragentur William Morris. Als ich mit Krishnaji telefoniere, erklärt er mir, R'n'B-Star Usher sei kürzlich bereits zum zweiten Mal bei ihm gewesen. „Er hatte seine Ex-Frau und die Kinder dabei“, erzählt er. „Eine entzückende Familie.“

Usher, der Mann, der früher Texte wie „How you workin' your body ooh/You gon' make me/Do it/Do it/To ya“ von sich gab, verkündet nun Lobeshymnen auf Krishnaji: „Wenn man seinen Lehren folgt, kann man lernen, die egozentrische Denkweise abzulegen, die wir für normal halten, und Zugang zum Eins-Sein finden. Es lohnt sich wirklich.“ Leute wie Usher fliegen um die halbe Welt, um sich mit ihm zusammenzusetzen, sagt Krishnaji, „weil sie nirgendwo sonst auf dieser Erde von dem gehört haben, was wir hier lehren“. Der Inhalt dieser Lehre besteht übrigens darin, dass es zwei Zustände gibt, in denen der Mensch leben kann: den Zustand des Leidens und den Zustand der Schönheit. Laut Krishnaji haben wir viel zu lange in ersterem verharret, können mit seiner Hilfe aber in zweiten eintreten, wobei es sich dabei selbstverständlich um den besseren der beiden Zustände handelt.

Als ich ihn frage, woher er das alles denn wisse, erzählt er mir von seinem lebenslangen Studium. Zudem sei sein Vater bereits ein Guru gewesen, einer von denen, die Visionen aus anderen Sphären empfangen: „Eine gigantische, goldene Kugel aus Licht, die ihn dazu bewegte, für die Befreiung der Menschheit zu chanten und zu meditieren“, schreibt Krishnaji in seinem Buch „The Four Sacred Secrets“. Im Alter von elf Jahren habe er die Visionen von seinem Vater geerbt. „Ich habe sie einfach als Teil meines Lebens akzeptiert, als angenehme Erlebnisse.“ Und so verbringt er nun seine Tage damit, gestressten CEOs aus dem Westen, Promis und dem ein oder anderen Spitzenpolitiker beizubringen, wie sie der Wahrheit, die wir alle in uns tragen, am besten näherkommen können. Es sei eine Berufung, erklärt er mir. „Und zwar eine wunderschöne.“



**E**S IST EHER unwahrscheinlich, dass Krishnajis westlichen Pendants ähnliche himmlische Einsichten gewährt wurden, und falls doch, tun sie besser daran, das für sich zu behalten. Denn unsere Gurus sind zwangsläufig wie Chamäleons: Sie leben mitten unter uns. Sie mögen sich mit östlichen Lehren auseinandergesetzt haben, aber nun müssen sie mit einem Publikum arbeiten, das mit einer Mischung aus vernichtendem Skeptizismus und Böhmermanns satirischem Humor groß geworden ist. Es ist wirklich nicht leicht, uns zu erreichen.

Will Williams, kürzlich 40 geworden, hat eine Vorliebe für erweiterte Bewusstseinszustände. In seiner Jugend erreichte er sie durch Alkohol, in seinen Zwanzigern durch Drogen. Wenn er ausging, endete die Nacht oft mit einer Mischung aus Pilzen, starkem Gras und Poppers, „und dann hielt ich mir ein Strobo vor die Nase, weil der Effekt der totale Trip war“. Jetzt bringt er erschöpften Akademikern das Atmen bei und führt ein durch und durch stimulanzenfreies Leben. Bei Meditationen durchlebt er regelmäßig transzendente Zustände. Bei ihm würde das so klingen, als ob es total Spaß mache, sage ich bei unserem Treffen. Wie das denn so sei? Er reißt die Augen auf. „Wow“, lautet seine Antwort.

Williams ist Teil der wachsenden modernen Gattung der Meditationsgurus – in seinem Fall handelt es sich um die vedische Meditation, bei der man zweimal täglich leise 20 Minuten lang ein Mantra wiederholt. So, erklärt er, könne das Gehirn in einen Alphazustand gelangen, in dem sich das Nervensystem beruhigt und wir wieder ins Gleichgewicht kommen. Je häufiger wir praktizieren, desto stärker wird sich unser Leben zum Besseren wenden.

Der indische Guru und Philosoph Krishnaji hat zehn Millionen Anhänger, darunter CEOs, Politiker und Prominente



Ich treffe Williams in seinem Studio am Hoxton Square im Londoner Osten. In den Bücherregalen stapeln sich esoterische und spirituelle Titel, die Küchenschränke vollgestopft mit Pukka-Tee-Packungen. Williams hat ein angenehmes, offenes Gesicht, einen gepflegten kurzen Bart und ein strahlendes Lächeln. Die Uhr an seinem Handgelenk ist teurer als meine. Wie viele Menschen, die häufig meditieren, strahlt er genau die Art von Selbstvertrauen aus, an der es uns Normalmenschen unserer eigenen Meinung nach viel zu häufig fehlt.

Natürlich, sagt Williams, hätte er durch seine Arbeit leicht einer von diesen „spirituellen Flachwichsern“ werden können, aber da er seine Botschaft möglichst effektiv verbreiten wolle, habe er seine Wortwahl angepasst. Wenn er seine Klienten in der Kunst der vedischen Meditation unterweist, würde er zwar durchaus Räucherstäbchen anzünden, sich aber vor allem darauf konzentrieren, wie und warum die Meditation funktioniert und was sie kurz- und langfristig bewirkt. Er nennt Fallstudien. Und er ist witzig. Es ist faszinierend, dabei zuzusehen, wie er seine Geheimnisse an andere Menschen weitergibt: Sie beugen sich unmittelbar nach vorn, als könnten sie seine Weisheiten dadurch schneller aufnehmen. In den Augen einiger Kursteilnehmer leuchtet etwas auf, das mich verdächtig an Bewunderung erinnert.

„Bei dieser Arbeit bekommt man eine Menge Stress und Aggressionen von den Leuten ab“, sagt er, „aber es kommt auch viel Liebe zurück. Das kann schon ein echt irres Gefühl sein.“ Manchmal würde ihn all die Liebe im Raum so stark bewegen, dass er nach der Sitzung Gedichte schreiben müsse, um „alles rauszulassen“.

Vor einigen Jahrzehnten arbeitete Williams noch in der Musikbranche, veranstaltete Clubevents, managte Bands. Er hatte eine unerschütterliche Konstitution, bis er mit Anfang 30 einfach zusammenklappte. Er wurde krank, verlor viel Gewicht. „Ich war immer eher der Kämpfertyp“, sagt er, „und plötzlich kam ich kaum mehr aus dem Bett hoch.“ Es ging ihm schon eine Weile schlecht, als ihm ein Freund vorschlug, es doch mal mit vedischer Meditation zu versuchen, einer nahen Verwandten der transzendentalen Meditation, auf die Filmregisseur David Lynch schwört. „Ich hatte nichts zu verlieren, also probierte ich es einfach aus.“ Zu seiner Verblüffung funktionierte es. Nicht sofort – es war keine Wunderheilung –, aber je länger er sein stilles Mantra intonierte, desto besser fühlte er sich. Seine Symptome gingen zurück. Es haute ihn um, sagt er. „Also wollt ich mehr wissen.“

Er reiste nach Indien, um unter den vedischen Meistern zu lernen, und je tiefer er in die Materie eintauchte, desto deutli-

cher erkannte er, dass unser gesamter Lebensansatz windschief, falsch, einfach daneben sei. Wenn er dieses uralte Wissen mit nach Großbritannien brächte und ansprechend verpackte, könnte er vielleicht einen Beitrag dazu leisten, dass die Welt ein besserer Ort wurde. Kleiner Samen, großer Baum.

Er kündigte seinen Job, gründete Beeja Meditation und erarbeitete sich einen hippen Kundenstamm. Im vergangenen Jahrzehnt hat er sein Unternehmen immer weiter ausgebaut. Das habe allerdings durchaus seinen Preis gehabt. Teilweise, erzählt er mir, habe er bis zu neun Stunden täglich am Computer gesessen („Papierkram“), dazu führe er ein Team von 15 Mitarbeitern und würde jeden Abend selbst geführte Meditationen anbieten. Sein Privatleben würde quasi nicht mehr existieren, von seiner Freundin habe er sich getrennt. Als die Miete für sein Meditationszentrum in der Londoner Innenstadt explodierte, habe er zeitweise ernsthaft in Erwägung gezogen, auf der Straße zu leben, um den Laden halten zu können. „Sicher ist es harte Arbeit, aber: Tief in mir drin ist etwas, das mir sagt, dass ich aus diesem Grund auf der Welt bin. Um zu versuchen, eine Bewusstseinsrevolution auszulösen. Und das ist mir den ganzen Stress wert.“



**E**D HALLIWELL WAR ERST 25, als er in den 1990ern stellvertretender Chefredakteur der „FHM“ wurde, eines britischen Männermagazins. Nach außen hin hatte Halliwell alles,

was man sich wünschen kann. Aber hinter der Fassade brach ihm der Boden unter den Füßen weg: Er stand unter Dauerstrom, klappte immer wieder zusammen. Halliwell tat sein Bestes, um das Ganze zu ignorieren und einfach weiterzumachen, „aber mein Stresslevel wurde irgendwann so gewaltig, dass ich einfach nicht mehr konnte“, sagt er. „Ich versuchte verzweifelt zu verstehen, was da passierte, warum es mir so wahnsinnig schlecht ging.“

Er hegte den tiefen Wunsch, wieder gesund zu werden. Und so schlug er, genauso wie Will Williams, eines Tages einen eher überraschenden Weg ein. 2001, viele Jahre bevor das Thema mainstreamtauglich wurde, entdeckte er die Achtsamkeit für sich. Ein Achtsamkeits-Kurs dauert acht Wochen. Viele finden das Konzept zermürbend, es ist echt nicht jedermanns Sache. „Wenn ich ehrlich bin, fand ich vermutlich genau das so ansprechend. Dass es hart war, sich die Mühe viel-

leicht aber lohnen würde“, sagt Halliwell. Außerdem habe ihm gefallen, dass Achtsamkeit nichts mit Religion und esoterischem Hokus-pokus zu tun hat. Der Ansatz ist wissenschaftlich, er stammt aus der klinischen Psycholo-

Will Williams hat in London Beeja Meditation gegründet – mit dem Ziel, eine bewusste Revolution anzustoßen

## “ Wir bieten einen Businesskurs an, in dem es um Fehler geht. Der ist immer schnell ausgebucht

gie. Halliwell setzte sich gründlich mit dem Thema auseinander und erfand sich schließlich als Achtsamkeits-Coach neu, bot Kurse und Seminare an, schrieb Bücher zum Thema.

Heute ist er 46, verheiratet und zweifacher Vater. Seine Depressionen sind weg. Die „FHM“ sei ein anderes Leben gewesen, sagt er. „Ich kann Ihnen versichern, dass ich damals nichts von alldem kommen sah – aber ich war nicht glücklich. Jetzt bin ich es.“

Sein Fachgebiet Achtsamkeit ist ein hart umkämpfter Markt, die Konkurrenz groß. Während Andy Puddicombes Achtsamkeits-App „Headspace“ zur Weltsensation wurde (ihr Wert wird derzeit auf über 250 Millionen britische Pfund geschätzt), spielt Halliwell nicht in der Meditationsoberliga mit. Wie er mir erklärt, verdient er allein nicht einmal genug, um seine vierköpfige Familie zu ernähren, „aber mir ging es dabei ja auch nie so wirklich ums Geld“. Aber worum dann? Warum kehrt er nicht in den Journalismus zurück? Seine Antwort: „Es war, als hätte ich einen Diamanten gefunden. Es wäre doch merkwürdig, diesen Diamanten irgendwo ins Regal zu legen, anstatt ihn so vielen Leuten wie möglich zu zeigen.“

**E**S GIBT IMMER MEHR Achtsamkeit-Coaches, und sie haben sehr, sehr gut zu tun. Das Geschäft läuft, scheinbar sind viele von uns auf der verzweifelten Suche nach dieser Art von Wissen, die uns so häufig abgeht – eine Leere, wo sich doch eigentlich etwas befinden sollte. Vor zehn Jahren entwickelte der Autor und Philosoph Alain de Botton eine zunehmende Frustration bezüglich der schlechten Vorbereitung aufs Leben, die man uns in unserer Gesellschaft zukommen lässt. In der Schule lernen wir, gleichschenklige von gleichseitigen Dreiecken zu unterscheiden und warum Goethes „Faust“ nach wie vor Relevanz besitzt, aber keiner bringt uns bei, mit der komplizierten Angelegenheit namens Existenz umzugehen: Wie sollen wir auf die kleinen Launen unseres wandelbaren Herzens reagieren? Was tun, wenn wir dabei ab und an falsch abbiegen? Also gründete er die School of Life, einen Ort, an dem er Philosophen und Psychologen, große Denker und Kommunikationsexperten zusammenbrachte, um verschiedenste Techniken der Selbsterkenntnis zu vermitteln – das „edelste aller Ziele“. Je besser wir uns selbst kennen, so dachte de Botton, desto bessere Lebensentscheidungen treffen wir. Unsere Ehen werden glücklicher, unser Berufsleben erfüllter. Und vielleicht können wir eines Tages sogar in einem Zustand des Seelenfriedens von dieser Welt gehen.

Auch wenn das durchaus noch eine der ansprechenderen utopischen Vorstellungen sein dürfte, war zu befürchten, dass

man unter westlichen Zynikern damit auf Granit beißen würde. Wer würde sich denn bitte schön freiwillig an einem verregneten Dienstagabend in einem stickigen Kellerraum in London einfinden, um gemeinsam mit dem größten Übel überhaupt – anderen Menschen – irgendwelchen dahergelaufenen Schlaubergern zuzuhören, die über Resilienz und innere Ruhe schwadronierten?

Nun, wie sich herausstellte, hatte de Botton den richtigen Riecher gehabt: Die School of Life war ein Erfolg, inzwischen bietet sie zu einem Durchschnittspreis von 65 Euro wöchentliche Kurse an, in denen die Teilnehmer ihre sozialen und emotionalen Fähigkeiten stärken, um sich in Privat- und Berufsleben besser zurechtzufinden. Die Initiative existiert inzwischen weltweit, es gibt Ableger in den Niederlanden, der Türkei, Australien und Brasilien. Vielleicht ist es ja tatsächlich so, dass man nie auslernt und das Bedürfnis, sich weiterzuentwickeln, ein Leben lang anhält.

In London treffe ich den Psychologen Maurits Kalf, einen der Lehrer an der School of Life. Wer denn so die Teilnehmer seien? Und warum sie kommen würden? „Ach“, sagt er, „alle möglichen Leute. Sie kommen, wenn sich ihr Leben am Scheideweg befindet oder weil sie einfach mal reflektieren müssen, sich ein bisschen festgefahren haben oder das Gefühl haben, zielloos durch die Gegend zu treiben.“

Also doch nur die gute alte Existenzkrise. An der ist ja nun wirklich nichts Neues, sie plagt uns schon seit Anbeginn der Menschheit, nur dass wir sie früher stillschweigend und im Geheimen durchlitten haben. Und, wie Kalf anmerkt, erfolglos. Besonders Männer hätten keine Plattform gehabt, um sich über ihre Gefühle auszutauschen, und würden sich häufig nur widerwillig an Ärzte, geschweige denn Therapeuten wenden. Als die School of Life ins Leben gerufen wurde, gesteht Kalf, „bestand unsere Klientel vornehmlich aus Frauen. Aber inzwischen kommen immer mehr Männer, und sie besuchen nicht nur die Businesskurse – die sehr beliebt sind –, sondern mehr und mehr auch die Kurse rund um emotionalere Themen. Wir bieten ihnen einen sicheren Ort zum Reden – Sie würden staunen, wie sehr sie sich öffnen.“ Unsere kollektive Suche nach Katharsis ist Kalfs Meinung nach hauptsächlich dem Einfluss der Millennials zu verdanken. „Millennials reden gern. Sie wollen, dass das Leben Bedeutung hat, einen Sinn. Und sie sind bereit, nach den richtigen Antworten zu suchen.“

Was mich so fasziniert, sage ich, sei die Tatsache, dass sie das in aller Öffentlichkeit tun, zusammen mit anderen. Dass sie sich in einer Gesellschaft, die immer isolierter und einsamer wird, zusammentun. Kalf nickt. „Ich denke, das sagt uns, dass wir Menschen ein enormes Bedürfnis danach haben, Kontakt zu anderen herzustellen, wenn uns das Leben vor Herausforderungen stellt. In der Vergangenheit hat die Religion da eine große Rolle gespielt – in schweren Zeiten kamen wir in der Kirche zusammen. Aber wir leben in einer zunehmend säkularen Gesellschaft, und die Kirche hat viel von ihrer Anziehungskraft verloren.“ Wo sonst sollten wir uns also hinwenden, fragt er, „wenn wir in eine schwierige Lebensphase geraten? Wir wenden uns an Lehrer, Gurus, Orte wie diesen hier.“ Ich frage ihn nach den beliebtesten Kursen. „Wir bieten einen Businesskurs an, in dem es um Fehler geht“, sagt er. „Der ist immer schnell ausgebucht.“



**F**EHLER – ODER VIELLEICHT eher unsere panische Angst davor, welche zu machen – sind noch so ein Grund, aus dem wir Gurus aufsuchen. Wir wollen Fehler um jeden Preis vermeiden und sind dankbar für jeden noch so kleinen Hinweis, wie uns das gelingen kann.

Es ist Samstagnachmittag, und ich befinde mich in der Abteilung „Lebenshilfe“ einer Buchhandlung, direkt neben „Gesundheit“ und „Kreativität“. Die Regale biegen sich unter dem Gewicht von haufenweise Titeln selbst ernannter Experten, nahezu allesamt Männer, die wertvolle Einsichten in Themen wie den Weg zum inneren Kind oder die Kraft der Gegenwart bieten. Maurits Kalff hat mir erklärt, dass wir solche Titel und die Menschen, die sie verfassen, so anziehend finden, weil wir so leicht auf den falschen Weg geraten und es einfach verlockend ist, anderen Menschen zu folgen, die offenbar über einen besseren angeborenen Orientierungssinn verfügen. Wir machen uns mehr Gedanken über unseren Beruf als je zuvor, sagte er. „Unsere Identität hängt immer mehr an unserer Arbeit, also wollen wir das Beste daraus machen.“

Moderne Lifestyle- und Business-Gurus müssen selbst eine Erfolgsgeschichte hinter sich haben – sie müssen jemand sein, der wir selbst gern wären. Viele von ihnen wirken mit ihren breiten Schultern und markanten Gesichtern fast schon ein wenig wie Karikaturen unserer Vorstellung von Erfolg. Häufig handelt es sich um Amerikaner. Sie sehen aus, als ob sie ins Fitnessstudio gehen und die #metoo-Bewegung mit Argwohn verfolgen. Bei Live-Auftritten – denn wie alle anderen Berater auch wollen sie ihre Thesen unters Volk bringen – benehmen sie sich wie Bruce Springsteen, wenn er „Thunder Road“ performt.

Matthew Syed ist zwar Unternehmensberater, allerdings einer von der ausnehmend zurückhaltenden Sorte. Er sagt, dass er jedem misstraut, der sich selbst so bezeichnet: „Wenn ich das Wort ‚Guru‘ nur höre, wird mir schon unbehaglich.“ Seine Amazon-Seite beschreibt ihn als „einen der einflussreichsten Denker der Welt“, aber wenn man ihn darauf anspricht, wird er rot. „Na ja, ich habe eine Menge Nachforschungen in vielen Bereichen angestellt“, sagt er fast schon entschuldigend.

Wir treffen uns in einem Nebenraum des legendären Restaurants „The Ivy“ im Londoner Westen. Als der 49-Jährige in Anzug, Stiefeln und mit etwas Verspätung eintrifft, wirkt er nervös und entschuldigt sich immer wieder. Insgesamt ist er viel menschlicher, als ich gedacht hätte. „Oh, dabei ist es so wichtig, immer bescheiden zu bleiben“, bemerkt Syed. „Wenn man es – so wie wir alle – mit einer komplexen Welt zu tun hat, ist doch ganz klar, dass niemand alles voll und ganz verstehen kann. Das Einzige, was uns bleibt, sind

Hypothesen, und deswegen müssen wir uns ständig anpassen, wenn wir uns weiterentwickeln wollen. Ich bin ebenso Zuhörer wie Lehrer.“

Wie Syed erklärt, wurde er eher durch Zufall Unternehmensberater. Früher war er Profi-Tischtennispieler und später Kolumnist für die „Times“, bis er sich schließlich an Bücher wagte. Nachdem seine Lebenshilfe-Titel Bestseller wurden, fand er sich plötzlich in der Rolle des Motivationskünstlers für britische Unternehmen wieder. 2010 analysierte er in „Bounce“, wie Supersportler gemacht werden, 2015 lehrte er in „Das Black-Box-Prinzip“, dass wir unsere Fehler begrüßen sollten, weil sie das Einzige sind, aus dem wir wirklich etwas lernen können. Sein neues Buch „Rebel Ideas“ geht davon aus, dass sich Innovationen am Arbeitsplatz nur durchsetzen lassen, wenn wir an unserer Kollektivintelligenz arbeiten. „Klingt langweilig, ist es aber nicht“, sagt er. Als er zu seinen ersten Auftritten eingeladen wurde, erlitt er einen Anfall von Hochstapler-Syndrom: „Ich musste Kurse belegen, um zu lernen, vor Publikum zu reden. Es mangelte mir an dem nötigen Selbstvertrauen.“ Selbst Gurus brauchen Gurus. Und er stürzte sich in seine Recherchen. Der verheiratete zweifache Vater verbrachte Abend um Abend über akademischen Publikationen und YouTube-Vorträgen.

Bewaffnet mit all diesem Wissen besucht er dann die 100 wichtigsten britischen Aktienunternehmen, um ihnen zu helfen, besser und effizienter zu agieren, aus ihren Angestellten bessere Angestellte zu machen und aus ihren Chefs erfolgreichere Chefs. „Am Ende“, sagt er, „mache ich nichts weiter, als Konzepte, die wissenschaftlich bereits umfassend belegt wurden, auf eine Weise zu vermitteln, mit der die Leute etwas anfangen können.“ Er ist davon überzeugt, dass dies der beste Weg ist, uns zu besseren Menschen zu machen: „Indem wir so viele Informationen und so viel Wissen sammeln, wie wir können, um mit einer Welt voller Herausforderungen, die ständigem Wandel unterliegt, Schritt zu halten.“ Und vielleicht ist genau das ja die Wurzel von allem: dass wir als Individuen danach streben, uns kontinuierlich zu verbessern – bei der Arbeit, zu Hause, in unseren Köpfen, im Leben.

Williams, der Guru, der mich zum Tanzen brachte, sagte etwas Ähnliches: „Wir warten auf Wunder, darauf, dass jemand kommt, der unsere Probleme für uns löst. Deswegen gibt es Leute wie mich, die versuchen, andere an dieses Ziel heranzuführen und ihnen das Gefühl zu geben, ihr Leben selbst in der Hand zu haben. Wir alle können unser eigener Herr sein und alles im Leben erreichen, was wir wollen. Wir müssen es nur genug wollen.“

Er lächelt. „Na ja, das ist zumindest die Idee dahinter.“ ☺



Matthew Syed ist Bestsellerautor und berät die 100 wichtigsten britischen Aktienunternehmen

## Gelassen im Office

*Was tun, wenn der Stress im Job überhand nimmt? Unsere Expertin, Achtsamkeits-Trainerin Stephanie Schönberger, hat 10 Tipps, wie Sie entspannter durch den Alltag kommen*

### 1 Verpassen Sie sich das richtige Mindset

Nehmen Sie noch vor Arbeitsbeginn eine innere Haltung ein. Wie möchten Sie durch den Arbeitsalltag gehen? Gelassen? Entspannt? Souverän? Freundlich? Weiß man, was man will, bemerkt man leichter, dass man vom Ziel abkommt, und findet den Weg auch in schwierigerem Gelände schneller zurück.

### 2 Werden Sie sich Ihrer Gefühle bewusst

Machen Sie sich, wenn die Stimmung angespannt ist, bewusst, wie es Ihnen gerade geht, dass Sie eventuell kurz davor sind, impulsiv und gereizt zu reagieren. Sagen Sie sich mental, was Sie jetzt wahrnehmen. Zum Beispiel: „Ich bin wütend.“ Oder: „Ich fühle mich überfordert.“ Oder: „Ich fühle mich hilflos.“ Durch das Benennen des Ist-Zustandes erkennen Sie (an), was gerade los ist, und schaffen sich gleichzeitig Raum für eine überlegtere Reaktion auf die jeweilige Situation.

### 3 Atmen Sie kurz durch

Atmen Sie ruhig ein und langsam aus. Sagen Sie sich

bei jeder Ausatmung innerlich: „Ich bleibe ruhig.“ Mindestens zehnmal wiederholen. Ein bewusstes Ein- und Ausatmen beruhigt das Nervensystem. Eine damit verbundene Intention verstärkt das Vorhaben.

### 4 Erinnern Sie sich an gemeisterte Situationen

Holen Sie sich herausfordernde Momente und Situationen ins Gedächtnis, in denen Sie souverän und gelassen reagiert haben. Das erinnert Sie daran, dass Sie es draufhaben, der Spielmacher zu sein.

### 5 Nehmen Sie eine andere Sichtweise ein

Machen Sie sich bewusst, dass sich alle Lebewesen tatsächlich einfach nur gut fühlen möchten. Und dafür leider manchmal zu fragwürdigen Methoden greifen. Der tyrannische Vorgesetzte genauso wie der nervige Kollege – und Sie selbst. Das kann helfen, Verständnis für die anstrengenden Mitmenschen zu entwickeln – statt Rachegeanken und Wut.

### 6 Machen Sie sich schöne Gedanken

Denken Sie an etwas, was Ihnen Freude macht. Eine schöne Urlaubserinnerung, einen Menschen, ein Tier, ein Hobby. Das beruhigt ihre Gedanken und Emotionen und schenkt Glücksgefühle. Ein zufriedener, glücklicher Mensch handelt weniger aggressiv-impulsiv als ein gereizter.

### 7 Belasten Sie sich nicht mit Problemen anderer

„Dein Zirkus, dein Affe“, lautet ein Sprichwort. Was damit gemeint ist? Gleichmut bewahren, das Drama von anderen nicht zum eigenen machen. Wenn sich die Vorgesetzten, die Kollegen oder andere Mitmenschen unerklärlich verhalten, sollte man sich immer fragen, was der eigene Anteil an der Situation ist. Seinen eigenen Part kann man klären, beispielsweise durch eine ehrlich gemeinte Entschuldigung. Alles andere ist nicht Ihr Problem. Sondern der Affe im Zirkus der anderen. Sie haben mit Ihrem eigenen Zirkus genug zu tun.

### 8 Verletzen Sie niemanden

Versuchen Sie, gewaltfrei zu bleiben – und zwar im Denken, Sprechen und Handeln. Denn jeder Rachegeanke, jedes offen oder unterschwellige gemeine Wort, jede kleine Schikane mag vielleicht kurzfristig befriedigend sein, langfristig verletzen Sie sich damit aber nur selbst.

### 9 Verlassen Sie kurz den Raum

Wenn gar nichts hilft: Verlassen Sie zur Deeskalation für ein paar Minuten den Raum und gehen die Punkte 1 bis 6 noch mal durch.

### 10 So kommen Sie zu Hause runter

Nehmen Sie eine bequeme Sitzhaltung ein. Bewegen Sie fünf Minuten keinen Muskel und schlucken Sie nicht. Dadurch lösen Sie sich von allen Büro- und Alltagsgedanken und erhalten einen Energie-Boost.  
—Stephanie Schönberger







ILLUSTRATIONEN  
MATTEO  
BERTON

R

E

I

TEXT  
CHRISTOPH  
EISENSCHINK

Wie Natur, Architektur und Räume unser  
Denken und unser Gehirn beeinflussen – und wie  
wir uns das zunutze machen können

R

A

U

M





**Kennen Sie das?** Sie sitzen im Büro, starren auf den Bildschirm Ihres Computers und können keinen klaren Gedanken fassen. Dann gehen Sie, sagen wir, in die Kaffeeküche. Und plötzlich kommt die zündende Idee. Vielleicht ist es auch Ihre Gewohnheit, während eines psychischen Tiefs in einem Park oder durch den Wald spazieren zu gehen – und danach fühlen Sie sich kreativ beflügelt und mental runderneuert. Solche oder zumindest ähnliche Alltagssituationen kennen wohl die meisten von uns, aber die wenigsten wissen, dass die Umgebung und die Räume, in denen wir uns bewegen, konkrete Auswirkungen auf unser Gehirn und unser Denken haben.

„Räume setzen einen Grundrahmen dafür, welche Gedanken gerade wichtig sind und welche nicht“, sagt der Biochemiker und Neurowissenschaftler Henning Beck. „Menschen sind in unterschiedlichen Räumen unterschiedlich konzentriert, unterschiedlich kreativ und unterschiedlich kommunikativ.“ Man könne den Automatismus, der in bestimmten Umgebungen unbewusst im Gehirn abläuft, zwar nicht steuern, aber bestimmte Orte aufsuchen, um eine gewisse Art des Denkens zu begünstigen. Diese Forschung ist auch für Unternehmen wertvoll, indem sie deren Erkenntnisse für die Planung von Büroflächen nutzen und Mitarbeitern dadurch ein produktiveres und kreativeres Arbeiten ermöglichen.

## ◀ Grüne Natur

Eine natürliche Umgebung lässt uns Stress besser verarbeiten, verhindert negatives Grübeln und kann dadurch Depressionen vorbeugen. Neben den positiven Effekten auf die psychische Gesundheit führt ein Spaziergang im Wald außerdem zu offenerem, kreativerem Denken, da Filtermechanismen im Gehirn durchlässiger werden.

## DRAUSSEN DENKEN

Dass ein Spaziergang im Wald das beste Rezept ist, um „den Kopf freizubekommen“, hat sich zu einer Art Volksweisheit entwickelt. Biophilia-Theorien, die davon ausgehen, dass ein Leben in der Natur per se gut für den Menschen ist, weil er aus der Natur kommt, sind ebenfalls populär. Aus wissenschaftlicher Sicht sind solche Theorien Unsinn, da sie zu allgemein und schwammig sind, um falsifiziert werden zu können. Allerdings sprechen mittlerweile wissenschaftliche Fakten dafür, dass sich Aufenthalte in der Natur positiv auf das Gehirn und das Denkvermögen auswirken. „Bei Menschen, die sich in der Natur befinden, also in einer Umgebung, die dazu einlädt, den Blick schweifen zu lassen, verändern sich die Filtermechanismen des Gehirns“, erklärt Beck. „Gerade die vorderen Hirnareale des Kontrollnetzwerks, die viele der Ideen oder Gedankengänge, die das Hirn die ganze Zeit produziert, herausfiltern beziehungsweise blockieren, werden in so einer offenen Umgebung ebenfalls durchlässiger. Menschen haben dadurch kreativere, offener, weitläufigere Gedankengänge.“

Mehr Zeit in der Natur zu verbringen wirkt sich auch positiv auf die geistige Gesundheit aus. Gregory Bratman, ein Forscher für Umweltpsychologie an der Stanford University, konnte in einer Studie nachweisen, dass selbst relativ kurze Spaziergänge in der Natur gegen krankhaftes Grübeln, oftmals ein Vorbote von Depressionen, helfen können. 38 Probanden wurden zuerst gebeten, einen Fragebogen auszufüllen, um ihr gewöhnliches Level an Rumination, wie das ständige Wiederkauen negativer Gedanken in der Fachsprache genannt wird, zu ermitteln. Des Weiteren wurde die Durchblutung des subgenualen präfrontalen Cortex gemessen, denn diese Region ist bei der Rumination besonders aktiv, und eine stärkere Durchblutung eines bestimmten Teils des Gehirns weist auf größere Aktivität in dieser Region hin. Anschließend wurde eine Hälfte der Probanden auf einen 90-minütigen Spaziergang durch eine idyllische Grünfläche auf dem Campus der Stanford Universität geschickt. Die andere Hälfte sollte an einer stark befahrenen Hauptstraße spazieren gehen. Im Gegensatz zu letzterer Gruppe zeigten sich bei den Probanden, die durch die ruhigen und von Bäumen gesäumten Wege des Campus gingen, eine deutliche Stimmungsaufhellung. Der Fragebogen, den sie nach dem Spaziergang ausfüllten, wies darauf hin, dass sich die Probanden weniger mit den negativen Aspekten ihres Lebens beschäftigten. Außerdem nahm die Durchblutung im subgenualen präfrontalen Cortex ab; sie waren zur Ruhe gekommen.

Es gibt sogar Hinweise darauf, dass schon Bilder von der Natur oder Fenster mit einem Ausblick ins Grüne ausreichen, um eine Verbesserung bei Kognitions- und Gedächtnistests herbeizuführen. „Wenn man Menschen zehn Minuten lang Naturbilder zeigt, schneiden sie bei kognitiven Aufgaben besser ab als Menschen, denen man zehn Minuten lang Bilder von urbanen Szenen zeigt“, sagt Professorin Simone Kühn, die die Lise-Meitner-Gruppe für Umweltneurowissenschaften am Max-Planck-Institut für Bildungsforschung leitet. „Wir wissen auch, dass Schüler in einem Klassenzimmer mit einem Blick ins Grüne bessere akademische Leistungen erbringen als solche, die sich in einem Raum ohne Ausblick aufhalten – selbst wenn man alle



## Soziale Räume ▲

In einer geschäftigen Umgebung mit vielen Menschen um uns herum denken wir sozialer und sind kommunikativer – wir antizipieren das Verhalten anderer und stellen uns darauf ein. Den Trubel in sozialen Räumen können wir nutzen, um uns produktiv abzulenken und dadurch auf neue Ideen zu kommen.

anderen Faktoren, etwa den sozioökonomischen Status, kontrolliert.“ Bei einer Langzeitstudie konnte Kühn mit ihrem Team auch nachweisen, dass Waldflächen in der näheren Wohnumgebung von Menschen nicht nur funktionelle, sondern sogar strukturelle Veränderungen im Gehirn verursachen. Für die Studie wurden Probanden ausgewählt, um deren Wohnort sich in einem Radius von ein bis zwei Kilometern eine größere Waldfläche befindet. Außerdem wurden ältere Menschen für die Studie ausgewählt, da sie für gewöhnlich viel Zeit am Wohnort verbringen. „Wir konnten feststellen, dass diese Menschen eine größere und besser funktionierende Amygdala haben. Das ist eine Region im Gehirn, die mit Stressverarbeitung zu tun hat“, erläutert Kühn die Ergebnisse ihrer Studie.

## IN RÄUMEN DENKEN

Nicht nur die Natur, sondern auch unsere selbst erbaute Umgebung hat Auswirkungen auf das Gehirn – und zwar sowohl die architektonische Gestaltung von Gebäuden, also ihr äußeres Erscheinungsbild, als auch das Design von Innenräumen. Bei einer Pilotstudie fand Julio Bermudez von der Catholic



University of America in Washington D.C. konkrete Hinweise dafür, dass sich Architektur auf den Geisteszustand von Menschen auswirkt. Einer Gruppe von Probanden wurden Bilder von kontemplativer Architektur gezeigt, also von Gebäuden wie Kirchen und Moscheen, die mit dem Ziel erbaut wurden, innere Einkehr und Besinnlichkeit auszulösen. Darunter waren etwa die Stadtburg Alhambra in Granada, das Pantheon in Rom, die Kathedrale von Chartres oder die Kapelle von Ronchamp, die von 1950 bis 1955 nach Plänen des berühmten Architekten Le Corbusier erbaut wurde. Die Probanden berichteten von größerer innerer Ruhe und Entspannung sowie erhöhter Aufmerksamkeit und dass ihre Gedanken weniger abschweiften.

Bestimmte Eigenschaften von Innenräumen haben ebenfalls Auswirkungen auf die geistige Performance, wie Joan Meyers-Levy, eine Professorin für Marketing an der Carlson School of Management der Universität von Minnesota, schon 2007 herausfand. In ihrer Studie ging es konkret um den Effekt der Deckenhöhe von Zimmern: So führe eine drei Meter hohe Decke zu einem freieren Denken. Menschen würden Beziehungen zwischen Objekten in einer abstrakteren Art und Weise verarbeiten. Personen in einem Raum mit zweieinhalb Meter Deckenhöhe würden hingegen dazu tendieren, sich mehr auf Details und Einzelheiten zu konzentrieren. Je nachdem, ob eine Aufgabe freies oder akribisches Denken verlange, könne sich die Deckenhöhe deshalb positiv oder negativ auswirken.

Der Biochemiker und Neurowissenschaftler Henning Beck widmet einen Teil seiner Arbeit ebenfalls der Wirkung von Innenräumen auf unser Denken, um daraus Empfehlungen für die Planung und die Gestaltung von Büroflächen abzuleiten. Um etwa auf kreative Gedanken zu kommen, seien Räume ideal, in denen eine gewisse Geschäftigkeit herrscht, etwa durch leichte Hintergrundgeräusche oder leise Musik. „Das kann dazu führen, dass man weitläufiger und offener denkt, was gerade in einer kreativen Phase, in der man noch Ideen sammelt, von Vorteil ist.“ Um eine dieser Ideen dann zu verdichten, sie weiter auszuarbeiten oder seine Gedanken zu sortieren, solle man hingegen einen besonders ruhigen Raum aufsuchen. „Ein weiteres Element für Kreativität sind Raumwechsel. Menschen, die in einen anderen Raum gehen, kommen oftmals auf neue Ideen, weil sie plötzlich eine Fragestellung neu durchdenken“, führt Beck weiter aus. Den sogenannten „Doorway Effect“ kennen wohl die meisten aus dem Alltag: Sobald man einen neuen Raum betritt, vergisst man, was man eigentlich gerade vorhatte – und kommt dadurch eventuell auf ganz neue Gedanken. Psychologen um Gabriel Radvansky von der Universität Notre Dame in Indiana konnten 2011 zeigen, dass der „Tür-Effekt“ tatsächlich existiert und Türrahmen wie eine Art mentale Schwelle wirken. Probanden konnten sich tatsächlich schlechter an Dinge erinnern, wenn sie durch eine Tür hindurchgingen, als wenn sie lediglich eine gewissen Distanz innerhalb eines Raumes abschritten.

Deshalb sei es wichtig, eine Welt mit verschiedenen Räumen zu schaffen, um bei der Arbeit auf neue Gedanken und produktive Ideen zu kommen, sagt Henning Beck. Dabei können vor allem Begegnungsräume helfen, in denen Mitarbeiter informell aufeinandertreffen. Man wisse, dass Menschen, die sich in

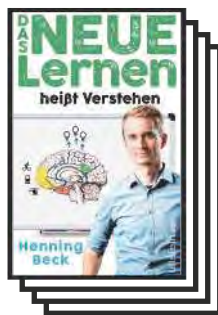
## Reizarme Umwelt

Das Gehirn ist so formbar, dass es sich sogar physisch verändert, wenn man sich lange in einer kargen Umgebung aufhält: Für die Orientierung zuständige Hirnareale können schrumpfen. Im Umkehrschluss bedeutet das, dass sich unser Gehirn durch eine abwechslungsreiche Umgebung und Training verbessern lässt.



einer Gruppe bewegen, kommunikativer und sozialer denken. Als Beispiele nennt Beck Orte wie Fußballstadien, Marktplätze oder volle U-Bahn-Abteile. „An solchen Orten orientiert sich unsere Denkeinstellung an anderen. Wir denken sozial! Das heißt, dass wir antizipieren, was andere tun – wir gleichen zum Beispiel unsere Bewegungsplanung mit den Bewegungen anderer ab.“ Das habe natürlich kognitive Effekte, meint Beck. „Erinnerungs- oder Konzentrationstests würden in so einer Situation natürlich schlechter ablaufen, aber so eine produktive Ablenkung kann dazu führen, dass man auf neue Ideen kommt – und das kann man gezielt einsetzen, wenn man in Büros solche Begegnungsräume schafft.“

#### BUCH - TIPP



#### HENNING BECK „Das neue Lernen heißt Verstehen“


Das Zauberwort in einer sich ständig wandelnden Business-Welt ist „lebenslanges Lernen“. Den Schlüssel dafür sieht Dr. Henning Beck im Verstehen. In seinem Buch erklärt der Neurowissenschaftler, wie man durch neue Lernmethoden Wissen langfristig behält und Prinzipien des Gehirns für innovatives Denken nutzt. ULLSTEIN, 19,99 €

## DAS GEHIRN LÄSST SICH FORMEN

Neben kurzfristigen Effekten auf die Funktionalität des Gehirns können extreme Umweltbedingungen langfristig sogar dazu führen, dass sich die Anatomie des Gehirns wandelt. Lange Zeit ging die Forschung davon aus, dass sich das Gehirn höchstens im Kindesalter noch verändert. Mittlerweile weiß man, dass unser Gehirn viel plastischer, also formbarer ist – selbst bis ins hohe Alter. Die ersten Hinweise auf diese Tatsache lieferte die sogenannte „Taxi-Driver-Studie“. Um eines der ikonischen schwarzen Taxis in London fahren zu dürfen, müssen sich die Fahrer ein Straßennetz mit rund 25000 Straßen und darüber hinaus sämtliche Wahrzeichen der Stadt einprägen. Für ihre Prüfung lernen die Bewerber nicht selten drei bis vier Jahre. Die Neurowissenschaftlerin Eleanor A. Maguire vom University College London untersuchte Ende der 90er-Jahre die Gehirne von angehenden Taxifahrern über die Lernphase hinweg und konnte feststellen, dass sich deren Hippocampus, also die Hirnregion, die sowohl für das Gedächtnis als auch für die räumliche Orientierung zuständig ist, vergrößert hatte.

Professorin Kühn vom Max-Planck-Institut wollte herausfinden, ob es in einer besonders reizarmen Umgebung auch zu einer Masseabnahme in bestimmten Hirnregionen kommen kann. Dafür suchte sie Menschen, die sich freiwillig extremen Umweltbedingungen aussetzen. „Die haben wir auf der Neumayer-Station in der Antarktis gefunden. Die Wissenschaftler überwintern dort für 15 Monate“, sagt Kühn. „Unsere Überlegung war, dass es dort im Prinzip gar keine Umwelt mehr gibt, sondern nur Eis – und vor allem keine Landmarken, an denen man sich orientieren kann.“ Bei den Wissenschaftlern, die auf der Neumayer-Station überwintert hatten, verkleinerte sich tatsächlich der Gyrus dentatus, ein Subteil des Hippocampus, der vor allem mit der räumlichen Orientierung assoziiert wird.

Kühn geht allerdings davon aus, dass solche Veränderungen reversibel sind. „In Trainingsstudien, bei denen wir Rechtshänder dazu gebracht haben, mit der linken Hand zu schreiben, haben wir ebenfalls Veränderungen im Gehirn festgestellt. Da gab es Zuwachs in gewissen Regionen. Allerdings konnten wir nach einiger Zeit messen, dass diese Zunahme wieder zurückgeht – obwohl die Probanden ihre Aufgabe immer noch gleich gut erledigten. Wir glauben, dass hier Restrukturierungsprozesse stattfinden. Das Gehirn optimiert sich sozusagen.“

Je mehr Neurowissenschaftler über unser Gehirn herausfinden, desto besser sind wir in der Lage, unsere Umgebung nach dessen Bedürfnissen auszurichten. Mehr Grünflächen in Städten oder platzsparende vertikale Gärten sowie eine kontemplative Architektur der Gebäude wären dazu geeignet, die psychische Gesundheit der urbanen Bevölkerung zu befördern. Arbeitgeber würden von motivierteren, kreativeren und effizienteren Mitarbeitern profitieren, wenn sie ihnen Arbeitswelten mit unterschiedlichen Räumen zur Verfügung stellen würden – und auch gewisse Zeiträume für Begegnung und produktive Ablenkung. Hinaus in die Natur sollten wir ohnehin öfter gehen. Unsere Gedanken wären es wert. 



## Zen Desk

*Auch die Ausstattung Ihres Schreibtischs entscheidet darüber, wie entspannt und konzentriert Sie arbeiten können. Hier unsere Tipps für ein Upgrade*

### Pflanze YOUPLANT

20€ über [youplant.com](https://youplant.com)

Pflanzen fördern die geistige Gesundheit und sorgen für bessere Luft am Arbeitsplatz. Die rötlich-grünen Blätter der „Alocasia Wentii“, auch Elefantenohr, verschönern außerdem Ihr Arbeitsumfeld.

### Bürostuhl THONET

1930€ über [ambientedirect.com](https://ambientedirect.com)

Den berühmten Freischwinger „S 64“ von Marcel Breuer gibt es auch auf Rollen. Eine organische Formgebung und die Kombination aus Nussholz und Netzgewebe wirken leicht und natürlich im Büro.



### Kopfhörer BOWERS & WILKINS

400€ über [bowerswilkins.com](https://bowerswilkins.com)

Die „PX7“ Noise-Cancelling-Headphones blockieren alle Geräusche, die bei der Arbeit stören – oder Sie hören damit White Noise, das man sich über die App „Noisli“ nach den eigenen Präferenzen mixt.



### Notizbuch NOMESS

20€ über [counter-print.co.uk](https://counter-print.co.uk)

Organische Materialien wie Kork, aus dem der Einband dieses Notizbuchs gefertigt ist, sind robust und liegen dennoch weich in der Hand. Außerdem ist natürlicher Kork sehr umweltfreundlich.






---

**Minenbleistift  
KOH-I-NOOR**

---

10€ über [counter-print.co.uk](http://counter-print.co.uk)

---

Notizen, die von Hand geschrieben wurden, bleiben viel besser und länger im Gedächtnis als in den Laptop Getipptes. Außerdem erinnert uns Grün an die Natur und wirkt beruhigend.

---



---

**Schreibtisch  
SCHÖNBUCH**

---

1980€ über [ambientedirect.com](http://ambientedirect.com)

---

Runde Formen wirken weitaus entspannender auf den Geist als scharfe Kanten. Dieses Modell aus warmem Nussbaumholz verfügt außerdem über eine praktische Ablage unter der Tischplatte.

---




---

**Tasse  
SEYA**

---

135€ über [ambientedirect.com](http://ambientedirect.com)

---

Kleinode wie die blau lasierte Tasse „Mer Mino“ im japanischen Mino-Keramik-Stil personalisieren Ihren Schreibtisch. Wir empfehlen auch öfter mal einen grünen Tee anstelle des fünften Kaffees.

---




---

**Schreibtischlampe  
OCCHIO**

---

1260€ über [occhio.de](http://occhio.de)

---

Gutes Licht ist essenziell für konzentriertes Arbeiten. Am besten ist natürliches Tageslicht, dessen Qualität Occhio-Leuchten zu 97 Prozent erreichen – wie die „Sento tavolo“ in Schwarz und Roségold.

---




---

**Figur  
MARNI**

---

180€ über [luisaviaroma.com](http://luisaviaroma.com)

---

Um sich wohlfühlen, empfiehlt es sich, sein „Revier“ mit persönlichen Gegenständen zu markieren. Mit welchen, das bleibt Ihnen überlassen. Wir finden allerdings den Astronauten von Marni sehr schön.

---



In der Nähe von Amsterdam entsteht das Dorf der Zukunft: 100 Prozent grün, zero Prozent CO<sub>2</sub>-Fußabdruck. Annäherung an eine bessere Welt





# DAS GELOBTE LAND

TEXT MATTHIAS LAUERER







**Aufs Land ziehen**, am besten mit einer kleinen Gruppe von Gleichgesinnten, und sich dann als Dorfgemeinschaft autark ernähren. Ohne die Natur und ihre Geschöpfe auszubeuten. Jeder nimmt sich nur das, was zum Leben nötig ist, an Feiertagen etwas mehr. Eine Utopie?

Nein. Das gab es alles schon einmal. Denn würden wir unsere Großeltern fragen, würden sie uns erzählen, wie sie als Kinder mit einer Kanne ausgestattet die Milch direkt von den Bauern holten, dass Obst auf den Bäumen wuchs und nur einmal in der Woche, am Sonntag, Fleisch gegessen wurde. Provinzfantasten, dachten die meisten von uns, stellten den Kragen der Lederjacke auf und setzten sich ins Auto. Die Stadt rief und damit die Aussicht auf guten Verdienst und maximale Lebensqualität. Der Trend zur Urbanisierung setzt sich fort. Mittlerweile leben 74 Prozent aller Deutschen in den großen Metropolen. Die Parameter jedoch haben sich geändert. Die Gehälter stagnieren, die Mieten steigen in schwindelerregende Höhen, auf den Straßen stauen sich die Autos, neun von zehn Stadtbewohnern atmen verschmutzte Luft ein, der Platz geht aus. Und was ist mit der Lebensqualität? Die ist nur noch für wenige finanzierbar.

James Ehrlich, ehemals Videospielentwickler im Silicon Valley und Ökoberater von Ex-Präsident Barack Obama, hatte eine Vision. So könnte das Leben künftig aussehen, malte er sich 2016 aus: Hinaus aus der Stadt, raus aufs Land und dort unter ähnlichen Umständen leben wie zu den Zeiten der Großeltern. Ehrlich gab an der Elite-Universität Stanford in Kalifornien eine selbst finanzierte Studie in Auftrag, wie und ob das funktionieren könnte, und gründete eine Holding. Der Plan war, zusammen mit dem dänischen Architekturbüro Effekt in Almere in der Nähe von Amsterdam ein erstes Dorf zu bauen, das sich vollständig selbst versorgt. ReGen Villages – kurz für Regenerative Villages – wurde das Unterfangen genannt und sollte künftig Hunderten Menschen, die eine autarke Lebensform suchen, als idealer Ort dienen, als eine Gemeinde, die *off-grid*, also komplett netzunabhängig und autark, funktioniert. Das Pilotprojekt sollte bereits 2019 starten, die komplizierten Flächennutzungspläne in den Niederlanden verzögerten den Baubeginn jedoch. Nun werden wohl erst in diesem Herbst die ersten der zunächst 203 angeordneten Häuser hochgezogen.



Was macht ReGen Villages so anders? Ganz einfach: Was dem einem System abgezapft wird, fließt in ein anderes wieder hinein. Kurz: die nachhaltige Verwertung von Ressourcen, verwirklicht durch eine innovative Technologie. „Mit dem Konzept“, sagt James Ehrlich, „könnten sich ein paar aktuelle Probleme lösen lassen: Ressourcenknappheit, der weltweite Kampf um Nahrungsmittel und der steigende globale CO<sub>2</sub>-Ausstoß.“ Ehrlichs Vision für eine bessere Welt sieht konkret so aus: Jedes Grundstück hat ein eigenes Gewächshaus, in dem sich Nutzpflanzen anbauen lassen. Der Strom wird durch Solarkraft oder Biogas erzeugt. Und wer will, züchtet Hühner, deren Mist Dünger für die Obstbäume ist. Auch an Aquaponik wurde gedacht: In großen Becken schwimmen Speisefische, die mit Fliegenlarven gefüttert werden und deren Ausscheidungen die Pflanzen im Gewächshaus nebenan düngen. Unkompostierbarer Müll wird verbrannt und so wieder in Energie umgesetzt. Der perfekte natürliche Kreislauf. „Und wir setzen auf Permakultur. Überall, wo man hinschaut, wird etwas Essbares gedeihen“, sagt Ehrlich. „Auch die Wasserversorgung ist unabhängig. Bevor die Häuser gebaut werden, installieren wir unterirdische Wasserzisternen, die das Regenwasser auffangen. Darüber setzen wir Obstbäume, Beeren und Gemüse.“ Die Pflanzen werden mit ungefiltertem Regenwasser gegossen, gefiltert kommt es dann für die Bewohner aus der Leitung.





**James Ehrlich**  
*Visionär*

James Ehrlich plant Dörfer, in denen Menschen wieder Selbstversorger werden. Mit Ökostrom, biodynamischer Landwirtschaft und perfekt ausgeklügelter Wasserversorgung. Der 55-Jährige arbeitete früher als Ökoberater für Barack Obama und ist heute Präsident der Holding ReGen Villages, eines Spin-offs der Elite-Universität Stanford.

**Idyllische Zukunft:** Häuser in Ökobauweise, jedes mit eigenem Gewächshaus. Dazu eine Dorfgemeinschaft, die das Ziel hat, keinen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck zu hinterlassen

„Es ist viel einfacher, diese Dörfer zu bauen, als zum Mars zu fliegen“, sagte Projektentwickler Ehrlich vor zwei Jahren dem US-TV-Sender CNN. „Die einzige Herausforderung: Jeder Bewohner muss lernen, wie Permakultur funktioniert.“ Und: Ganz billig ist der Ökotraum nicht. Die Häuser werden ab 200 000 Euro aufwärts kosten, zuzüglich 500 Euro monatlich für Betriebskosten. „Elon Musk ließ auch keinen VW Käfer vom Stapel laufen, sondern einen Sportwagen“, sagte Ehrlich einmal. „Wir sind eben der Tesla unter den Ökosiedlungen.“

Es war kein Zufall, dass James Ehrlich auf das Thema „Lebensraum der Zukunft“ stieß. „Vor 20 Jahren setzte ich Fallstudien über Biolandwirte und biodynamische Landwirtschaft filmisch um. Ich fand das so interessant, dass daraus die Idee für die TV-Show ‚Hippy Gourmet‘ entstand, die mittlerweile eine globale Roadshow rund um die Zubereitung von nachhaltigen Mahlzeiten ist. 35 Millionen Menschen haben die Show seit der ersten Ausstrahlung 2001 bereits gesehen. Und ich verstand endlich, was nachhaltiges Essen für unsere Gesellschaft bedeutet“, sagt Ehrlich. „Ich glaube, der Planet hat nicht die Zeit, um abzuwarten. Wir müssen weltweit und so schnell wie möglich Lebensräume schaffen, die autark funktionieren.“ Diese mit Menschen zu füllen kann klappen: Wenn man sich umhört, wollen aufgrund der apokalyptischen Zustände in den Städten immer mehr Leute aufs Land ziehen. Während eines Ted Talks erklärte





“

Elon Musk ließ auch keinen VW Käfer vom Stapel laufen, sondern einen Sportwagen. Wir sind der Tesla unter den Ökosiedlungen

der Entrepreneur: „Jede Großstadt auf der Welt leidet unter einer Krise auf dem Immobilienmarkt. Wohnraumangel und unbezahlbare Mieten stehen dabei im Vordergrund.“ Die Sehnsucht nach Alternativen wächst. Projekte, wie sie Ehrlich umsetzen möchte, sind gefragt. Aber sind individuelle Ökogemeinden die Lösung für die aktuell brennenden Probleme?

„Ja, sie ergeben Sinn“, sagt Professor Holger Magel, Ehrenpräsident der Bayerischen Akademie Ländlicher Raum. „Resilienz ist das Gebot der Stunde, ebenso wie Eigenverantwortung, Selbstversorgung und Selbstbestimmung.“ Aber es gibt auch Kritiker. J. Alexander Schmidt doziert als Leiter des Instituts für Stadtplanung und Städtebau an der Universität Duisburg-Essen. Er sagt: „De-Urbanisation ist ein Thema. Ob diese elitären Dörfer allerdings dabei helfen können, ist fraglich – vielleicht als Experiment? Wer schon mal auf dem Land lebte, weiß, wie bedrohlich, ungesund und psychisch belastend Städte sein können. Wir brauchen keine Ökodörfer, sondern kluge Menschen, die Städte und Dörfer nachhaltig für die Zukunft weiterentwickeln. Das funktioniert in der Realität sehr gut. Modelldörfer oder Modellsiedlungen – auch in der Stadt – waren in der Vergangenheit immer wieder erforderlich und auch reizvoll, um zu testen, wohin die Wohn-Reise geht.“

Ehrlichs Idee kommt trotz allem gut an. Es gibt bereits Absprachen für die Errichtung weiterer ReGen Villages. Eines soll beim schwedischen Städtchen Lund entstehen, der Bau auf über 17 Hektar Land beginnt in Kürze; im dänischen Lejre werden es 15 Hektar bebaute Fläche sein, die Community Summit Powder Mountain im US-Bundesstaat Utah gibt ReGen Villages auf 45 Hektar ausreichend Platz. Auch die deutsche Hauptstadt hat James Ehrlich bereits im Visier. „Einige Berliner können sich vorstellen, außerhalb der Stadt zu wohnen.“ Also raus aus Mitte und ab nach Kremen oder Höhenland? „Warum nicht“, sagt Ehrlich. Wenn der Autoverkehr künftig mit autonom gelenkten Fahrzeugen bestritten wird, die Dorfbewohner in die Stadt zur Arbeit bringen, dann macht ein Ökodorf nachhaltig Sinn. Was Ehrlichs Vorstellung dieser neuen Gesellschaftsform noch untermauert: „Es gibt bereits einige Studien, die von der Stanford University initiiert wurden, die nachweisen, dass das Leben in kleinen Gemeinschaften die Wahrscheinlichkeit, dass sich jemand radikalisiert, auf null reduziert.“ Das wäre dann tatsächlich eine schöne neue Welt.



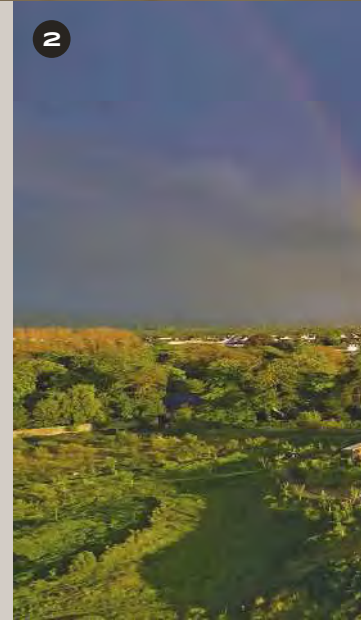
## Bewährte Öko- Communitys

### 1 EcoVillage Ithaca Ithaca, USA

Die Urzelle der globalen EcoVillage-Ithaca-Bewegung: das EcoVillage in Ithaca im Bundesstaat New York. Gegründet 1991, ist das Dorf das erste von mittlerweile weltweit 20 nachhaltig organisierten Gemeinden. Das gemeinsame Konzept: einen Platz mit Häusern, Schulen und Gemeinschaftsräumen für alle Bewohner zu schaffen und einen gesunden und sozial verträglichen Lifestyle zu pflegen, der einen möglichst kleinen ökologischen Fußabdruck hinterlässt. Das Credo: „Wir pflegen das Land und die Verbindung zur Natur, verbrauchen weniger – und arbeiten enger zusammen.“ Das ist *green living at its best*.

### 2 Cloughjordan Community Farm Cloughjordan, Irland

Die Farm wurde 2008 als Gemeinschaftsprojekt angelegt, das vom irischen Agrarministerium unterstützt wird. In 129 Häusern in ökologischer Bauweise leben über 100 Erwachsene und Kinder. Auf den 67 Hektar Land werden von Bauern aus der Gegend biodynamisches Obst und Gemüse angebaut, das über eine Kooperative verkauft wird. Mitglieder können sich per Abonnement wöchentlich die Erzeugnisse liefern lassen. Mit dem Erlös werden die Gehälter der Bauern finanziert.





## 3

**Tempelhof**  
*Kreßberg, Deutschland*

Die Öko-Anlage nahe Kreßberg mit 100 Erwachsenen und 50 Kindern und Jugendlichen ist ein Symbol für die neue Landlust und beliebt bei Menschen, die nach Alternativen zu einem eingefahrenen Lebensstil suchen. Es ist eine Gemeinschaft, die sich in einem Ritual jeden Morgen an den Händen fasst. Für 25000 Euro kann man sich in dieses Zwischending aus gemeinnütziger Stiftung und Genossenschaft einkaufen und zunächst ein Jahr zur Probe wohnen. Hat man die überstanden, heißt Tempelhof günstige Miete, Selbstversorgung und 20 Stunden Sozialarbeit. Ein schwäbischer Kibbuz par excellence.



3

## 4

**Nature Community**  
*Schönsee, Deutschland*

Mitten im Naturpark Oberpfälzer Wald steht die ehemalige Feriendorfanlage St. Hubertus mit 22 Bungalows, einem Wellnessbereich mit Schwimmbad und Sauna und einem großen Gästehaus mit Deckenfresken und tibetischen Fahnen am Balkon. Vor vier Jahren hatte die Nature Community, gegründet 2013 in München, das Areal gekauft. Die Mission ihrer Gäste: vegan und nachhaltig leben. Dazu: Freude und Freiheit für Mensch und Tier. ∞



4



## Kraft tanken

*Wie lädt das Team hinter dieser Ausgabe von GQ Business nach einer stressigen Phase im Job die Akkus wieder auf? Die Tipps der Redaktion*

**CHRISTOPH EISENSCHINK**  
Autor / Freiräume



**JANA MEIER-ROBERTS**  
Art Director

Wenn ich mich ausgebrannt fühle, nachdem ich den ganzen Tag vor dem Computerbildschirm saß, tue ich zum Ausgleich etwas Praktisch-Kreatives. Um mein Gehirn wieder freizukriegen, widme ich mich 30 Minuten bis zu einer Stunde der Kupferkalligrafie. Die Schreibweise mit Feder und Tinte aus dem 17. Jahrhundert erfordert absolute Konzentration, eine ruhige Hand und gleichmäßiges Atmen. Ansonsten versaut man es.



Für dieses Heft bin ich der Frage nachgegangen, wie sich Räume auf unser Denken auswirken. Die Orte, die mir persönlich helfen, den Kopf freizubekommen: Clubs. Das Tanzen in der Menge zu Techno-Beats ist ein wenig wie Ausdauersport – es macht nur mehr Spaß, und die Gruppenerfahrung lässt das Ich absolut in den Hintergrund treten. Ich glaube, im Club grübelt niemand über den Job oder seine Alltagssorgen.

**FILIP FRÖHLICH**  
Illustrator / Big Tech

Meistens lege ich mich einfach hin und höre stundenlang Musik, am besten mit Kopfhörern. Am liebsten alte Synthesizer-Musik, wie zum Beispiel Tangerine Dream oder alte Videospiel-Soundtracks (die entspannenden, nicht die hektischen Titel).



**ORI TOOR**  
Illustrator / Das zweite Gehirn

Für Menschen, die beruflich zeichnen, habe ich einen wirklich guten Tipp: Zeichnen Sie hässlich! Wechseln Sie dafür entweder auf Ihre schwache Hand – oder benutzen Sie Werkzeug, mit dem Sie nicht so gut umgehen können. Das gibt einem die Möglichkeit zu experimentieren, ohne auf die Perfektion jeder einzelnen Linie zu achten. Funktioniert bei Musikern übrigens ähnlich.



**ROMAN GOEBEL**  
Fotograf / Bad Banks

Ich gehe zwei- bis dreimal die Woche boxen, um körperlich und geistig fit zu bleiben. Perfekt für mich als Fotograf, aber auch als Vater von drei Jungs.



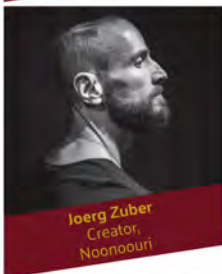
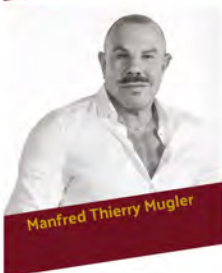
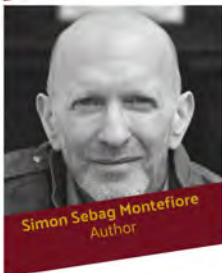
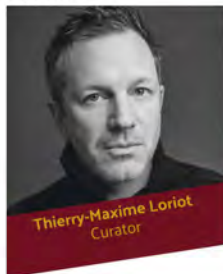
**ULF PAPE**  
Autor / Bad Banks

Nichts hilft so sehr wie ein echter Szenenwechsel: entweder ohne Handy für einen halben oder ganzen Tag in die Alpen. Oder bei ganz schlechtem Wetter ins Schwimmbad.

# P. S.



Speakers include:



For the latest speakers see  
[cniluxury.com](http://cniluxury.com)

# CONDÉ NAST

LUXURY CONFERENCE

IN PARTNERSHIP WITH



Guaranty Trust Bank

## GATEWAYS TO LUXURY

29-30 April 2020, Vienna, Austria

### THE PREMIER EVENT FOR LUXURY LEADERS

500 luxury and fashion decision-makers, innovators, creatives and business figures will gather in Vienna, Austria, to discuss the topics that matter for the global luxury and fashion industry.

The conference programme will explore the power of Central and Eastern Europe as a new consumer market for luxury retail, as well as a source of dynamic and innovative creativity. Speakers will also explore the critical topics of technology, inclusivity and sustainability, and the role of the artisan in the digital age.

#### Topics include:

- The definition of "Luxury"
- Size inclusivity in the luxury market
- Luxury and fashion retail in Central and Eastern Europe
- The relationship between commerce and creation
- Sustainability in luxury

More information and tickets available at:

[CNILuxury.com](http://CNILuxury.com) | +44 20 7152 3994



@CNILuxury @SuzyMenkesVogue #CNILux

IN PARTNERSHIP WITH

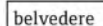


Guaranty Trust Bank

CITY PARTNER



EVENT SPONSORS INCLUDE



For details of commercial partnerships, please contact [clare.casey@condenast.com](mailto:clare.casey@condenast.com)





The Cinema Squad

Charlize Theron  
Brad Pitt  
Adam Driver

PREMIER



**BREITLING**  
**1884**

**BREITLING BOUTIQUE**  
BÖRSENSTRASSE 2-4  
FRANKFURT

