
IDEEN-BÜCHLEIN

INSPIRATION FÜR DEIN FOTOSHOOTING



NA.M.PHOTO - ART & PHOTOGRAPHY

www.namphoto.com

INHALT

EINLEITUNG & ALLGEMEINES

TEIL 1 - ICH MIT MIR SELBST

SPÜREN UND STILLWERDEN
KRAFT UND AUSDRUCK
SCHÖNHEIT UND SELBSTBILD

TEIL 2 - SCHWANGERSCHAFT

ICH WERDE MUTTER
GEMEINSAM SCHWANGER
FREUNDSCHAFT
ABSTRAKT & ANDERS
VINTAGE

TEIL 3 - KINDHEIT

ALLTAG & NÄHE
FANTASIE & VERWANDLUNG

TEIL 4 - DU & ICH

FREUNDE, GESCHWISTER,...
PAARE

TEIL 5 - GEBURTSTAGE & JUBILÄEN

KINDERGEBURTSTAG

GEBURTSTAG

ERINNERUNGEN & JUBILÄEN

TEIL 6 - NATUR

WALD & ERDE

JAHRESZEITEN

MÄRCHEN & MAGIE

DRINNEN SPÜREN

PFLANZEN ALS SPIEGEL

TEIL 7 - MATERIAL, FARBE, GEFÜHL

EINLEITUNG



Hallo,

schön, dass du dieses Büchlein gefunden hast. Ich bin Nanni. Und ich mache Fotos. Was du bei mir aber nicht findest, ist ein „Foto-shooting“ im klassischen Sinn, denn ich mache keine Bilder VON Menschen – ich mache Bilder MIT ihnen. Da ist Raum. Da ist Zeit. Da ist jemand, der nicht drängt oder fordert, sondern dich begleitet.

Wer zu mir kommt, tut du das vielleicht nicht immer, weil er ein Shooting braucht - aber einen Moment, in dem er sich selbst wieder spürt. Einen Augenblick, in dem er da sein darf ohne erklären zu müssen. Und weil er Bilder will, die nicht nur zeigen, wie er aussieht – sondern was gerade in ihm lebt.

Vielleicht hast du eine klare Idee. Vielleicht nur ein Gefühl. Beides ist willkommen.

Es gibt verschiedene Richtungen und Themen für ein Shooting bei mir – vielleicht willst du eine Art “Zeremonien-Shooting” für Übergänge, Abschiede, Neubeginne. Oder Shootings für deinen “unsichtbaren Teil” - wenn du

etwas zeigen willst, das sonst niemand sieht.
Für innere Bilder, Ängste, Unsicherheiten.
Vielleicht zieht es dich auch zu dem Gefühl,
deinen Körper eingebettet in die Natur zu
spüren. Im Moos, zwischen Steinen, in einem
Nest aus Zweigen. Du als Teil eines großen
Ganzen.

Oder einfach nur eine Auszeit? Vielleicht mit
einer Freundin oder deinem Kind. Kein „Foto
machen“, sondern gemeinsam Zeit haben.
Spielen. Staunen. Nähe. Und ich begleite euch
leise mit der Kamera.

DIESES IDEENBÜCHLEIN IST KEINE SAMMLUNG FERTIGER KONZEPTE.

Es ist KEIN Katalog mit Posen, Outfits oder
starren Vorgaben. Es ist eine Einladung.
Eine Einladung, in dich hineinzuspüren.
Zu fragen: Was bewegt mich? Was wünsche ich
mir? Was darf sichtbar werden?

Die Geschichten, die du hier findest, sind
fiktiv, doch sie zeigen, was möglich ist, wenn
ein Fotoshooting mehr sein darf als ein
äußerer Moment. Wenn es ein Prozess wird.
Ein kleiner Zwischenraum. Eine Begegnung.

Vielleicht erkennst du dich irgendwo wieder.
Vielleicht merkst du beim Lesen: “So könnte es
sich für mich anfühlen”. (Oder auch: “Bei mir
ist es ganz anders, aber jetzt weiß ich, was ich
will.”)

Die Bilder, die in meinen Shootings entstehen,
leben nicht von Posen, sondern vom
Dazwischen. Vom Atmen. Vom Zulassen.
Sie dürfen weich sein. Oder wild. Klar.
Unsicher. Leise. Laut.

Wie auch immer du gerade bist:
es ist genau richtig.

TEIL 1



ICH MIT MIR SELBST

Dieser Teil des Büchleins ist für dich,
wenn du dir selbst begegnen willst. Nicht
als Pose. Sondern echt.
Vielleicht fragend. Vielleicht mutig.
Vielleicht auch ganz still.

Die Beispielgeschichten, die du hier
findest, sind fiktiv – aber sie könnten so
oder ähnlich passiert sein. Sie sollen dir
kein fertiges Konzept vorgeben, sondern
ein Gefühl vermitteln, wie sich so ein
Shooting anfühlen kann. Was möglich ist.
Was sichtbar werden darf.

Vielleicht erkennst du dich in einer der
Personen wieder. Vielleicht spürst du
beim Lesen auch: Das ist bei mir ganz
anders – aber ich weiß jetzt, was ich will.

Diese Shootings leben nicht von
perfekten Posen oder klaren Anleitungen.
Sondern vom Dazwischensein. Vom
Mitfühlen. Vom Zulassen.
Du musst nichts darstellen.
Du darfst einfach du sein.

Spüren & Stillwerden

Es gibt Zeiten, in denen wir leise werden wollen. Weil das Leben zu laut ist. Weil wir uns selbst schon so lange nicht mehr gehört oder gespürt haben. Vielleicht fühlst du dich gerade müde, zerrissen, auf der Suche. Vielleicht willst du dich einfach nur wieder spüren – ohne Erwartungen. Diese Shootings bieten Raum zum Innehalten. Ein Raum zum Atmen. Ein Moment, in dem du dir selbst nahe sein darfst. Ganz ruhig. Ganz bei dir.

SUSANNE – ICH BIN DA

Susanne hatte sich selbst aus den Augen verloren. Zwischen Arbeit, Familie und Erwartungen war sie kaum noch zum Atmen gekommen. Beim Shooting war Zeit, einfach erstmal auf einer Decke im Garten zu sitzen. Die Sonne wärmte ihre Arme, der Wind spielte mit ihrem Haar. Ein Spiegel lag im Gras – ein leiser Blick auf sich selbst, ohne Urteil. Nach einer Weile machten wir einen kleinen Spaziergang, erreichten ein naturbelassenes Stück Wiese. Dort begann sie, sich langsam zu bewegen, kaum sichtbar – ein Heben der Arme, ein Innehalten, ein Spüren des Windes auf der Haut. Immer wieder kniete sie sich nieder, legte sich ins Gras, hob eine Blume, strich über ihre eigenen Arme, als würde sie sich erinnern. Sie ließ sich fotografieren, wie sie gerade war: weich, leise. Und irgendwie ganz.

ALINA – ZWISCHEN GEDANKEN

„Ich weiß gerade gar nicht, wer ich bin“, hatte sie gesagt, „da ist so viel in mir. So vieles gleichzeitig.“. Wir überlegten, dass sie einfach alles aufschreiben soll. Alles, was da ist. Ein Wort, ein Satz – ganz egal. Einfach das, was da ist. Sie brauchte einen Moment, dann schrieb sie. „Ich bin müde. Ich will weg. Ich bin schön. Ich hab Angst. Ich will gesehen werden. Ich will mich verstecken. Ich bin zu viel. Ich bin nicht genug. Ich atme. Ich bin da.“ Ein Zettel für jeden Gedanken. Wir verteilten sie auf dem Boden wie eine Landkarte ihrer inneren Welt. Vorsichtig legte sie sich dazwischen. Der Raum war still. Sie streckte die Arme aus, atmete tief. Sie streifte mit den Fingern über einzelne Zettel, schob manche näher an sich heran, drehte andere um. Sie rollte sich auf die Seite, deckte sich halb mit einem Tuch zu, legte einen Zettel auf ihr Herz. „Ich glaub, das bin ich gerade“, sagte sie. Nicht das eine. Nicht das andere. Sondern alles. Ein Durcheinander, ein Übergang. Die Fotos zeigen keine Maske. Keine Pose. Nur Alina – mit all ihren Sätzen.

MIRIAM – GRENZEN SETZEN

Miriam war müde. „Ich hätte gerne einen Ort, an dem mal niemand etwas von mir will. Eine Grenze um mich gezogen, die niemand überschreiten kann“, sagte sie. Wir wollten Bilder machen, auf denen diese Grenze sichtbar wird und einen leisen, sicheren Ort für sie

bauen. Am Shootingtag lagen Äste, Steine, Zapfen, trockene Blumen bereit. Sie wählte langsam aus. Nicht nach Schönheit – nach Gefühl. Schwer. Stachelig. Widerständig. Ein Ast, der schon halb zerbrochen war. Ein Stein mit scharfen Kanten. Sie begann, einen Kreis um sich zu legen. Ganz ruhig, aber bestimmt. Ein Stück nach dem anderen. Es war eine Grenze. Ein Raum, der ihr gehörte. In dem sie nicht lächeln musste. Nicht erklären. Nicht offen sein. Erst saß, dann lag sie darin, auf dem Boden. Die Augen geschlossen. „Die Bilder sollen mich daran erinnern, dass ich nicht immer für andere da sein muss“, sagte Miriam.

SASKIA - RÜCKZUG

Ein großer Haufen aus Stoffen und Tüchern liegt auf dem Boden. Saskia legt sich hinein und beginnt vorsichtig, sich einzuwickeln. Die Stoffe schmiegen sich sanft um ihre Beine, gleiten über ihre Arme. Sie zieht Tücher über ihr Gesicht, den Kopf. Dreht sich, breitet sich aus, wird wieder ganz klein. Am Ende ist sie ganz von Tüchern umschlungen... liegt da wie einem Kokon.

In den Bildern geht es um Balance - zwischen Abschottung und Öffnung, zwischen Schutz und dem Mut, da zu sein.

LISA - HINTER DER MASKE

„Ich weiß nicht, ob ich zeigen kann, was in mir ist“, sagte sie. „Vielleicht hilft es, wenn ich nicht ganz ich

bin.“ Wir beschlossen, Bilder mit Maske zu machen – nicht ihr Gesicht, sondern ihren Körper sprechen zu lassen. Sie begann, sich durch den Raum zu bewegen. Erst zögerlich, dann fließender. Ihre Arme erzählten von Sehnsucht. Ihre Schultern von Schwere.

Sie hob die Hände, als wollte sie etwas festhalten – dann ließ sie sie wieder sinken. Ein Tanz entstand. Kein einstudierter. Sondern einer, der aus der Tiefe kam. Die Maske schützte – erlaubte ihr, mehr zu zeigen. Und genau das wurde sichtbar. Verstecktes. Widersprüche. Mut. In einer Ecke des Raumes blieb sie stehen, drehte sich langsam zur Kamera. Die Maske blieb. Und doch zeigten die Bilder so viel von Lisa. So viel von dem, was sie nicht sagte, aber ihr Körper zeigte.

Kraft & Ausdruck

*Vielleicht ist da Wut, Aufbruch, eine Entscheidung.
Vielleicht willst du etwas zeigen, das lange versteckt war.
Oder du brauchst einfach Bewegung, Farbe, Intensität.
Diese Shootings sind ein JA zu allem, was in dir lebt.
Ein Ausprobieren, ein Sichtbarwerden, ein inneres Beben.
Du musst dich nicht festlegen.
Aber du darfst dich zeigen.*

LINA - ICH WILL ROT

Es war Linas Idee gewesen: „Ich will etwas spüren. Etwas Echtes. Und ich will rot“, hatte sie gesagt. Am Tag des Shootings stand eine große Schale voll reifer Beeren bereit – Himbeeren, Johannisbeeren, Brombeeren. Lina zögerte kurz – dann griff sie die erste Beere, zerdrückte sie vorsichtig zwischen Daumen und Zeigefinger. Rote Tropfen auf ihrer Haut. Dann noch eine. Und noch eine. Bald klebten ihre Finger, die Handflächen glänzten. Und sie begann, sich zu bemalen. Erst waren es kleine Punkte auf der Stirn. Dann ein Strich über die Wange, eine Spirale auf dem Arm. Sie hielt inne, betrachtete sich im Spiegel und lachte leise – ein befreites, unerwartetes Lachen. Mit der Zeit wurde es wilder. Ihre

Bewegungen schneller, bestimmter. Sie malte mit beiden Händen. Schmierte, verteilte. Auf Haut, auf Stoff. Am Ende lag sie auf dem Boden – rot verschmiert. Stark wie eine Kriegerin. Frei wie ein Kind.

MIRIAM - INNERE STÄRKE FINDEN

Miriam stand vor einer großen Entscheidung und fühlte sich wie auf schwankendem Boden – alles in ihr war in Bewegung, aber noch ohne Richtung.

Im Atelier lagen große Papierbahnen auf dem Boden. Weiß, glatt, leer. Miriam setzte sich im Schneidersitz in die Mitte, barfuß. Sie begann zu malen. Nicht schön, nicht richtig – nur spürend. Kreise, Punkte, Striche, dann Wörter. "Vielleicht." "Noch nicht." "Ich will." Mit den Händen fuhr sie durch das Gelb, ließ Fingerabdrücke auf dem Papier. Dann zerknüllte sie eine Ecke. Glättete sie wieder. Legte einen Stein darauf. Zwischendurch stand sie auf, drehte sich langsam, die Arme weit. Manchmal saß sie einfach nur da, betrachtete, was entstanden war. Irgendwann legte sie sich hin, schaute zur Decke, hielt inne. Die Fotos zeigen keine Entscheidung. Aber sie zeigen den Mut, genau dort zu bleiben, wo alles noch offen ist.

NINA - WUT

Nina hatte so viel geschluckt. Immer nett, immer anpassungsfähig. Doch jetzt will sie wütend sein.

Sie stand im Atelier, barfuß. Trug ein rotes Kleid. Ich gab ihr verschiedene Stoffreste, die sie erst sanft in den Händen hielt, dann zerriss sie sie mit Kraft. Jeder Riss war wie ein Laut, der ohne Stimme durch den Raum ging. Sie legte die Fetzen neben sich und betrachtete sie, fast wie kleine Landkarten ihrer Gefühle. Die Fotos erzählen von Schmerz, Wut und gleichzeitig von der Schönheit des Loslassens.

PAULINE - SPRINGEN

Etwas Ungeplantes sollte es werden. Einfach aus dem Gefühl heraus. Einfach schauen, was passiert. Am Shootingtag hatte Pauline Musik mitgebracht und wollte barfuß sein. Ich war einfach da und Pauline begann zu tanzen, dann zu hüpfen. Mal auf beiden Füßen, dann auf einem, dann in großen Sprüngen. Sie schwitzte. Lachte. Fiel fast. Machte weiter. Dann stand sie plötzlich still – mitten im Raum – atmete tief ein, hielt sich an den eigenen Schultern fest. Weil es einfach so sein sollte. Weil es richtig war. Und die Bilder? Die Bilder zeigen Kraft, Loslassen, Ausbrennen. Und ein Aufatmen danach.

JANA - OFFENLEGUNG

„Ich glaube, ich will etwas ablegen. Vielleicht nicht äußerlich. Aber innen.“, sagte Jana. Wir sprachen über Schichten. Über die vielen Rollen, die sie trägt. Die Unsichtbarkeit. Und darüber, dass da drunter etwas ist, das nicht verschwinden, sondern sichtbar werden will.

Für das Shooting haben wir ein schlichtes weites Shirt besorgt. Weiß. Darunter trägt sie ein Kleid in käftigem Rot. Eng am Körper, leuchtend – aber verborgen. Wir beginnen still. Sie steht vor einem alten Spiegel, streicht sich über das glatte Weiß. Dann nimmt sie die Schere. Zögerlich zuerst, tastend. Ein kleiner Schnitt. Dann noch einer. Sie lacht leise, fast ungläubig. Als sei sie nicht sicher, ob sie das wirklich tun darf. Mit den Händen reißt sie weiter. Stück für Stück fällt von ihr ab – der Stoff, die Zurückhaltung, das Müssen. Der rote Stoff darunter wird sichtbar. Leuchtet.

In dem Moment, in dem fast nichts mehr vom Weiß bleibt, steht sie da wie verwandelt. Nicht entblößt – sondern ganz da. Stark. Wild. Lebendig. „Es fühlt sich gerade wirklich an wie atmen“, sagt sie. Die Fotos zeigen keine Pose, kein Spiel. Sie zeigen eine Frau, die sich erlaubt hat, sichtbar zu werden. Nicht als jemand Neues – sondern als die, die längst da war.

SOPHIA - SUCHE NACH LEICHTIGKEIT

Sophia kam mit dem Wunsch, ihre Leichtigkeit wiederzufinden. „Können wir etwas mit Federn machen?“, fragte sie. Am Tag des Shootings hatte ich alles bereit gelegt: in der Natur gefundene Federn, Klebeband, einen Spiegel, Tücher aus zarten Stoffen. Dazu leise Musik. Sophia setzte sich an den Tisch, nahm eine Feder in die Hand, strich damit über ihre Finger, dann über ihr Gesicht. „Die fühlt sich an wie ein Kindheitssommer“, sagte sie leise. Dann begann sie,

Federn mit Klebeband auf ihrer Haut zu befestigen - an Schlüsselbein, Arm, Stirn. Sie schaut sich an. Lacht. Zögert. Macht weiter. Die Kamera hält den Moment fest, wie sie sich verwandelt. Dann stellte sie sich in das Licht, das durch's Fenster fiel, bewegte sich langsam, drehte sich, die Federn zitterten bei jeder Bewegung. Ein paar lösten sich und schwebten zu Boden - sie lachte. Dann wirbelte sie durchs Zimmer - wie ein Vogel, wie ein Fabelwesen. Am Ende sagte Sophia: „Ich habe mich heute tatsächlich leicht gefühlt. Nicht wie früher vielleicht - aber wie ich gerade jetzt bin. Und das war schön.“

Schönheit & Selbstbild

Wie sehen wir uns selbst? Wie blicken wir auf unseren Körper?
Auf unser Gesicht? Auf unsere Geschichte? Diese Shootings laden dich ein, dich
mit anderen Augen zu betrachten. Vielleicht zart. Vielleicht verspielt. Vielleicht
ungewohnt. Es geht nicht um Perfektion. Sondern um Echtheit, um
Annäherung. Um das, was du manchmal übersiehst.

CARLA - ICH BIN SCHÖN

Carla mochte Fotos von sich nie. „Ich seh da immer nur, was nicht gut ist an mir“ - wir wollten das ändern. „Lass' uns etwas ausprobieren“, sagte ich und reichte ihr eine Kiste voller Papier, Farben, Tücher, Spiegel und Naturmaterialien. „Spricht dich irgendetwas davon an? Wo zieht es dich hin? Was fühlt sich gerade passend an?“. Carla schaute neugierig, aber auch ein wenig unsicher. Nach einem Moment griff sie zu einem großen Bogen Papier und einem dicken, schwarzen Stift. „Ich versuche einfach mal zu zeichnen“, sagte sie zögernd, „aber was hat das mit einem Fotoshooting zu tun?“. Ich lächelte augenzwinkernd. Während sie Linien und Formen aufs Papier brachte, ließ sie den Blick manchmal aus dem Fenster schweifen. Die

Bewegung war langsam, fast meditativ, und mit jedem Strich wirkte sie entspannter. Sie zeichnete nicht perfekt, doch genau das machte es lebendig. Dann legte sie das Papier beiseite und griff zu einigen kleinen Federn und Blättern aus dem Korb. Vorsichtig ließ sie sie über ihre Haut gleiten, spürte den feinen Wind, der durch das geöffnete Fenster hereinwehte. Ihr Gesicht hellte sich auf, und plötzlich lachte sie leise. „Das fühlt sich gut an“, sagte sie. „Ich vergesse, dass hier eine Kamera ist.“ Wir spielten noch ein wenig weiter, Carla malte, legte Blumen auf ihren Schoß, ließ Spiegel vor sich tanzen und bewegte sich langsam im Raum. Es gab keine gestellten Posen – aber Bilder von Carla, wie sie wirklich war: lebendig, spürbar, echt und wunderschön.

MAJA - SPIEGELWELTEN

Maja wollte sich selbst in ihren verschiedenen Facetten sehen und akzeptieren. In einem Zimmer voller großer und kleiner Spiegel setzte sie sich auf den Boden, spielte mit den Spiegeln, hob sie hoch, ließ sie kippen und sah sich aus unterschiedlichen Perspektiven.

Sie bewegte sich langsam, drehte sich, verschmolz zeitweise mit ihren Spiegelbildern. Die entstandenen Bilder zeigten nicht nur ihr Äußeres, sondern auch den inneren Dialog, das Suchen und Finden, eine Reise durch Identität, Akzeptanz und Selbstentdeckung.

CLARA - WEICHHEIT

Clara war jemand, der viel spürte – doch oft in sich hinein. Sie hatte lange geglaubt, dass Sanftheit etwas sei, das man sich abtrainieren müsse, um durchzukommen. Seit einiger Zeit war da jedoch ein anderes Sehnen. Nicht laut, aber klar: Sie wollte sich wieder weich fühlen dürfen. Diese Seite von sich ausprobieren, sichtbar machen, festhalten. So verstreuten wir verschiedene Tücher auf dem alten Dielenboden, wie hingeworfene Gedanken. Clara trug ein fließendes, langes Kleid, ihre Bewegungen waren erst zögerlich, dann immer freier. Sie griff nach einem Strauß Blumen, drehte sich inmitten der Blüten. Zart. Lebendig.

SABINE - REISE DURCH ROLLEN

Sabine war neugierig. Nicht auf ein klassisches Shooting, sondern auf sich selbst. „Ich glaube, ich will einfach mal ausprobieren, wie ich mich in verschiedenen Kleidern fühle, wer ich alles sein kann“, hatte sie gesagt. Im Atelier hatte sie eine große Auswahl verschiedener Kleider, ich sagte „Lass' dir Zeit und zieh' an, was dich gerade ruft“. Sie entschied sich für ein Kleid hellem Flieder, zart und fließend. Sie trat vorsichtig vor den Spiegel, lächelte ein wenig verlegen, drehte sich langsam im Kreis. Ihre Stimme war weich, ihr Blick fast ein wenig kindlich. Ich fotografierte, wie sie ihre Arme wie Flügel hob, als würde sie tanzen wollen – oder fliegen. Dann wählte

sie ein sommerliches gelbes Kleid. Ihre Bewegungen wurden lebendiger. Sie lachte plötzlich laut, schloss die Augen und wiegte sich im Takt eines Liedes, das nur sie hören konnte. Sie erinnerte sich an einen Tag am Meer. Ich bat sie, davon zu erzählen. Während sie sprach, hob sie das Kleid leicht an den Seiten, als wolle sie barfuß über Wiesen rennen. Später stand sie vor mir in einem schwarzen Tüllkleid. Ihre Haltung war aufrecht, ihr Blick intensiv. „Ich fühle mich wie eine andere Frau. Wie jemand, der keine Angst hat, gesehen zu werden.“

Ich ließ sie posieren – groß, ruhig, stark. Wir probierten noch weitere Kleider, lachten, fotografierten. Am Ende sagte Sabine: „Ich glaube, das war nicht einfach ein Shooting. Das war eine Reise. Ich bin in all diesen Frauen ich gewesen. Nur... auf verschiedene Arten.“

FRANZISKA – DAS KLEID WAR FÜR SPÄTER

Franziska hatte mir eine mail geschrieben: „Ich hab mir selbst dieses Kleid gekauft – schon vor Monaten. Für später. Für irgendwann. Gestern bin ich 37 geworden und... vielleicht ist das lächerlich, aber als ich vorm Schrank stand, fragte ich mich: „Wann, wenn nicht jetzt?“ und trug es doch wieder nicht. Ich weiß nicht, weshalb mir das so schwer fällt. Vielleicht fehlt mir einfach der passende Anlass. Ich würde es jetzt einfach gern bei einem Fotoshooting tragen“. Eine Woche später kam sie zu mir, hatte das Kleid

dabei. Der Stoff war weich, tiefgrün, mit langen Ärmeln. Sie zog es langsam an, fast wie ein Versprechen an sich selbst. Ein Bild zeigt sie mit geschlossenen Augen, der Stoff fliegt um sie herum.

Ein anderes: Ihr Blick in den Spiegel, ruhig, ohne Urteil. „Weißt du was?“, sagte sie, „Das Warten auf den passenden Anlass war irgendwie nur eine Ausrede. Der Anlass sollte ich selbst sein. Und die Erlaubnis, mich schön zu finden. Weil mir das so schwer fällt, habe ich es immer wieder aufgeschoben, aber... heute darf ich und will ich. Einfach schön sein. Nicht später. Jetzt.“

Vielleicht hast du beim Lesen gespürt: Das hier ist mehr als ein Fotoshooting. Es ist eine Begegnung – mit dir selbst. Du musst nichts leisten. Manchmal reicht es, einfach da zu sein.

Ein solches Shooting kann vieles sein:

- eine Pause vom Müssen
- ein leiser Neubeginn
- ein kleiner Schutzraum
- ein Versuch, dich zu spüren
- ein „Ich bin noch da“
- ein „Ich weiß gerade gar nichts“
- ein Ausdruck für etwas, das du nicht sagen kannst
- ein Geschenk an dich selbst

Und die Themen? Vielleicht ist da ein Wunsch nach Leichtigkeit. Oder der Mut, etwas zu zeigen, das sonst keinen Platz hat. Vielleicht willst du Grenzen sichtbar machen. Oder dich einfach in Bewegung bringen. Vielleicht möchtest du deinen Körper auf neue Weise sehen. Oder dich selbst einmal mit den Augen von jemand anderem betrachten – liebevoll. achtsam. ohne Urteil.

Ob du Schichten ablegen willst oder dich einhüllen. Sprechen oder schweigen. Alles darf. Nichts muss. Deine Bilder entstehen aus dem, was gerade da ist. Und vielleicht wirst du überrascht sein, was sich zeigt.

TEIL 2



SCHWANGERSCHAFT

Viele Bilder, die man kennt, zeigen
nur einen kleinen Ausschnitt:
die Pose, den Bauch, das Ideal.
Aber du bist nicht nur das. Vielleicht
fühlst du dich widersprüchlich, wild,
erschöpft, schön, genervt, mutig,
zärtlich. In jedem Fall muss sich dein
Babybauch-Shooting nicht nur um
deinen Bauch drehen, sondern auch
um dich. Um dein Erleben. Deinen
Körper. Dein Jetzt.

Die folgenden Geschichten sind fiktiv
– und doch nah an dem, was wirklich
passieren kann. Sie sollen nicht
sagen, ‘so muss es aussehen’ –
sondern dich einladen, heraus-
zufinden, was für dich stimmt.
Vielleicht erkennst du dich irgendwo
wieder. Vielleicht findest du eine
Idee, die dich berührt. Und vielleicht
entsteht daraus ein Shooting, das zu
dir gehört...

Ich werde Mutter

Schwangerschaft heißt nicht nur: da wächst ein Kind. Es heißt auch: Du veränderst dich. Deine Gedanken. Dein Körper. Deine Art, durch den Tag zu gehen. Vielleicht fühlst du dich weicher. Oder kraftvoller. Vielleicht ist alles klar. Oder vieles verwirrend. Vielleicht ist da Vorfreude – und gleichzeitig Unsicherheit. Diese Shootings wollen dir nichts überstülpen – sondern dich begleiten. Sie zeigen keine perfekte Version. Keine Standardpose. Sondern Momente. Bewegungen. Echtheit.

MARA - GEFÜHLSBILDER

„Manchmal habe ich das Gefühl, nur noch Babybauch zu sein“, sagte Mara, „alles dreht sich um die Schwangerschaft, das Baby, die bevorstehende Geburt – und das ist zwar wunderschön und ich freue mich auf die Kleine, aber... mitunter habe ich auch das Gefühl, das alles erdrückt und erstickt mich irgendwie“. Deshalb suchte sie nicht nach einem klassischen Babybauchshooting, das sich wieder nur um ihren Bauch dreht, sondern ein Shooting, bei dem sie einfach sie selbst sein darf. Atmen. Sich spüren in dieser ganz besonderen Zeit. Sie lief ein wenig durchs Atelier, blieb dann vor einem Spiegel stehen, betrachtete sich. Ihre Hände strichen langsam über den Bauch, ihr Gesicht. Irgendwann begann sie, sich zu bewegen, zu tanzen,

kehrte jedoch immerwieder zum Spiegel zurück, hielt inne. Und fast beiläufig entstanden Bilder. Bilder, die einfach Mara zeigten.

AMELIE - ICH WILL NICHT STILLHALTEN

„Ich bin kein Typ für ruhige Babybauchbilder. Ich will rennen, lachen, springen. Ich fühle mich so lebendig wie noch nie“, erklärte Amelie. Zum Shooting gingen auf ein offenes Feld. Sie drehte sich im Kreis, warf ein Tuch in den Himmel, rannte durch hohes Gras. Ihr Bauch war einfach Teil davon – wie ein sichtbares Symbol für Bewegung, für Leben, das fließt. Ihre Bilder leuchten. Kein Stillstand, kein Pathos. Da war eine Frau voller Energie, die aufbricht zu etwas Neuem – mit allem, was sie ist.

LEA - SEHNSUCHT NACH GEBORGENHEIT

Lea kam allein. „Ich fühle mich zur Zeit oft unsicher. Als würde ich schwanken. Ich will gerade einfach mal landen“, sagte sie vorm Shooting. am shootingtag hatte ich eine kleine Ecke im Atelier hergerichtet – mit weichen Stoffen, Kissen, Decken. Lea zog sich dort zurück, wie in eine Höhle, kuschelte sich ein, schloss die Augen, es gab Tee und leise Musik. Und die Kamera fing ein: ein aufatmendes Gesicht. Eine Hand am Bauch. Und Momente der Ruhe, die nicht gemacht waren, sondern einfach da.

ELIF - DAS GEFÜHL FESTHALTEN

Im ersten Gespräch sagte Elif: „Ich will mich nicht verkleiden. Aber ich will auch nicht einfach in Jeans und T-Shirt da stehen. Es darf inszeniert sein – aber nicht falsch. Ich will Bilder, die aussehen wie mein Innenleben sich anfühlt.“ Letztlich entschieden wir uns für einen schwarzen Hintergrund, eine zerknitterte Rettungsdecke auf dem Boden. Sonst nichts. Elif steht mittendrin, barfuß, mit einem langen Tüllrock und nacktem Oberkörper. Sie hebt die Decke, legt sie sich um die Schultern, wickelt sich ein. Dann breitet sie sie wie Flügel aus. Der Glanz wirkt kalt – aber dazwischen ist Wärme, ganz deutlich. Die entstandenen Bilder wirken fast wie aus einem anderen Raum – Zwischen Mensch und Skulptur. Zwischen Verletzlichkeit und Erhabenheit.

RIEKE – „ICH BIN PLÖTZLICH SO SPÜRBAR“

Schon in ihrer Anfrage sagte Rieke: „Ich will nicht nur sitzen und lächeln. Ich will spüren, wie mein Körper sich verändert. Wie er sich bewegt, von innen und außen. Es ist alles so flüchtig. Und gleichzeitig so echt.“ Für das Shooting wollten wir einen leeren Raum. Nur ein starker Windzug durch einen Ventilator. Rieke trug ein langes, helles Hemd aus dünner Baumwolle – der Stoff hob sich, umspielte den Bauch, flog, fiel, blieb hängen an der Haut. Sie drehte sich langsam, lies den Wind über sich hinwegstreichen. Ihre Haare tanzten, der Bauch ganz ruhig. Kein gewöhnliches Shooting.

JASMIN – „ES DARF AUCH VERSPIELT SEIN“

Jasmin erzählte mir: „Alle denken, ich sei jetzt ganz in mir gekehrt. Bin ich auch manchmal. Aber ich hab auch so viel Lust zu lachen. Zu tanzen. Irgendwie bin gerade wie ein Luftballon: rund, leicht, ein bisschen schräg. Ich will das zeigen.“ Also gab es Shooting mit Luftballons. Pastellfarben, Rosa. Einige auf dem Boden, andere hingen an der Decke. Jasmin trug ein helles Kleid, tanze zwischen den Ballons, manchmal stand sie ganz ruhig – eine Hand auf dem Bauch, der andere hält einen einzigen Ballon. „Ich hatte ja etwas Angst, die Bilder könnten albern werden“, sagte Jasmin nach dem Shooting, aber es hat sich überhaupt nicht so angefühlt, sondern irgendwie leicht und echt – das war ich“.

ANNA – IM WALD/ MUTTER ERDE

Anna war im siebten Monat, als sie zu mir kam. „Ich fühle mich schön – aber anders schön als früher. Es ist zarter. Und gleichzeitig stärker. Und irgendwie größer als ich.“, sagte sie. Wir überlegten ein wenig und entschlossen uns dann für ein Shooting im Wald – wir wollten Bilder, die zeigten, wie sich ihr Körper in die Natur einfügte. Zwischen Moos, altern Bäumen und Wurzeln.. Die Bilder wirken wie aus einem Märchen – kraftvoll, ruhig, verbunden.

SOPHIE – ICH FÜHLE MICH WEICHER

Sophie kam an einem warmen Spätsommertag. „Ich

bin normalerweise nicht der romantische, mädchenhafte Typ - aber in letzter Zeit ist da eine Zärtlichkeit und Zartheit in mir, die ich gern festhalten würde.“

Wir breiteten eine Decke im Garten aus. Sophie trug ein langes Kleid mit Spitze, den Bauch von Sonnenlicht gewärmt, die Hände immerwieder um sich selbst gelegt. Wir redeten entspannt, pflückten ein paar Blumen, aßen Kirschen. Und es entstanden wunderschön leise, sanfte Bilder von Sophie.

CLARA - ICH WILL MIR DAS MERKEN

„Ich weiß gar nicht genau, was ich will. Aber ich will mir das merken. Das, was da gerade ist. Das Gefühl. Wie ein langsames Wachsen, Warten und Freuen“, sagte Clara. Wir beschlossen, gar keine großen Pläne zu machen, sondern ganz spontan mit dem Shooting zu beginnen und einfach ihrem Gefühl zu folgen. Am Shootingtag kam sie in einem schlichten Leinenkleid, wir gingen nach Draußen. Clara erzählte von ihrem Fühlen, manchmal schwieg sie auch. Und irgendwie hielten wir in Bildern fest, was nicht in Worte passte.

ELENA - ICH WEISS NICHT, WAS ICH FÜHLE

Als wir uns trafen, sagte Elena gleich: „Ich weiß nicht, ob das heute ein schöner Tag ist.“ Sie setzte sich, wir tranken Tee, sie erzählte von Müdigkeit, dem Chaos im Kopf und über all die Ratschläge zur Schwangerschaft,

Als wir uns trafen, sagte Elena gleich: „Ich weiß nicht, ob das heute ein schöner Tag ist.“ Sie setzte sich, wir tranken Tee, sie erzählte von Müdigkeit, dem Chaos im Kopf und über all die Ratschläge zur Schwangerschaft, die sie zur Zeit von allen Seiten bekommt. „Einfach ein Stück raus?“, fragte ich. Sie nickte. Wir gingen nicht weit, nur ein Stück in die Natur. Sie lag im Gras, die Hände auf ihrem Bauch, die Haare im Gesicht, der Blick woanders. Das war ihr Bild.

NORA - ICH DARF UNSICHER SEIN

Nora hatte sich für das Shooting ein neues Kleid gekauft – zart, fast durchsichtig umspielte es ihren Bauch. Sie wollte Fotos, auf denen sie langsam tanzt, sich wiegt, doch dann stand sie mitten im Raum und wir spürten beide, dass etwas nicht passt. „Ich dachte, ich müsste irgendwie strahlen. Ich strahle aber nicht.“ sagte Nora. Sie setzte sich und wickelte sich in die dicke Decke ein, die neben ihr lag. Und plötzlich... war es richtig. Eingehüllt in die Decke begann sie, sich zu bewegen, streichelte ihren Bauch, lächelte. Später sagte sie: „Ich hab mich wie ich selbst gefühlt. Nicht wie die Vorstellung von mir. Das Kleid war wohl einfach ein Fehlkauf“.

LOUISA - ICH BIN NICHT DIESES IDEAL

Im Vorgespräch sagte Louisa: „Ich will keine Bilder mit Blümchenkleid und Lächeln. Ich will wissen, wie ich

aussehe, wenn ich einfach nichts darstellen muss.“

Sie kam in schwarzer Leggings und Kapuzenpulli, ungeschminkt. Wir fotografierten in Schwarzweiß. Ohne Deko. Ohne Inszenierung. In einem Bild sitzt sie mit angezogenen Beinen, Stirn auf den Knien. In einem anderen steht sie da, aufrecht, klar. Klassische Babybauchbilder? Nein. Ganz viel Louisa? Ja.

NADINE - ALLES GLEICHZEITIG

Als Nadine ankam, sagte sie: „Ich hab keine Ahnung, wie ich heute bin. Ich fühl gerade so Vieles gleichzeitig.“. So legten wir einfach eine große Decke auf den Boden und sammelten verschiedene Dinge aus dem Atelier: eine alte Schüssel mit Wasser, durchsichtige Stoffe, ein Spiegel, ein altes Kleid,... Sie probierte aus. Malte sich Kreise auf den Bauch. Kitzelte sich selbst mit einem Grashalm. Legte sich ins Licht. Dann setzte sie sich einfach hin und atmete. „Weißt du jetzt, wo du bist?“, fragte ich. „Nee, ich glaube nicht“, sagte Nadine, „aber eigentlich ist das auch okay“. Und es sind wunderbar ehrliche Fotos entstanden.

EMILIA – WIE EIN GEDICHT

Emilia sagte: „Ich weiß, Viele wollen natürliche Bilder. Ich auch – aber nicht nur. Ich will es ein bisschen märchenhaft. Ohne Kitsch, aber mit diesem Gefühl von: Ich darf schön sein. Ich darf weich sein. Ich darf mich in dieser Zeit wie etwas Besonderes fühlen –

nicht nur wegen des Kindes, sondern auch meinetwegen.“

Wir treffen uns an einem frühen Abend auf einer Wiese, Emilia trägt ein Kleid in zartem Rosé. Sie bewegt sich vorsichtig, fast tanzend, streicht mit den Händen über die Gräser. „Ich mochte mich früher nicht so sehr auf Fotos. Aber ich glaube, gerade deshalb will ich das jetzt. Etwas für mich.“ Ich lasse sie gehen, drehen, setzen. Fotografiere, wie sie einen Kranz aus Gräsern beginnt, ihn nicht zu Ende flechtet. Wie sie sich auf den Rücken legt und den Himmel anschaut. Wie sie ihre Hände wie aus Versehen auf den Bauch legt – ganz leicht, fast ehrfürchtig. Im Gegenlicht sieht sie aus wie aus einer anderen Zeit. Aber es ist kein Versteckspiel. Es ist eine Einladung an sich selbst, sich zu fühlen. Eine Erinnerung daran, wie es ist, zu leuchten und etwas Besonderes zu sein.

SVENJA – KEINE BLUMEN IM HAAR

„Alle denken, Schwangerschaft ist so ein Nestbauthema. Aber ich fühle mich gerade eher wie in einem Aufbruch. Ich will keine Blumen im Haar und keinen Schleier. Ich will, dass man sieht, dass da etwas in mir wächst – aber dass ich trotzdem ich bin. Vielleicht sogar noch mehr als vorher.“, sagte Svenja. Am Shootingtag entschied sie sich für ein Outfit, bei dem nichts wirklich zusammenpasste, ein bunter Mix

aus Farben und Stilen, dazu knallrote Lippen, ein Hauch von Glitzer auf den Wangen. Fertig gestylt setzt sie sich auf den schlichten Holzstuhl, den ich bereitgestellt habe, die Beine weit geöffnet, den Bauch stolz nach vorne geschoben. In der Hand hält sie einen großen Strauß Rosen. Svenja zerreißt die Blütenblätter nach und nach, lässt sie zwischen den Fingern zerfallen. Manchmal wirft sie die einzelnen Blätter in die Luft. Dabei entstehen Bilder, deren Schönheit in der Kraft des Andersseins liegt. Svenja ist nicht nur Mutter in spe. Sie ist eine Kraft, die sich selbst neu erfindet.

JANA - ICH BIN DA.

„Ich bin eigentlich jemand, der sich selten zeigt. Ich war nie besonders körperlich. Aber jetzt verändert sich alles. Mein Körper spricht plötzlich so laut – und ich will ihm zuhören.“, sagte Jana, „Allerdings will ich Bilder, die nicht süß sind. Eher wie ein Echo davon, wie sich das alles anfühlt. Neu. Unbekannt. Manchmal vielleicht sogar ein bisschen unheimlich.“

Wir trafen uns im Atelier, der Raum war still. Ein weißer Vorhang, ein Spiegel auf dem Boden, in der Mitte mehrere Bahnen transparenter Plastikfolie. Jana setzte sich dazu und die Folie sah aus wie eine schimmernde Hülle, die schützt und zugleich durchlässig ist. Sie trägt ein enges, schlichtes Unterkleid in Hautfarbe. Kein Schmuck, kein Make-up. Sie beginnt, langsam mit der Folie zu spielen, sie

anzuheben, sich darunter hindurch zu schieben. Der Spiegel auf dem Boden zeigt dabei ihren Bauch von unten, etwas verzerrt. Wir holen einen weiteren Spiegel, stellen ihn an die Wand. Jana bewegt sich, betrachtet sich. Und wir machen Bilder – verhüllt und sichtbar. Körperlich und abstrakt. Bilder einer Frau, die beginnt, sich zu sehen.

Gemeinsam schwanger

Manche Wege geht man nicht allein - und deshalb zeigen diese Shootings mehr als einen Bauch. Sie zeigen Hände, die sich finden. Blicke, die sich kennen. Momente, in denen das Wir spürbar wird - leise, laut oder irgendwo dazwischen. Hier geht es nicht um gestellte Szenen, sondern um das, was euch verbindet - als Paar, als Familie.

LARS - BALD PAPA

Lars schrieb mir eine e-Mail. „Ist zwar vielleicht etwas seltsam, dass ich als Mann allein nach einem Babybauchshooting frage, aber ich... mich betrifft das doch auch. Ich werde in wenigen Wochen Papa werden, ich freue mich und bin aufgeregt und ziemlich nervös und... können wir einfach Fotos machen? So ein letzter bewusster Blick auf mich als Nicht-Papa?“, fragte er. Ja, klar! Wir machten recht kurzfristig einen Termin aus, er kam in Alltagskleidung vorbei, wir tranken Kaffee, redeten und fast beiläufig entstanden Fotos. Von Lars, der entspannt am Tisch saß. Von Lars, der aufgeregt wurde, wenn er von der bevorstehenden Geburt erzählte. Dessen Augen leuchteten, wenn er über seine kleine Familie redete, die gerade im Entstehen war. Babybauch-bilder als Mann? Warum nicht?

ANJA & LUISE – EINE NEUE ZEIT

Schon immer wollten Anja und Luise eine Familie gründen. Nun war Luise schwanger, die Beiden kamen zu mir. „Wir wollen die Zeit vor der Geburt noch einmal festhalten. Uns – so wie wir jetzt sind. Als Paar. Als werdende Mütter. Als Zuhause füreinander.“ Zum Shooting kamen sie mit einem selbstgepflückten Blumenstrauß, einem Tuch von Anjas Großmutter, einer leichten Nervosität. Die Kamera sah: Hände, die einander fanden. Augen, die suchten. Ein Bauch, der Leben trägt. Und zwei Menschen, die sich in diesem Moment neu erfinden. Es sind leise Bilder geworden. Und kraftvolle. Eine Liebeserklärung an das, was bleibt – auch wenn Vieles sich verändert.

MARA & JON – STILLHALTEN UND HINSEHEN

Im Vorgespräch sagte Mara: „Ich bin so viel im Tun, im Vorbereiten, im Checklistenmodus. Ich wollte diesen Moment hier, um zu merken: Das passiert wirklich. Und ich will Jon mit dabei, auch wenn er sich bei sowas immer ein bisschen komisch fühlt.“ Jon sagte nur: „Ich find's gut, wenn es sich nicht zu gestellt anfühlt.“

Am Shootingtag breiteten wir Decken auf dem Boden aus, dazu ein paar Kissen, alles weich, ruhig, fast wie ein Nest. Das Licht fällt durch die alten Fenster, warm und flach. Mara sitzt am Boden, zieht die Beine an, hält sich den Bauch. Jon setzt sich hinter sie, legt die

Hände über ihre und es ist, als würde da etwas in den Raum kommen, das lange keinen Platz hatte: Ruhe. Nähe. Gewissheit. Ich fotografiere die Beiden nicht in Posen, sondern im Dazwischen: Wie er ihre Stirn küsst, ohne dass es jemand sagt. Wie sie kurz die Augen schließt. Wie er die Arme um sie legt, nicht als Geste, sondern einfach so. Das Shooting war vielleicht nicht außergewöhnlich und spektakulär, aber später sagte Mara: „Es fühlt sich einfach an, wie ein Kapitel, das wir beide geschrieben haben.“

KATI – ZWEITE SCHWANGERSCHAFT

„Diesmal ist es anders als beim ersten Mal“, sagte sie, „ich bin gelassener, aber irgendwie auch verletzlicher. Außerdem ist diesmal Leo dabei, mein Sohn. Vielleicht ist das Shooting vor allem für ihn. Nochmal ein paar Stunden mit ihm allein. Nochmal ein paar Bilder, die zeigen, wie er zum großen Bruder wird“. Zum Shooting brachte sie alte Fotos von ihm mit, die Beiden saßen gemeinsam auf dem Boden, umgeben von kuscheligen Decken, Kissen und Leo's altem Plüschhasen, schauten die alten Baby-Bilder an. Vielleicht ein kleiner Abschied. Und ganz viel Vorfreude. Manchmal redeten sie mit dem Baby oder Leo umarmte Mamas Bauch. Alles entspannt, vertraut.

MERLE – ICH WILL MICH NICHT VERSTELLEN

Merle brachte ihre kleine Tochter Juna mit und wünschte sich einen entspannten Nachmittag mit viel

Zeit füreinander. Die beiden malten in einem Ausmalbuch, suchten Käfer im Garten, bliesen Pustebumen in die Luft. Manchmal fragte Juna: „Wann kommt das Baby endlich?“ Ich hielt einfach fest, was da war, auch die Zwischentöne, die Müdigkeit, das Inne-halten. Ein Kind, das Fragen stellt. Eine Mutter, die nicht alles weiß. Ein Babybauch, der nicht ständig im Zentrum steht, aber ganz selbstverständlich eben immer mit dabei ist.

RONJA & PHILLIP – ETAPPEN EINER REISE

„Können wir auch mehrere Shootings machen?“, hatten die Beiden gefragt und erklärt: „Wir würden gern den Wandel sehen. Festhalten, wie sich alles verändert. Ehrlich gesagt dachten wir erst, wir machen die Fotos einfach allein, aber uns rennt jetzt schon ständig die Zeit davon – wenn es am Ende mehr sein soll, als ein paar Schnappschüsse, die irgendwann in Vergessenheit geraten, brauchen wir jemanden, der uns hilft“. So trafen wir uns zum ersten Shooting im Frühling als der Babybauch noch ganz zart war. Ronja ließ sich auf den Stuhl neben dem alten Holztisch fallen, sie trug ein schlichtes Kleid mit Strickjacke. Phillip setzte sich zu ihr. „Guck mal, was wir mitgebracht haben“ grinsten die Beiden und streckten mir stolz ein Paar winzige Schuhe entgegen. Das erste Motiv ihrer Fotoreise. In den folgenden zwei Stunden erzählten sie viel, alberten herum, wir

machten einen kleinen Spaziergang unter blühenden Obstbäumen. Die Fotos fingen alles ein, ihre Vorfreude, die Frühlingsstimmung, den noch kleinen, aber bereits deutlich sichtbaren Babybauch.

Ein paar Monate später trafen wir uns wieder – diesmal draußen auf einer blühenden Wiese. Die Sonne schien warm, das Gras war hoch und voller Leben. Es war nicht mehr lange bis zur Geburt, Ronjas Bauch war nun sehr präsent. „Wird echt Zeit, dass es kommt“, stöhnte sie und lachte. Sie pflückte Blumen, setzt sich dann zu Phillip ins Gras. Sie erzählten von den vergangenen Wochen, vom frisch eingerichteten Kinderzimmer, doch zwischen all der Vorbereitung und Vorfreude spürt man auch Unruhe, Fragen, ein wenig Erschöpfung.

Zum dritten Shooting kamen die Beiden wieder ins Atelier, doch in ganz anderer Atmosphäre. Statt blühender Kirschzweige stand eine Kanne Tee auf dem Tisch, das Licht von draußen war weicher und goldener geworden. Ronja saß wieder am Tisch, das Baby fest im Arm und liebevoll eingehüllt in eine weiche Decke. Phillip stand neben ihr, legte behutsam die Hand auf ihre Schulter. Sie erzählten von der Geburt, von den ersten schlaflosen Nächten, von den kleinen Momenten, die plötzlich die ganze Welt bedeuteten. Sie wirkten jetzt irgendwie erwachsener. „Man denkt ja immer, es geht ums Baby.“, sagte Ronja, „Aber in diesen Fotos steckt auch so viel von uns beiden. Ich glaube, das wird später mal noch wertvoller für uns – und auch fürs Kind.“

ISABELLA, MAJA UND ELISABETH – DREI FRAUEN. DREI ZEITEN. EIN BAND.

Im Vorgespräch sagte Isabella: „Ich wünsche mir keine klassischen Babybauchfotos. Es geht mir nicht nur um den Bauch. Ich merke einfach, wie viel sich gerade bewegt – in mir, in uns. Und irgendwie ist es mir wichtig, dass meine Mutter und meine Tochter dabei sind. Nicht als Beiwerk, sondern wirklich mittendrin.“

Wir treffen uns an einem warmen Tag im späten Frühling. Die Wiese ist hoch und weich.

Alle drei tragen schlichte, helle Kleider – fast wie zufällig aufeinander abgestimmt. Zuerst gehen sie einfach nebeneinander, Maja springt manchmal voraus, pflückt Blumen. Im Schatten eines Baumes breiten wir eine Decke aus, sie setzen sich, Elisabeth erzählt plötzlich alte Geschichten aus ihrer Kindheit. Isabella lehnt sich an den Baum, der Kopf von Maja ruht sanft auf ihrem Bauch, als lausche sie dem Herzschlag, dem leisen Ticken eines neuen Lebens. Elisabeth schmiegt sich dicht heran, die Hände offen und ruhig auf dem Gras. Zwischen ihnen liegen verstreut kleine Blüten, frisch gepflückt: Gänseblümchen, ein paar zarte Löwenzahnsamen, die sich bald im Wind verlieren werden. Nach einer Weile setzen wir den Spaziergang fort, ich fotografiere, ohne viel zu sagen. Als wir uns verabschieden lächelt Isabella und sagt: „Vielleicht wollten die Fotos heute entstehen, um diesem kleinen Wesen in mir zu zeigen, dass es nicht aus dem Nichts kommt, sondern Teil von etwas ist“.

Freundschaft

Wenn Freundinnen Teil deiner Reise sind. Wenn ihr zusammen lacht, schweigt, tanzt. Und eure Verbindung in Bildern sichtbar werden soll.

Nicht nur Babybauch – auch Miteinander. Ein Nachmittag mit Freundinnen, wie ein kleines Ritual: ehrlich, schräg, liebevoll, leicht.

*(Denn selbst wenn sich gerade alles wandelt –
manche Verbindungen tragen durch jedes neue Kapitel.)*

WIR DÜRFEN EINFACH KOMISCH SEIN

Lena kam mit zwei Freundinnen und wollte kein klassisches Babybauch-Shooting, sondern einen Nachmittag, an dem sie albern sein konnten.

Also wurden im Atelier Hüte ausprobiert, bunte Socken angezogen, Grimassen geschnitten und kleine Tänze im Kreis aufgeführt. Zwischendurch saßen sie auf dem Boden und redeten ehrlich über Ängste, Unsicherheiten und die Aufregung vor dem Baby. Die Kamera fing die Wackler ein, die echten Lacher, die schrägen Posen. Lena sagte hinterher: „Das hat sich angefühlt wie mit meinen Freundinnen im Wohnzimmer – nur mit Bildern, die das festhalten.“

„EIN KLEINES FRAUENRITUAL – GANZ UNAUFGEREGT“

Paula wollte ein Babybauchshooting mit ihren zwei besten Freundinnen. „Wir brauchen nichts Großes“, sagte sie, „aber wir wollen den Tag spüren. Uns selbst. Und einander.“

Der Garten war warm, voller Summen und Duft, eine Decke lag ausgebreitet im Gras, daneben ein kleiner Korb mit Kirschen. Es sollte keinen Plan geben, kein Programm – nur Zeit zum Reden, Zuhören und Sein. Die Freundinnen saßen im Kreis, lächelten in die Sonne, hielten sich an den Händen. Dann begannen sie, Lenas Bauch mit Blüten zu schmücken, alberten herum, begannen zu tanzen, sanken dann wieder auf die Decke. Es gab ruhige Augenblicke mit Platz für gezielte Fotos in natürlichen Posen. Und ganz freie Momente, in denen ich einfing, was sich einfach zeigte.

Am Ende war ein bunter Mix an Bildern entstanden. Sie zeigten Hände, die sich berühren, Blicke, die verstanden, Momente des Lachens, der Vertrautheit und auch Schweigens. Ein Ritual ohne Regeln.

EVA & CHRISTIN – WURZELN UND WANDEL

Eva und Christin kannten sich seit der Schulzeit, hatten viel zusammen erlebt. Nun stand für Eva ihr bisher größtes Abenteuer bevor: das Muttersein. Christin hatte sie immer durch Höhen und Tiefen

begleitet, war ihre Vertraute und ihr Ruhepol. „Wir wollten diesen Moment festhalten, weil er mehr ist als nur ein Babybauch“, sagte Eva beim ersten Treffen, „Es geht um uns – unsere Freundschaft, die alles aushält, was das Leben bringt. Wir würden deshalb gern Fotos im Wald machen – zwischen den Bäumen und Wurzeln, weil... naja, weil wir einander immer Wurzeln waren“.

Am Shootingtag liefen sie gemeinsam durch das moosbedeckte Grün, lachten und tauschten Blicke. Anfangs spürte ich noch ihre Scheu vor der Kamera, doch bald verlor sie sich mehr und mehr. Hände strichen über den Bauch, Köpfe lagen auf Schultern, nackte Füße berührten Waldboden, Augen schlossen sich – und die Kamera durfte all das festhalten.

FREUNDINNEN IM SPÄTSOMMERGARTEN

Julia und Sophie hatten beschlossen, vor der Geburt von Julias Kind ein gemeinsames Shooting zu machen. „Weil wir zur Zeit oft spüren, dass das Leben immer schneller und voller wird, aber so ein Moment zwischen uns einfach mal stehen bleiben soll“, erklärte Julia, während sie sich mit Sophie auf der weichen Decke im Garten ausbreitete. Es war ein warmer Spätsommertag, die Sonne war mild, und auf dem kleinen Holztisch standen ein paar frisch gepflückte Blumen. Sie erzählten und genossen die Ruhe, die sich langsam ausbreitete. Sophie legte Julias Hand auf den Bauch, dann malten sie zusammen leichte Muster mit

Pflanzenfarben auf die Haut, schmückten den Bauch mit Blüten. „Wir wollten einfach festhalten, wie es sich anfühlt, füreinander da zu sein. Auch wenn sich immerwieder alles ändert und Zeit so schnell vergeht, wir sind immer noch Freundinnen. Und das ist das, was bleibt“, sagte Sophie leise. Die Fotos wurden eine Erinnerung an diese leichte, lebendige Nähe – ein kleines Ritual gegen das ständige Rennen der Zeit.

Abstrakt & anders

Nicht jede Schwangerschaft fühlt sich weich oder zart an. Nicht jede lässt sich in Worte fassen oder mit klassischen Bildern erzählen. Diese Shootings suchen andere Formen. Manche sind roh, andere verspielt. Manche leuchten, andere flimmern wie ein Gefühl, das sich nicht greifen lässt. Es geht nicht um Schönsein im üblichen Sinn. Sondern um Echtheit. Um Zwischenräume. Um Ausdruck für das, was du vielleicht selbst erst noch sortieren musst. Ein Tanz mit dem Ungewissen, ein Spiel mit Bewegung und Stille.

TONI & LEVI – ZU VIEL. GENAU RICHTIG.

Wir wollen das Gegenteil von zart“, sagte Toni im Vorgespräch. „Wir sind laut, übertrieben, manchmal seltsam. Und wir wollen, dass unser Kind das später sieht – nicht irgendeine Version, die wir für andere spielen, sondern uns. So wie wir tanzen, fluchen, spinnen.“

Am Shootingtag kamen sie mit einer großen Tasche. Darin: ein knallroter Lackrock, ein neonpinkes Netzhemd, eine Sonnenbrille, ein weißer Kunstpelzmantel. „Wir haben nichts Passendes“, grinste Levi. Der Raum war leer bis auf einen alten Holztisch, zwei Stühle. Toni saß auf dem Tisch, schob die Beine nach oben, überkreuzte sie, ließ sie langsam wieder sinken. Levi

stand daneben, drehte den Stuhl wie eine Requisite, legte sich schließlich darunter, streckte die Beine in die Luft. Toni lachte, rollte sich vom Tisch auf den Boden, der Rock knisterte, ihre Haare flogen. Sie tanzten um die Stühle, umkreisten sich, tauschten Rollen: mal trug sie den Pelz, mal er den Lack. Es gab kein klassisches Bauchfoto – aber auf einem Bild liegt Toni auf dem Rücken, den Bauch zur Decke gestreckt, und Levi hält ihre Füße, als würde er sie gleich in die Luft werfen. Auf einem anderen sitzt sie auf seinem Rücken, er auf allen Vieren, beide lachen laut. „Wir wollten nicht weich sein“, sagte Toni. „Aber jetzt fühlen wir uns trotzdem irgendwie zärtlich“, sagte Levi. Und dann lagen sie nebeneinander auf dem Boden, alle Farben um sie herum – erschöpft, berührt, da. Die Bilder sind schrill, wild, liebevoll. Ein bisschen zu viel. Und genau deshalb: genau richtig.

LARA - “GEHT ES AUCH ANDERS?”

„Meine Schwangerschaft ist Bewegung, Veränderung, Unschärfe. Und ich will Bilder, die genau das zeigen.“, erklärte Lara und wir fotografierten mit Langzeitbelichtung, spielten mit Bewegung und Unschärfe. Ihre Silhouette löste sich auf, der Bauch fließend zwischen klar und verschwommen. Die Bilder zeigten ein Gefühl... nicht klar und deutlich greifbar, mehr wie eine Erinnerung, die sich ständig wandelt.

MIRA – „ICH BIN ROT“

Mira sagte beim ersten Treffen: „Ich weiß nicht, ob ich die Bilder je jemandem zeigen will. Aber ich weiß, dass ich sie brauche. Ich bin gerade so voller Wucht – innen wie außen. Und in meinem Kopf ist alles rot.“ Wir überlegten, wie man diese Farbe spürbar machen könnte, ohne dass es platt wirkt.

Am Shootingtag war der Raum leer, bis auf ein paar rote Stoffbahnen. Manche durchsichtig, andere schwer. Ein Glas mit rotem Wasser. Eine einzelne Tomate. Miras Lippen geschminkt in dunklem Rot. Der Rest schlicht.

Sie bewegte sich langsam, spielte mit dem Stoff, trank, verschmierte die Farbe auf ihren Händen, ließ sie auf den Bauch tropfen. Kein dekoratives Setting. Eher ein Versuch, das, was drinnen war, nach außen zu holen. Die Bilder sind intensiv, eigenwillig, kraftvoll. Sie zeigen nicht einfach eine Schwangere. Sie zeigen eine Frau, die brennt.

NURI & JARO – STILLE UND BLITZE

Nuri trug einen weiten Pullover über ihrem Kleid, das Haar zerzaust, ihr Blick direkt. „Ich hab keine Lust auf Bauchherzchen und Küsschenfotos. Ich will, dass wir uns erinnern: Dass wir nie ganz reingepasst haben. Und dass das okay war.“ Jaro war ruhiger. „Ich will sehen, was passiert, wenn wir nichts festhalten wollen“, sagte er. Im Atelier war der Boden leer, nur

eine Spiegelkugel drehte sich langsam in der Ecke. Ich schaltete das Licht aus, nur kleine Spots und das Streulicht vom Fenster blieben. Nuri begann, sich langsam zu bewegen – nicht inszeniert, sondern wie jemand, der sich auflädt. Jaro trat hinzu, streifte ihre Schulter. Zwischen ihnen war kein Kitsch, sondern etwas anderes: Klarheit. Nähe auf eine stille, präzise Art.

Später legten sie sich Rücken an Rücken auf den Boden, sahen zur Decke. Die Spiegelkugel warf Lichtpunkte über ihre Körper, über Nuri's Bauch. „Wir haben keine Ahnung, wie das wird mit Kind“, flüsterte sie. „Aber wir sind's ja gewohnt, neu zu denken“, sagte Jaro. Dann stand er auf, zog sie mit – sie lachten, tanzten schräg, unbeholfen, fast wie in einer anderen Welt.

Sie setzten sich ans Fenster, ihre Füße nach draußen in die Luft gestreckt. „Vielleicht wird unser Kind irgendwann fragen, warum wir auf den Bildern nicht gelächelt haben“, sagte Nuri. „Dann sagen wir: Weil wir nie posiert haben. Sondern gelebt.“ Die Fotos zeigen Ecken, Schatten, Zwischentöne – und zwei Menschen, die sich nicht erklären müssen. Nur erinnern. An das, was sie sind.

NIKA & FLO – WIR BLEIBEN WILD

„Wir wollen später mal draufschaun und sagen: Ja, das waren wir. Nicht weichgezeichnet, nicht angepasst. Sondern wild und wach und ein bisschen

drüber.“ So hatten sie es im Vorgespräch gesagt.

Nika war im achten Monat, trug ein enges schwarzes Kleid, ihre Dreadlocks zum Dutt gewickelt, die Lippen dunkelrot. Flo hatte ein altes Bandshirt an. „Die Leute erwarten, dass wir jetzt erwachsen werden“, sagte er. „Sind wir ja auch – aber eben auf unsere Art.“ Für das Shooting hatten sie Musik mitgebracht, auf dem Bodenlagen Tücher verstreut. Nika drehte sich zur Musik, ließ den Bauch kreisen, warf die Haare zurück. Flo tanzte mit ihr, sie warf den Kopf zurück und lachte laut. „Das Kind soll wissen, dass wir uns gefunden haben, bevor es kam – und dass wir uns nicht verlieren werden, wenn es da ist.“

Zwischendurch setzten sie sich auf den Boden, Rücken an Rücken. Atmeten. Schlossen die Augen. Flo legte die Hand an ihren Bauch. „Du bist schon jetzt Teil von uns“, sagte er leise. Dann kam wieder Bewegung. Sie machten Faxen in die Kamera, hielten sich gegenseitig den Bauch. Am Ende lagen sie nebeneinander auf dem Boden, der Bauch zwischen ihnen, Hände verschränkt.

„Das wird nicht leicht“, sagte Nika. „Aber es wird unser Chaos sein“, grinste Flo.

Und die Bilder? Die zeigen genau das: Zwei Menschen, laut, echt, mutig. Und ein drittes Wesen mittendrin – noch nicht geboren, aber schon Teil einer kleinen, wilden Welt.

LOTTE – „ICH WILL MICH MEHRFACH SEHEN“

Lotte kam mit dem Satz: „Ich fühle mich gerade wie eine Sammlung. Verschiedene Versionen von mir – alle gleichzeitig. Und ich hätte gern Bilder, die das irgendwie sichtbar machen.“

Wir holten verschiedene Spiegel ins Atelier – rund, eckig, alt, neu. Einige mit Kratzern, andere ganz klar. Manche standen, andere lagen auf dem Boden. Lotte bewegte sich zwischen ihnen, beugte sich vor, berührte vorsichtig das Glas. Manchmal sah sie sich mehrfach, manchmal verzerrt. Manchmal nur in Teilen.

Sie trug ein schlichtes Kleid, barfuß, ohne Schminke. Der Bauch war sichtbar – aber nicht im Mittelpunkt. Eher ein Bezugspunkt. In einer Szene hockte sie sich zwischen die Spiegel und streckte die Hand aus: das Bild zeigte zehn Finger – aber nur eine Berührung. In einer anderen saß sie hinter einem beschlagenen Spiegel, malte langsam ein Fenster frei. „Ich weiß nicht, was ich da gerade sehe“, sagte sie leise. „Aber es fühlt sich ehrlich an.“

Die Bilder zeigen keine klassische Pose. Sie zeigen eine Suchende. Eine Frau, die sich selbst aus mehreren Blickwinkeln begegnet. Und dabei vielleicht nicht eine Antwort findet – aber einen Moment, der bleibt.

Vintage

Wenn du dich nach etwas besonders Weichem, Zeitlosem sehnst, ist ein Babybauchshooting im Vintage-Stil vielleicht genau das Richtige für dich. In meinem Atelier gibt es verschiedene alte Möbel, Requisiten, sanftes Licht und zarte Kleider. Hier dürfen Bilder entstehen, die nicht modern sein wollen – sondern still.

Zart. Und vielleicht ein bisschen wie gemalt.

Gerade in der Schwangerschaft – in dieser Zwischenzeit voller Veränderung – kann so eine Ästhetik helfen, etwas von dem einzufangen, was sich sonst nicht zeigen lässt.

Nicht nur wie du aussiehst, sondern wie du dich fühlst.

FRANKA - GANZ WEICH

Sie sagte: „Ich habe gerade so viel in mir – Gefühle, Gedanken, Körperlichkeit. Ich möchte Bilder, die mich nicht festhalten, sondern umhüllen.“

Im Atelier legte sie sich auf das alte geblümete Sofa. Neben ihr ein altes Teeglas, ein Kissen mit Spitze. Sie trug ein fließendes Kleid, hell und hauchzart. Kein Blick in die Kamera. Kein Lächeln auf Kommando. Nur ein leises Dasein, als würde alles einmal kurz stillstehen.

Die Bilder wurden sanft, in gedeckten Tönen. Kein Kontrast, keine Härte – sondern Licht, das streichelt. „Ich glaube, ich habe mich selten so zart gesehen“, sagte sie am Ende.

LUISE - ZEITLOS

Sie war im letzten Trimester. Um sie herum alles im Takt: Termine, Kliniktasche, Geburtsvorbereitung. Doch in ihr – da war ein anderer Rhythmus. „Ich habe das Gefühl, ich stehe an der Schwelle zwischen Welten“, sagte sie, „und ich will Bilder, die das zeigen. Nicht meinen Alltag, auch nichts Inszeniertes. Sondern dieses Schweben.“

Das Shooting fand am späten Nachmittag statt. Das Licht fiel weich in den Raum, auf das alte Bett, auf Luises Hände, die ihren Bauch hielten wie ein Gefäß. Nichts war modern. Nichts laut. Und in all dem entstand eine Ahnung: Dass dieser Moment nicht nur ihr gehört. Dass Frauen überall auf der Welt – früher, heute, vielleicht für immer – dieses Dazwischen kennen.

Dieses stille Tragen. Dieses Wissen ohne Worte.

„Ich glaube, ich habe mich kurz erinnert, dass ich Teil von etwas Größerem bin“, sagte sie später, „und genau das sehe ich auf diesen Bildern.“

JOHANNA - EIN GEMÄLDE

„Ich liebe Bilder, die aussehen wie Gemälde. Nicht dieses Glatte – sondern etwas mit Tiefe, Textur, Licht

wie in alten Stilleben.“, sagte Johanna.

Sie hatte ein Kleid mitgebracht, das fast aussah wie aus einer anderen Epoche – dunkles Altrosa, schwerer Stoff, ein Schleifenband unter der Brust. Im Atelier stellten wir einen kleinen Tisch auf, legten getrocknete Blumen darauf, ein zerlesenes Buch, eine Obstschale.

Sie saß seitlich im Stuhl, das Licht traf sie nur halb, warf Schatten auf ihre Schultern.

Die Bilder entstanden langsam, mit Bedacht. Und als sie sie sah, sagte sie: „Das bin ich. Und es sieht wirklich aus, als hätte mich jemand gemalt.“

Deine Schwangerschaft ist eine besondere Zeit und die Geschichten in diesem Teil zeigen, wie unterschiedlich diese Zeit erlebt- und festgehalten werden kann: Laut oder leise. Mit Freundinnen, Partnern oder allein. Als zartes Portrait, als freie Bewegung, als inszeniertes Bild, das mehr über das Innen als das Außen spricht.

In den Shootings geht es nicht nur darum, wie dein Babybauch aussieht. Sondern darum, was du fühlst. Was du brauchst. Was sichtbar werden darf. Ob du dir ein kraftvolles Einzelbild wünschst, das dich in deiner Veränderung zeigt, ob du die Nähe zu anderen festhalten willst oder einfach einen Moment, in dem alles kurz stillstehen darf: Es muss nicht perfekt sein. Nur ehrlich - und damit wird es zu etwas, was du später einmal anschaust und sagst: So war das. Das war ich.

TEIL 3



KINDHEIT

Wenn ihr zu mir kommt, ist das Shooting
nicht bloß ein Termin. Es ist eine
Einladung, sich gemeinsam Zeit zu
nehmen. Ob gemeinsam Basteln, malen,
durch Pfützen springen oder in der Sonne
träumen. Ob für Teepartys mit
Kuscheltieren. Für Umhänge, die aus
Kindern Vampire machen. Für
Prinzessinnen mit Blumenkränzen, kleine
Räubertöchter mit freiem Blick, für
Geschwister, die Papierschiffe basteln, für
verwunschene Gärten, geheime Zeichen,
Heldengeschichten und Apfelsammler.

Natürlich kann man auch schnell ein paar
Handyfotos im Alltag machen. Aber
manchmal tut es gut, den Moment nicht
durch die eigene Linse zu sehen. Sich ganz
bewusst eine Pause zu gönnen. Wirklich da
zu sein - und ich übernehme das
Festhalten eurer Momente...

Alltag & Nähe

Diese Shootings zeigen keine besonderen Anlässe. Sie zeigen: Nähe, Zwischenräume, das echte Leben.

LENA UND JONAS – EINFACH ENTSPANNT

Lena wollte einen entspannten Nachmittag mit ihrem Sohn verbringen und in Bildern festhalten. „Für mich braucht es nicht ständig Trubel und große Unternehmungen“, sagte sie, „ich würde gern diese kleinen, entspannten Momente zwischen uns festhalten, einfach entspannt zwischen Gräsern und Sonnenstrahlen.“. So begann das Shooting mit einer großen Decke, die im Garten ausgebreitet lag. Die Beiden malten bunte Muster auf Papier, schauten Bücher an, rannten ein Stück über die Wiese und lagen dann im Gras, schauten einfach in den Himmel. Und in all dem steckte diese Leichtigkeit, die sich nicht planen lässt. Es war einfach ein Zusammensein von Mutter und Kind. Die Kamera hielt einfach fest, was sich zeigte.

JOHANNA UND IHR SOHN LIO

Die Beiden kamen kurz vor Lio's Einschulung zu mir.

Er hatte seinen kleinen Schulranzen dabei, den er mit Stolz, aber auch ein bisschen Nervosität auf dem Rücken trug. Johanna erzählte mir, dass es für sie beide ein großer Schritt war – nicht nur für ihn. Wir fotografierten sie zuerst draußen – Lio balancierte auf einer niedrigen Mauer, Johanna lief nebendran. Dann malten sie zusammen mit Kreide auf den Boden: Wünsche, Mutworte, kleine Geheimzeichen nur für sie. Am Ende saßen sie auf der Treppe und hielten sich einfach nur still an der Hand. Es war ein Abschied vom Kindergartenkindsein – und ein Willkommen für all das, was kommt.

RONJA UND IHR HASE

Klara kam mit ihrer Tochter Ronja an einem kühlen Frühlingstag. „Sie wird so schnell groß, aber abends ruft sie immer noch nach ihrem Plüschhasen. Ich liebe diese Mischung aus groß und klein“, erzählte sie mir. Wir trafen uns im Atelier, natürlich war der Plüschhase dabei – ein bisschen zerzaust, an einem Ohr geflickt. „Den hatte ich schon, als ich ein Baby war“, sagte Ronja. Sie durfte sich selbst ein Kleid aussuchen und saß dann auf dem Teppich, während Klara ihr leise Zöpfe flocht. Später machten sie zusammen eine Teepause mit Keksen, wie zu Hause. Klara lachte, kleckerte, kletterte auf den Schoß ihrer Mutter, kuschelte sich ein. Zum Schluss wickelte Mara sie in eine alte Decke, wie früher...

LIAN, PETER – UND DER REGEN

Als ich Lian und seinen Vater fotografierte, war Regen angekündigt. „Macht nichts“, hatte Peter gesagt, „wir gehen sowieso gern bei Regen raus.“ Und so liefen sie mit Gummistiefeln durch Pfützen, während ich sie begleitete. Lian hielt seinen kleinen Regenschirm fest wie einen Schatz. Es war unbeschwert und nass und voller Gelächter. Dann kehrten sie in den Garten zurück, zogen die nassen Jacken aus, setzten sich unter das Vordach und teilten sich ein paar Kekse. Ich fotografierte die Tropfen auf ihren Haaren, die warmen Hände, das gegenseitige Anschauen. Ein Nachmittag zwischen Abenteuer und Geborgenheit.

JANA WIRD GROSSE SCHWESTER

Janas Mutter schrieb mir vorab, dass Jana bald große Schwester werden würde. Sie wollte diesen Übergang sichtbar machen – „Ich will nicht nur Babybauchfotos, sondern etwas, das auch Jana zeigt, wie besonders sie ist.“ Jana brachte ihr Puppenkind mit, und wir spielten: Alltag mit Baby. Füttern, wickeln, spazieren fahren. Dann rannte sie durch den Garten, ließ sich auf eine Decke plumpsen. Wir machten Bilder, wie sie im Baum hängt, in die Kamera lacht, den Bauch ihrer Mutter küsst. Es war kein klassisches Familienshooting – eher eine kleine Hommage an dieses „Dazwischen“. Noch Einzelkind. Und schon jemand, der teilt.

TOM UND DER GOLDENE HERBST

Toms Eltern wünschten sich ein Herbstshooting – nicht, weil ein bestimmter Anlass bevorstand, sondern weil es das erste Jahr war, in dem sie nicht ständig alles dokumentierten. „Früher haben wir dauernd fotografiert. Jetzt merken wir, dass uns der Alltag oft überrennt und wir wollen uns einfach mal wieder Zeit nehmen, ein paar Erinnerungen festzuhalten.“

Am Shootingtag gingen wir gemeinsam in den Wald. Tom sammelte Kastanien, baute mit seinem Vater einen kleinen Turm daraus. Seine Mutter pflückte wilde Äpfel, Tom biss hinein. Zwischendurch lag er im Laub, warf es über sich, schloss die Augen. Es war kein großes Ereignis. Und genau das war der Zauber daran.

MARIE UND JONAH
– LETZTER TAG KINDERGARTEN

„Ich habe ihn gefragt, was er sich wünscht, solange er noch Kindergartenkind ist und er sagte, er will einen Tag mit Mama allein. Ich dachte, es wäre doch irgendwie schön, ein, zwei Stunden von diesem Mama-Tag in Bildern festzuhalten und Jonah war ganz begeistert von der Idee“. Am Shootingtag liefen sie durch hohes Gras, spielten Fangen, warfen sich gegenseitig in die Arme. Dann nahmen sie bunte Stoffstreifen und knoteten sie an einen kleinen Ast – für jedes Jahr einen. „Du kannst ihn mitnehmen, wenn du groß wirst“, sagte Marie. Es war ein verspielter Abschied von der Kindergartenzeit...

MILOS WELT

Milo ist zweieinhalb – und lebt in einer eigenen Welt. „Er redet noch nicht viel, aber beobachtet alles“, erzählte mir seine Mutter. „Und er hat so einen eigenen Rhythmus.“

Wir verabredeten uns für ein Shooting im Garten – mit kleinen Dingen zum Entdecken: ein Sieb mit Wasser, ein Tablett mit Federn, ein paar Becher und Löffel. Milo kam mit einem Holzlaster, ließ ihn über Wurzeln rollen, hielt dann still, als ein Käfer über seine Hand lief. Die Kamera war ganz still dabei – wie ein Begleiter. Es ging nicht um Lächeln. Es ging darum, Milos Welt einen Raum zu geben.

ALVA – ZWISCHEN STAUNEN UND KICHERN

Alva war gerade drei geworden – ein Alter voller Übergänge. „Sie ist mal Baby, mal große Schwester, mal ganz bei sich, mal nur am Quatschmachen“, sagte ihre Mutter. „Ich wünsche mir Bilder, die diese Zeit einfangen.“ Wir trafen uns auf einer kleinen Wiese mit Gänseblümchen – Alva pflückte Blüten, versteckte sich unter einem Tuch, schaute in die Kamera und begann dann plötzlich, sich im Kreis zu drehen, bis sie lachend umfiel. Später saß sie still auf dem Schoß ihrer Mutter, das Gesicht in ihrer Jacke versteckt.

Es war ein leiser, aber lebendiger Nachmittag – wie ein Kinderlied, das nie ganz still ist.

GESCHWISTER MIT EIGENEM TAKT

Theo (9) und Leo (6) sind Brüder – und grundverschieden. Theo baut gerne, Leo tanzt. Theo spricht wenig, Leo ohne Pause. Ihre Mutter sagte: „Ich wünsche mir Bilder, auf denen sie nicht gleich sein müssen – sondern einfach sie selbst.“ Also begannen wir mit Dingen, die sie beide mochten: Papierflieger basteln, über Steine balancieren, Grimassen schneiden. Dann trennten wir sie für eine Weile – Leo tanzte mit einem Schal, Theo baute Türme aus Steinen. Und als sie sich wiederfanden, lagen sie nebeneinander auf einer Wiese – die Stirn aneinander, die Augen offen. Die Kamera hielt fest, was so oft verloren geht: dass Nähe nicht Gleichklang heißt, sondern Dazwischen.

LENI UND DIE FREUNDINNENZEIT

Leni hatte sich ein Shooting mit ihren beiden besten Freundinnen gewünscht – ein Geschenk zum Schulanfang. Die drei kannten sich seit der Krippe. „Wir wissen, dass sich bald viel ändern wird“, sagte Lenis Mutter. „Und wir wollten noch einmal festhalten, wie sie jetzt sind – ganz Kind, ganz frei.“. Die Mädchen kamen in Gummistiefeln, mit selbst gebastelten Armbändern, die sie einander geschenkt hatten. Sie hüpfen über Pfützen, warfen sich gegenseitig in eine Decke, sammelten Schneckenhäuser. Zwischendurch hielten sie sich einfach nur an der Hand, ganz still. Als wüssten sie schon, dass diese Art von Freundschaft

kostbar ist. Die Bilder wurden lebendig und leise zugleich – eine Art Erinnerungsvorrat für später.

IDA UND DIE LEUCHTENDE JACKE

Katrin fragte mich, ob ich Fotos von ihrer Tochter Ida machen könne, als kleines Geschenk für Oma. „Sie trägt gerade am liebsten diese knallrote Jacke“, sagte ihre Mutter Katrin. „Ich wollte erst, dass sie etwas Schlichteres anzieht – aber dann dachte ich: Vielleicht ist das gerade sie.“ Also blieben wir bei der roten Jacke. Ida rannte durch den Park, versteckte sich hinter Bäumen, drehte sich im Kreis, bis ihr schwindlig wurde. Ihre Mutter beobachtete sie, manchmal lachten sie sich einfach nur an. Es war ein Shooting über Eigenwilligkeit – über das, was Kinder schon ganz selbstverständlich mitbringen, wenn man sie lässt. Und über das Loslassen als Mutter, das vielleicht leise beginnt, bei einer Jacke.

Fantasie & Verwandlung

Wenn aus Kindern Könige werden, Vampire oder Feen.

*Diese Shootings feiern das Spiel, die Rollen, das
Verwandeln. Und sie zeigen: "du kannst alles sein!"*

DAS VERRÜCKTE VERKLEIDUNGSSPIEL

Elli und Jonas kannten sich schon seit dem Kindergarten und waren dicke Freunde. Sie hatten sich ein Fotoshooting gewünscht, bei dem sie sich verkleiden können und in ganz verschiedene Rollen schlüpfen. Sie kamen mit einem Koffer voller Verkleidungssachen: Tücher, Hüte, bunte Hosen, eine alte Sonnenbrille. „Heute sind wir Modedesigner – oder vielleicht Erfinder – oder Detektive“, sagten sie. Im Laufe des Shootings wechselten sie immerwieder ihre Rollen. Mal sehr ernst, mal völlig albern. Sie führten Modenschauen auf, erzählten sich Geschichten zu ihren Outfits. Ich hielt ganz viel Drumherum fest:

die Hände, die etwas umbinden, das Lachen hinter einer viel zu großen Brille, das Stolzsein auf eine besonders schräge Kombination. Es war ein wildes, fröhliches Spiel mit Identität.

NICO, DER VAMPIR

Nicos Mutter hatte mich angeschrieben, weil sie ihren Sohn feiern wollte – so wie er ist. „Er liebt es, sich zu verwandeln“, hatte sie geschrieben. „Und er darf das bei uns. Ich möchte, dass er sich erinnern kann: Ich durfte das alles sein. Momentan liebt er vor allem Vampire“

Im Atelier hing bereits der schwarze Umhang bereit, dazu Pinsel, Theaterschminke, etwas Kunstblut. Nico trat ein und war sofort ganz in seiner Rolle. Wir verwandelten ihn langsam: bleiche Haut, dunkle Lippen, ein Tropfen Blut am Hals. Vor dem Efeu am Haus posierte er ernst, dramatisch, dann plötzlich spielerisch – zwischen dunklem Prinz und freundlichem Ungeheuer.

Das Shooting war nicht nur Verkleidung. Es war ein Ort, an dem er sein durfte, wie er sich heute fühlte. Und für seine Mutter war es ein kleines Denkmal: „Das ist mein Kind. Und alles, was in ihm steckt, ist willkommen.“

FINN UND SEIN ROTER UMHANG

„Finn hat gerade seine Superheld-Phase“, sagte seine

Mutter Isabell und sollte das Shooting ganz unter dem Motto „Superheld“ stehen. Finn kam mit einem rotem Umhang an, einem selbstgebastelten Abzeichen auf der Brust und einer Mission: „Ich will zeigen, wie stark ich bin – aber auch, dass ich nett bleibe.“, sagte er. So entstanden Fotos wie er über einen alten Baumstamm sprang, ein Kuscheltier rettete, seiner kleinen Schwester beim Schuhe anziehen half. Es war ein Shooting über Stärke, die nichts mit Lautstärke zu tun hat. Und über die feine Grenze zwischen Spiel und echtem Charakter.

NIKA UND DAS SCHMINKATELIER

Nika kam mit einem kleinen Koffer. „Ich bin heute die Make-up-Künstlerin“, sagte sie selbstbewusst. Sie hatte Lippenstift, Glitzer, ein paar bunte Lidschatten dabei. Ihre Mutter Anne setzte sich auf den Hocker, Nika schminkte sie mit voller Hingabe – Rosa, Gold, ein bisschen zu viel von allem. Dann wechselten sie, und Nika ließ sich selbst von ihrer Mutter schminken, ganz still, fast feierlich. Am Ende trugen beide Blüten im Haar und glitzernde Wangen. Es war ein Spiel mit Rollen, mit Nähe, mit Schönheit. Und vor allem mit der Erlaubnis, einfach mal etwas auszuprobieren.

LILLY - PRINZESSIN MIT TURN SCHUHEN

Lilly liebte es, sich zu verkleiden – vor allem als Prinzessin, aber auf ihre ganz eigene Weise. „Sie trägt

Krone und Kleid – und ihre dreckigen Turnschuhe dazu“, lachte ihr Vater. „Und sie sagt: Ich bin die beste Prinzessin, weil ich auch rennen kann.“

Das Shooting fand im Park statt, mit einem alten Samtkleid, einem Stock als Zepter und einer Packung Kekse. Sie rollte sich durchs Gras, rief Tiere zusammen, machte höfliche Verbeugungen vor den Enten. Die Bilder zeigen kein Märchen, sondern ein Mädchen, das weiß, dass sie ihr eigenes schreiben darf.

DORNRÖSCHEN SCHLÄFT IM GARTEN

„Sie schläft einfach überall“, hatte ihre Mutter gesagt. „Und wenn sie wach ist, träumt sie weiter.“

Für das Shooting richtete ich eine Art Märchenbett im Garten her: weiße Laken, viele Kissen, Rosenblüten.

Wir schmückten ihr Haar, sie bekam ein leichtes Kleid – wie aus einer anderen Zeit. Dann legte sie sich zwischen die Blüten, streckte die Arme aus, flüsterte: „Ich bin verzaubert.“ Es war ein Spiel – aber auch eine Hommage an die verträumte Seite dieses Kindes. Ein Shooting wie ein zarter Zauberspruch: Du darfst langsam sein. Du darfst träumen.

TEEPARTY MIT HERRN FUCHS

Miras Mutter kam mit dem Wunsch, etwas festhalten, das vielleicht schon bald verschwinden würde. Dieses zarte, verspielte Alter, in dem ihre Tochter ganz selbstverständlich zwischen Fantasie und Wirklichkeit

wechselte.

Wir hatten die Idee, im Atelier eine kleine Teeparty für Mira und ihre Kuscheltiere vorzubereiten: Ein kleiner Holztisch, ein Spitzendeckchen, Porzellantassen, ein Krug mit Wasser und getrockneten Blüten. Mira kam mit einer selbstgebastelten Einladung in der Hand. Sie brachte ihre Kuscheltiere mit – Herr Fuchs, Frau Eule, Fräulein Elefant und den müden Bären. Sie begrüßte sie mit leiser Stimme, bot ihnen Wasser mit Blüten an, redete ihnen gut zu. Die Kamera begleitete still.

Für ihre Mutter war es kein bloßes Spiel-Shooting, sondern ein Aufbewahren dieser liebevollen Welt, die Mira sich selbst geschaffen hatte.

ROTKÄPPCHEN – JENNY AUF DEM WALDPFAD

Jenny's Mutter hatte ein altes Foto von sich selbst als Kind, verkleidet als Rotkäppchen. „Es war mein Lieblingsbild“, sagte sie. „Ich möchte, dass Jenny auch so ein Bild hat. Eines, das eine Geschichte erzählt.“

Ich nähte einen kleinen Umhang, stellte einen Weidenkorb bereit. Jenny brachte einen Apfel mit, eine Flasche und einen Kuchen. Als sie bei mir ankam, war sie schon ganz aufgeregt. Wir gingen in den nahen Wald, Jenny rannte umher, lachte, ließ sich ins weiche Moos fallen. Manchmal war sie wirklich Rotkäppchen – und manchmal einfach ein Kind mit leuchtenden Augen. Das Shooting war ein Spiel mit einem alten Bild – und mit der Freude, sich selbst in eine Geschichte zu verwandeln.

HEUTE BIN ICH EINE KÖNIGIN – FENJA IM GOLDENEN KLEID

„Sie sagt das neuerdings oft“, erzählte ihre Mutter. „Wenn sie sich anzieht, sich im Spiegel anschaut – dann kommt dieser Satz. Und ich finde, sie darf das ruhig fühlen.“

Fenja kam mit einer kleinen Krone aus Pappe und einer Vorstellung im Kopf: dass sie einmal so richtig Königin sein darf. Ich suchte für sie ein goldschimmerndes Kleid aus, stellte einen alten Spiegel in den Garten, legte Stoffbahnen über den Boden. Fenja posierte nicht – sie regierte. Mit einem Blick wie aus einer anderen Zeit, ernst und würdevoll, aber voller Fantasie. Es war ein Spiel – und doch mehr. Ein Tag, an dem ein Kind sich wichtig fühlen durfte. Glanzvoll. Schön. Und ganz bei sich.

DER GEHEIME GARTEN – SOFIE

Sofie wünschte sich ein besonderes Shooting. Etwas Geheimnisvolles zum Entdecken. Eine Welt für sich allein. So verwandelte ich den Garten in einen verwunschenen Ort: ein paar Tücher zwischen Bäumen, ein altes Buch, ein Kompass, ein Glas mit einem Fundstück. Sofie ging los, tastete sich vor. Sie fand eine weiße Feder, legte sie auf einen Stein, erzählte mir, das sei der Eingang zu einem unterirdischen Palast. Die Kamera war einfach stiller Begleiter.

Kindheit ist nicht nur eine
Lebensphase. Sie ist ein Rhythmus.
Eine Art, die Welt zu sehen. Manchmal
unberechenbar – aber immer
einzigartig und echt.

Vielleicht hast du beim Lesen gespürt:
Hier geht es nicht um perfekte
Familienbilder oder gestellte Szenen,
sondern um Nähe, Vertrauen, Eigen-
willigkeit. Um Übergänge und
Aufbrüche. Um Spiel, Verwandlung
und den Mut, sich zu zeigen. Es geht
darum, dass Kinder sie selbst sein
dürfen. Mit Lieblingsjacke. Mit
Glitzer. Mit der Freundin an der
Hand. Mit stillen Blicken, mit
Quatschgesichtern, mit ihren ganz
eigenen Ideen...

TEIL 4



DU & ICH

Was bleibt von all den Begegnungen, die
uns geprägt haben?

Dieses Kapitel ist eine Einladung, sich
gegenseitig zu sehen – jenseits von Rollen,
Erwartungen und schnellen Bildern. Es
geht um Freundschaften, die uns tragen.
Um Geschwister, die sich erinnern. Um
Paare, die Nähe nicht beweisen, sondern
einfach leben.

Es geht um das Dazwischen.
Um das Unsichtbare, das manchmal in
einer kleinen Geste liegt, einem Blick,
einem gemeinsamen Moment.

Vielleicht ist da jemand, mit dem du
lachst, schweigst, tanzt, atmest. Jemand,
mit dem du Vergangenheit teilst – oder
gerade Zukunft denkst. Diese Shootings
wollen nichts vorspielen. Sie feiern das,
was echt ist.

Die Geschichten in diesem Abschnitt sind
fiktiv und sollen dir Möglichkeiten sicht-
bar zu machen. Vielleicht erkennst du dich
darin wieder. Vielleicht wächst beim Lesen
erst die Idee, was für dich stimmig wäre...

Freunde, Geschwister, Seelenverwandte

*Diese Shootings feiern Verbundenheit – über Jahre, über Unterschiede
hinweg, über das, was im Alltag oft zu kurz kommt.
Ein Geschenk an das Miteinander. An das Immer-noch-Dasein.*

ANNA UND LUISE

– EIN NACHMITTAG ZU ZWEIT

Anna und Luise kennen sich, seit sie dreizehn sind. Sie wohnen inzwischen in verschiedenen Städten, sehen sich nicht mehr so oft – aber wenn sie sich treffen, fühlt es sich immer noch an wie früher. Wie nach Hause kommen, sagten sie beim Vorgespräch. Wie durchatmen können.

Sie hatten keine große Vorstellung vom Shooting – nur den Wunsch, Zeit miteinander zu verbringen, auf eine Weise, die nicht wieder gleich verfliegt. „Einfach wir zwei, ohne Plan, mit Zeit und einem Korb voll Sommer“, meinte Anna. Also legte ich eine Decke in den Garten, stellte Gläser, eine Flasche Limonade be-

reit. Sie brachten frisches Obst mit und Sonnencreme. Sie redeten über alte Geschichten, planten ein bisschen Zukunft. Nichts war gestellt, nichts war laut – es war nur dieser Nachmittag zwischen Freundinnen. Und die Bilder erzählen davon: Von Blicken, die nicht viel brauchen. Von Vertrauen, das bleibt. Von einer Pause vom Leben, in der man sich wiederfindet.

LOTTA UND EMIL – UNSER SPIELZEUG

Lotta und Emil wollten ein gemeinsames Fotoshooting, bevor Emil sein Studium beenden- und umziehen würde. „So langsam wird es irgendwie ernst und wir fangen an, so richtig erwachsen zu sein, jeder ein eigenes Leben zu leben. Wir würden uns gerne Zeit nehmen, nochmal zurückzuschauen und die Gegenwart festzuhalten“, sagten die Zwei. Sie brachten ihre alte Spielzeugkiste mit: Playmobil-Figuren, eine kaputte Marmeladenbahn, Barbiepuppen, eine Ente auf Rädern. Wir breiteten eine Decke im Studio aus und sie begannen, fast automatisch zu spielen, herumzublödeln, zu lachen. Nicht als Pose – sondern als Erinnerung. Manchmal kam ein echtes Lachen, manchmal eine Rührung, die nur kurz zu sehen war. Ein Shooting, das die Geschichte von zwei Geschwistern erzählte...

LENA UND TILDA – VERBUNDEN

Zwei lange, weiche Tücher lagen bereit – wie ein

Versprechen. Lena und Tilda wollten das Shooting nutzen, um sichtbar zu machen, wie eng sie sich verbunden fühlten. Sie wickelten sich gegenseitig ein. Hielten die Tücher hoch, ließen sie wehen, ließen sich darin verschwinden.

Draußen im Garten tanzten die Stoffe mit dem Wind, drinnen fingen sie das Licht. Die Bilder zeigten Momente der Nähe – und des Rückzugs. Das, was zwischen ihnen lag, sichtbar als Stoff, Bewegung, Verhüllung. Ein Spiel mit Sichtbarkeit. Und ein liebevolles Annähern. So, wie Freundschaft eben ist: nie statisch, immer im Wandel.

NOA UND FENJA – DURCH DEN SPIEGEL

Noa und Fenja hatten einander viel zu sagen – und gleichzeitig war da so viel Ungesagtes. Sie wollten sich fotografieren lassen, aber nicht frontal, nicht direkt.

„Vielleicht mit Spiegeln?“, fragten sie. Sie hielten kleine Spiegel in den Händen. Mal sahen sie sich direkt an, mal nur über die Spiegel. Manchmal wurde der Blick gebrochen, verschwommen – nur Fragmente blieben sichtbar. Das Spiel mit Perspektiven wurde zu einem Spiel mit Nähe. Die Kamera hielt fest, wie sie sich annäherten, entfernten, neu betrachteten. Wie sie sich selbst sahen – und wie die andere. Ein Shooting über Sichtbarkeit. Verletzlichkeit. Und das, was zwischen zwei Menschen liegt, wenn man genau hinschaut.

HELENA UND AMY – VERWANDLUNGSSPIEL

Helena und Amy wollten sich Zeit schenken. Zeit zum Spielen, zum Sehen, zum Verwandeln. Als Frauen, die sich seit Jahren begleiten, die einander Geschichten auf der Haut ablesen können. Deshalb wünschten sie sich ein Shooting, das nicht nur zeigt, wie sie sind, sondern auch, was alles in ihnen steckt. „Jede darf mal jemand anders sein“, sagte Helena, „Oder jemand, der sie vielleicht schon immer war.“

Ich bereitete Stoffe, Tücher, schlichte Requisiten vor – eine kleine Auswahl an Dingen, aus denen Welten werden konnten. Die beiden schminkten sich gegenseitig: mit sanfter Hand, mit Lächeln und Hingabe. Sie lachten, probierten, zogen sich um.

Mal wurde Helena zur Königin mit leichtem Glanz auf den Wangen und ernstem Blick, mal Amy zur wilden Frau, barfuß, das Haar offen im Wind. Dann wieder hielten sie einfach inne, still nebeneinander.

Und zwischen all den Bildern war da immer dieses leise Verstehen. Ein Spiel, ja – aber eines, das etwas offenlegt: Stärke, Zartheit, Mut. Das Gefühl, gesehen zu werden, nicht wie alle Welt einen sieht – sondern wie man wirklich ist, wenn man sich traut.

SELINA UND IHRE SCHWESTER

Selina wollte sich und ihrer Schwester ein Shooting schenken. Beide waren Anfang dreißig, beide mitten im Leben – mit Kindern, Partnern, vollen Tagen. Das

Shooting war Teil eines Wochenendes, das sie ganz für sich haben wollten. Ohne Erwartungen. Ohne Funktion. Ohne Rollen. Wir planten es wie eine kleine Zeremonie - langsames Ankommen im Atelier, sich gegenseitig frisieren, Tee trinken. Dann wickelten sie sich in leichte Stoffe, weiße Kleider und es entstand ein Spiel aus Nähe, Bewegung und Pausen. Sie sagten später, sie hätten sich gesehen – auf eine Weise, wie es im Alltag kaum noch geschieht.

Die Bilder zeigten nicht nur zwei Schwestern, sondern ein Band, das still und tief durch ihre Leben führt. Ein Moment, den sie sich selbst geschenkt hatten.

IN DEINER HAUT – LEA UND MARIE

Lea hatte das Shooting ihrer Schwester Marie geschenkt – oder vielleicht sich selbst. Sie waren sehr unterschiedlich: Lea wild, laut, immer unterwegs. Marie stiller, mit Blick für das, was andere übersahen. Sie hatten das Gefühl, sich manchmal zu verpassen – obwohl sie sich liebten.

Für das Shooting wollten sie etwas Spielerisches. Aber auch etwas, das ihre Gegensätze berührt. Beide brachten Kleidungsstücke mit, die die andere niemals freiwillig tragen würde: Marie ein langes, geblümtes Vintagekleid, Lea einen grellen Hoodie mit Glitzerprint. Sie tauschten. Lachten. Und merkten, dass es mehr war als Verkleidung. Ein Sich-hineinversetzen. Ein Sich-trauen. Die Kamera hielt auch Momente

fest, in denen plötzlich Ernst aufkam. Weil es eben nicht nur um Kleidung ging – sondern darum, gesehen zu werden, auch in Rollen, die einem fremd sind. Ein Shooting über Nähe, Selbstbild, Freundschaft.

LINIEN AUS ERDE – JOHANNA UND LUZIE

Johanna und Luzie wollten sich Zeit schenken. Eine Zeit, in der sie sich nicht erklären mussten. Sie waren Freundinnen seit Jahren, verbunden durch viele kleine Rituale. Für das Shooting hatten sie Tonerde mitgebracht. Sie bemalten sich gegenseitig das Gesicht – langsam, achtsam. Zogen Spiralen über Wangen, Linien entlang des Schlüsselbeins, Punkte auf die Stirn. Nicht schön, nicht geplant – sondern wahrhaftig. Zwischendurch sahen sie einander lange an. Oder schlossen die Augen. Die Kamera war fast unsichtbar, fing Berührungen ein, Nähe, Spiel. Ein Shooting über Vertrauen. Über Haut. Und das stille Wissen, dass man sich halten kann.

MARA UND LINA – DER ROTE FADEN

Mara und Lina wollten etwas ganz Besonderes schaffen. Etwas, das nicht nur Bilder zeigt, sondern auch erzählt, was sie verbindet. Seit vielen Jahren sind sie Freundinnen, manchmal nah, manchmal fern – aber immer mit einem unsichtbaren Band zwischen

sich. Für ihr Shooting wünschten sie sich ein Symbol für diese Verbindung. So kam der rote Faden ins Spiel, der uns bei diesem Shooting begleiten sollte.

Am Shootingtag kamen beide in schlichten weißen Kleidern. Der Raum war still, minimalistisch – da waren nur sie und ein rotes Seil, das sie sich vorsichtig reichten. Es zog sich leise durch ihre Hände, durch ihre Bewegungen, durch den Raum. Sie hielten es fest, ließen es gleiten, wickelten es sanft um Finger und Handgelenke, verloren es beinahe – nur um es wieder zu finden. Das Seil wurde zum Symbol ihrer Freundschaft: klar, unverstellt, präsent. Zwischen ihnen spannte sich eine feine Linie, die sichtbar machte, was Worte oft nicht ausdrücken können. Und die Kamera hielt fest, was sich nicht erzwingen lässt – den roten Faden, der zwei Leben sanft miteinander verknüpft.

JASMIN UND LUISE – FÄDEN

Jasmin und Luise hatten sich lange nicht mehr wirklich gesehen. Nicht, weil sie sich entfremdet hätten, sondern weil das Leben so viel dazwischenlegte. Kinder, Arbeit, Müdigkeit. Ein Nachmittag bei mir im Atelier sollte ihr gemeinsamer Versuch werden, wieder einmal wirklich beieinander zu sein – ohne Pläne, ohne Termine.

Ich hatte einfache Wollfäden vorbereitet, in verschiedenen Farben. Dazu ein paar Holzstühle, Nägel in der Wand, Klebeband, Dinge, an denen sich Fäden be-

festigen ließen. Keine große Idee. Kein Ziel. Nur die Einladung, etwas zu machen.

Erst zögerlich spannten sie einen Faden von einer Wand zur anderen. Dann einen zweiten. Dann wurde es spielerisch: Die Fäden kreuzten sich, bildeten Linien durch den Raum. Ein Netz entstand. Ein Weg hindurch. Sie halfen sich gegenseitig, bückten sich, krochen unter dem Rot hindurch, mussten über das Gelb steigen, verhedderten sich im Blau. Manchmal kicherten sie, manchmal blieben sie einfach stehen und schauten.

„So fühlt sich es manchmal an mit uns“, sagte Luise leise. „So verstrickt, so verbunden.“ Jasmin nickte, hob einen Faden an, hielt ihn fest, damit die andere hindurchkam. Die Kamera war dabei, still, beobachtend. Sie fing Blicke ein, lose Enden, zarte Bewegungen. Zum Schluss standen die beiden in der Mitte ihres eigenen kleinen Labyrinths. Und lachten.

WIE WIR FRÜHER WAREN – MUTTER & TOCHTER

Nadine hatte ihre Mutter mitgebracht, weil sie gemerkt hatte, dass ihre Beziehung zueinander sich verändert hatte. Beide waren immer öfter ganz in ihrem eigenen Alltag versunken, geplante Treffen wurden immerwieder verschoben und oft erzählte man sich nur das Nötigste und Wichtigste, obwohl es im Grunde

viel mehr zu erzählen gab.

Jetzt wünschten sie sich ein Shooting, in dem sie sich wieder einmal richtig begegnen konnten, einander sehen – und ihre Verbindung zueinander sichtbar machen.

Wir nutzen die Räume im Atelier, die Beiden probierten alte Kleider an, tranken Tee, lachten zunächst eher etwas verhalten. Manchmal saßen sie einfach da, Rücken an Rücken, wie früher auf dem Sofa und allmählich entspannten sie sich, ließen los und waren einfach nur da...

Paare

Es gibt keine richtige Art, ein Paar zu sein.

Liebe zeigt sich verschieden – sie kann leise sein oder laut, verspielt oder ernst, zart oder voller Kraft. Diese Shootings zeigen keine Klischees, sondern das, was euch verbindet

WIE LIEBE FLIEGT – PAUL UND EMIL

Paul und Emil wollten Bilder, die leicht sind. Die ihre Verspieltheit zeigen – und ihren Zusammenhalt.

Sie brachten bunte Luftballons mit, in allen Formen und Farben. Im Garten hielten sie sie gemeinsam fest, ließen sie durch die Finger gleiten, fingen sie wieder auf.

Manchmal war da viel Lachen, ein Rennen durch das hohe Gras. Dann wieder Stille, wenn sie den Blick nicht voneinander lösen konnten. Einmal hielten sie sich umarmt, mit einem Ballon zwischen sich. Ein anderes Mal ließen sie einen steigen – und schauten ihm lange nach. Die Bilder zeigen Leichtigkeit und Halt zugleich. Wie Liebe, die Raum lässt. Und trotzdem bleibt.

ANNA UND JONAS – WILDBLUMEN

Anna und Jonas kamen leise ins Atelier, mit einem kleinen Bündel Wildblumen und zwei weichen Tüchern. Sie waren ein Paar seit einigen Jahren, kein „frisches“ mehr, aber eines mit Tiefe. Sie sagten: „Wir möchten uns mal wieder anschauen. Ohne Alltag. Ohne Kind. Einfach wir.“ Sie begannen, sich gegenseitig mit den Blumen zu schmücken. Eine Blüte hinter das Ohr. Ein Grashalm entlang des Handrückens. Sie lachten über ihre Unsicherheit, ihre vorsichtigen Berührungen. Die Tücher umspielten ihre Bewegungen. Sie banden kleine Bouquets, hielten sich an den Händen. Zwischendurch standen sie einfach nur da – und sahen sich an.

Ein Shooting über Zärtlichkeit. Und darüber, wie schön es ist, sich wieder zu begegnen.

ANTONIA UND FELIX

– WAS ZWISCHEN UNS ENTSTEHT

Antonia und Felix wollten kein klassisches Paarshooting. Keine Posen, kein ständiges In-die-Kamera-Lächeln. „Wir machen oft so viel nebeneinander her“, hatte Antonia gesagt, „aber selten etwas gemeinsam. Einfach so. Ohne Zweck.“

Also breiteten wir eine große Papierrolle auf dem Boden des Ateliers aus. Daneben: Kreiden, Farben, Pinsel – alles, womit man einfach anfangen kann. Sie setzten sich. Erst ein bisschen zögerlich. Dann griff

Felix zu einem tiefblauen Stift, Antonia zu einem warmen Gelb. Es war kein Bild, das sie da planten. Es war ein Gespräch ohne Worte. Ein Spiel. Eine kleine Reise. Sie ergänzten Linien, schufen Muster, malten durcheinander, nebeneinander, manchmal ganz für sich. Zwischendurch berührten sich ihre Hände zufällig. Ein kurzer Blick, ein Lächeln.

Die Kamera fing ein, wie sich ihre Bewegungen aufeinander einstimmten, wie aus einzelnen Gesten ein gemeinsamer Rhythmus wurde. Das fertige Bild war abstrakt, chaotisch, schön. Aber viel wichtiger war das, was dabei passierte: Ein Innehalten. Ein Raum für ein Miteinander, das sonst keinen Platz hat im Alltag. Ein Sich-Zeigen – nicht durch Worte, sondern durch Farbe. Ein Shooting wie eine Erinnerung daran, dass Nähe nicht laut sein muss. Dass sie wachsen kann – einfach aus dem Tun heraus.

HENRIKE & PAUL – NACH ALL DEN JAHREN

Henrike und Paul kamen Hand in Hand. „Wir haben uns vor 47 Jahren das erste Mal geküsst“, sagte sie. „Und irgendwie ist es jetzt wieder still geworden um uns“, ergänzte Paul. „Nicht schlecht-still. Nur... ruhig.“ Sie wollten kein großes Shooting. Nur ein paar Stunden, in denen sie sich zeigen durften – nicht für andere, sondern füreinander.

Wir trafen uns im Spätnachmittagslicht. Draußen, mit zwei Tassen Tee, einer alten Decke und dem Klang der Vögel. Sie setzten sich nebeneinander, sprachen wenig.

Ihre Hände berührten sich leicht. Ab und zu sahen sie sich an – lange, langsam. Ohne Eile. Henrike lachte, als Paul ihr leise ein altes Lied vorsumimte, das sie früher immer im Auto hörten. Später legten sie sich auf die Decke, Rücken an Rücken, wie zwei Menschen, die alles gesagt haben – und trotzdem noch da sind. Die Fotos zeigen: Dauer. Wärme. Liebe.

LINA & RAFAEL – IN SCHWARZ GESAGT

„Die Hochzeit war weiß. Zu weiß“, sagte Lina. „Ich liebe ihn, klar. Aber dieses Kleid... Ich hab mich gefühlt wie eine Fremde.“ Rafael grinste. „Ich hab noch nie so höflich ausgesehen. Jetzt hätte ich gern Bilder, auf denen ich wieder atmen kann.“

Sie kamen zu mir ins Atelier – Lina in Schwarz, mit Korsett und Tüllrock, Rafael mit langem Mantel, Handschuhen, tiefem Blick. Wir begannen drinnen. Der Raum leer, nur Kerzen, ein Spiegel, schweres Tuch am Fenster. Sie bewegten sich langsam, fast wie ein Ritual. Lina lehnte sich gegen die Wand, der Tüll wallte um ihre Füße, Rafael kniete vor ihr, band ihr ein Spitzentuch ums Handgelenk. Ein Bild zeigt sie in einer Umarmung, die eher Schwur als Kuss ist. Ein anderes: Sie stehen Rücken an Rücken, in der Hand je ein Kerzenstummel. Dann lachen sie – schief, leise, müde – aber ganz bei sich. „Nebelmaschine?“ – „Unbedingt.“ Lina stand im Dunst, wie eine Erscheinung. Rafael trat dazu, legte eine

Hand an ihren Nacken, die andere an ihre Taille. „Das hier... ist das schönste Hochzeitsbild, das wir haben.“, lächelten Beide.

BRIGITTE & NORA – AUF IHRE ART

Brigitte ist Anfang 70, Nora Anfang 60. Sie leben seit 20 Jahren zusammen, aber das Shooting war das erste Mal, dass sie sich gemeinsam vor eine Kamera wagten. „Wir sind kein typisches Paar“, sagte Brigitte. „Und das ist gut so.“

Sie wollte keine Symbole. Keine Rosen, keine Küsse. Aber Nähe. Auf ihre Art. Wir trafen uns im Garten. Nora sammelte Blätter, Brigitte strich sie glatt. Ihre Bewegungen waren ruhig, fast wie ein Ritual. Ein Foto zeigt Brigitte mit geschlossenen Augen, während Nora ihre Stirn leicht berührt. Ein anderes: ihre Schatten auf der Hauswand, überlagert von einem wilden Rosenzweig.

„Wir brauchen kein Label auf den Bildern“, sagte Brigitte. „Aber ich will später sagen können: Das waren wir. Ganz echt.“

MIRA & TIMO – FRÜHSTÜCK VON DAMALS

„Wir haben uns beim Frühstück kennengelernt“, sagte Mira. „Nicht beim Date, nicht auf einer Party. Sondern morgens. In der WG-Küche meiner Freundin. Ich hatte seine Milch genommen, er stand plötzlich neben mir.“ Timo lachte. „Zwei Toasts, drei Blicke. Und irgendwie

war es klar.“

Ein Jahr später wollten sie dorthin zurück – nicht wörtlich, aber bildlich. Ein Frühstücksshooting. Nur sie. Ohne große Inszenierung. Aber mit allem, was zählt.

Ich bereitete den Tisch im Atelier: altes Geschirr, Marmeladengläser, Kaffee, Brötchen. Sie kamen in ihren Lieblingssachen: Mira im Baumwollkleid mit Cardigan, Timo mit Pulli über'm Schlafshirt. Sie setzten sich, wie damals – sich gegenüber, nicht nebeneinander. Sahen sich an. Fingen an, sich gegenseitig Brötchen zu schmieren. Ein Bild zeigt Mira mit Teelöffel in der Hand, Timo zieht ihr zärtlich die Strähnen aus dem Gesicht. Ein anderes: beide lachen, der Orangensaft ist umgekippt, ihre Finger treffen sich im Sirup. Dann wird es still. Eine Hand auf dem Tisch, eine auf dem Knie. Ein kleiner Blick, der mehr sagt als Worte. „Das hier fühlt sich an wie ein Anfang“, sagt Mira. „Aber diesmal wissen wir, was kommt.“

HELENA & TOM – NACH DEM REGEN

Der Himmel war grau, das Licht still. „Es regnet. Aber genau das mögen wir“, sagte Helena. Sie waren mit langen Mänteln gekommen, Schal und Mütze, nebeneinander unter einem alten Regenschirm. Der Asphalt glänzte, das Kopfsteinpflaster spiegelte blass das Licht. Sie gingen langsam durch den Park – durch Pfützen, an tropfenden Büschen vorbei, das Laub in goldenen Inseln auf dem Weg.

Ich fotografierte sie von hinten: zwei Silhouetten unter einem Schirm, zwischen Baumkronen, die noch tropften.

Ein Bild zeigt Helenas Hand auf Toms Rücken, ihre Finger halb unter seinem Mantel. Ein anderes: beide schauen in eine Baumkrone, an deren Zweigen Wasserperlen hängen wie kleine Glaskugeln. Dann kam eine Regenpause. Sie setzten sich kurz auf eine nasse Bank, nah aneinander, atmeten die klare Luft. Helena zog ein Taschentuch aus der Tasche und tupfte Tom lachend die Stirn ab. Und da war dieses stille Einverständnis: Wir sind hier. Wir teilen das. „Manchmal ist Liebe einfach“, sagte Tom, „Zwei Schritte. Eine Pause. Und der gleiche Weg.“

FREYA & CLARA – LAUT, SCHIEF, ECHT

„Wir sind nicht still“, sagte Freya, „Wir sind laut. Schrill. Unordentlich. Und das soll man sehen.“ Sie kamen in bunten Sachen, ich hatte einige Dinge bereitgestellt - ein roter Plastikstuhl, Konfetti, Seifenblasen, Erdnussflips. Sie tanzten wild, sprangen sich an, schrien Lachtränen raus. Zwischendurch legten sie sich auf den Boden, Rücken an Rücken, wie nach einer langen Nacht. Freya pustete Seifenblasen in Claras Gesicht. Clara warf mit Flips zurück.

Ein Bild zeigt beide unter dem Tisch, Beine in die Luft gestreckt, Lippenstift verschmiert. Ein anderes: Clara balanciert auf dem Stuhl, Freya hält sie fest, als würde sie gleich abheben. „Das ist Liebe, wie wir sie leben“, sagte Clara. „Unlogisch. Bunt. Und voller Blödsinn.“

NORA & MIKA – EIN TAG FÜR UNS

„Die Hochzeit war schön. Aber sie war mehr für die anderen“, sagte Nora, „Die Familie, die Freunde, das Fest... alles gut. Aber jetzt wollen wir einen Tag nochmal ganz für uns.“ Mika sah sie an und nickte. „Im Wald.“

Am Shootingtag kam Nora in ihrem Hochzeitskleid. Mikas Anzug war zerknittert, der Hemdkragen offen. Wir machten uns auf den Weg in den Wald. Ein Bild zeigt sie unter einer alten Buche, ihre Stirn an seiner, ein Schleier über beide gezogen. Ein anderes: Nora steht allein auf einem Baumstamm, das Kleid fällt weit über den Rand, Mika sitzt im Gras, schaut zu ihr auf. Dann: beide auf einer Decke, die Augen geschlossen. Kein Lächeln für die Kamera. Kein Posen. Nur dieser eine Moment: zu zweit. Ohne Gäste. Ohne Zeitdruck. Ohne Ringpräsentation. Nur Wald. Und sie.

CLARA & WILHELM

– SPÄT, ABER NICHT ZU SPÄT

Clara und Wilhelm sind kein junges Paar. Aber ein neues. „Wir kannten uns früher schon“, sagte Clara, „Und dann wieder nicht. Und dann... irgendwie doch.“ Sie sind seit fünf Jahren ein Paar. Clara ist 72. Wilhelm 75. „Heiraten werden wir nicht mehr“, sagte er, „Aber ein Bild von uns, das darf sein. Vielleicht für unsere Kinder. Vielleicht für uns.“

Im Atelier richteten wir eine kleine Szene ein: ein

Stuhl mit Samtkissen, eine weiße Tischdecke, ein Glas mit Blumen. Wilhelm setzte sich zuerst, Clara stand hinter ihm, ihre Hand auf seiner Schulter. Dann wechselten sie. Einmal saßen sie nebeneinander. Dann lachten sie. Dann schwiegen sie. Kein Posing. Nur Nähe. Ein Bild zeigt sie im Profil, ihre Köpfe nah beieinander. Ein anderes: Clara schließt für einen Moment die Augen, während Wilhelm sie ansieht. „Ich dachte immer, ich bin schon fertig mit dem Leben“, sagte sie, „Und jetzt ist da jemand, der mir zeigt: Es kann nochmal anfangen.“

NELE & JAN – ABSTRAKT

„Wir lieben Kunst. Und wir lieben uns“, sagte Nele, „Aber wir wollen keine typischen Paarfotos. Eher etwas... Offenes. Bilder, bei denen man nicht weiß: Sind das wir? Oder zwei andere?“ Jan nickte. „Etwas, das wir aufhängen können, ohne uns zu erklären.“

Wir entschieden uns für Bewegung, für Licht, für Stoffe, die sich mit dem Körper verbinden – aber nie alles zeigen. Nele trug ein langes schwarzes Kleid mit offenem Rücken, Jan ein schlichtes Shirt. Sie bewegten sich langsam, fast wie in einem Tanz – Hände an Schultern, Nacken, Rücken, wieder lösen, sich wiederfinden. Ich arbeitete mit Unschärfe, mit Spiegeln, mit Gegenlicht. „Das sind keine Bilder zum Einrahmen für die Großeltern“, lachte Jan. „Aber für uns sind sie wie wir – ein bisschen entrückt, ein bisschen eigen. Und voller Gefühl.“

Vielleicht hast du beim Lesen gespürt, wie viele Arten es gibt, verbunden zu sein. Jede Geschichte erzählte auf ihre Weise von Nähe – so, wie sie sich anfühlt. Nicht wie sie aussehen „soll“.

Diese Shootings können Vieles sein:
Ein Geschenk an eine Freundin.
Ein liebevolles Innehalten zwischen Geschwistern.
Ein Paarmoment jenseits von Posen.
Ein Bild mit den Eltern
oder mit den erwachsenen Kindern

Ein Zeichen für das, was euch verbindet, auch wenn Worte fehlen.

Vielleicht hast du dich wiedergefunden.
In einem Satz. Einer Geste. Einer Erinnerung.
Dann nimm das als Einladung:
Für ein Shooting, das genau eure Sprache spricht. Für einen Moment, der euch gehört.
Ganz ohne Erwartung. Ganz mit Gefühl.

TEIL 5



JUBILÄEN, GEBURTSTAGE,
BESONDERES

Manchmal spüren wir, Dass etwas zu
Ende geht. Dass etwas beginnt. Oder
dass einfach etwas geblieben ist –
über die Jahre hinweg.

Dieser Teil ist für dich, wenn du
einen solchen Moment sichtbar
machen möchtest:

Ein Geburtstag. Ein Jahrestag. Eine
Veränderung. Eine Entscheidung.
Etwas, das du würdigen willst
– auf deine Weise.

Die Geschichten in diesem Abschnitt
sind fiktiv. Sie zeigen, wie solche
Shootings aussehen könnten.
Vielleicht erkennst du dich wieder.
Vielleicht wächst beim Lesen eine
Idee, was du selbst gern feiern oder
festhalten möchtest...

Kindergeburtstag

Nicht jedes Kind liebt Trubel und Luftballons. Manchmal sind es Seifenblasen, ein Lieblingskleid oder ein kleiner Kuchen, die einen Geburtstag besonders machen. Diese Shootings zeigen, wie zart, eigen und still ein Kindergeburtstag sein darf – als kleine Zeremonie, als Erinnerung, als Spiel.

NELE – PICKNICK IM GARTEN

Nele war fast fünf. „Ich wünsche mir Seifenblasen. Und Apfelsaft in richtigen Gläsern“, hatte sie gesagt. Wir trafen uns ein paar Tage vor ihrem Geburtstag im Garten. Ich hatte eine Decke ausgebreitet, auf einem alten Tablett standen Obst, Kekse, und richtige Gläser statt bunter Becher.

Nele trug ein Sommerkleid und ein Haarband, sie rannte barfuß über die Wiese, fing Seifenblasen, sang vor sich hin. Ein Bild zeigt sie mit geschlossenen Augen, das Gesicht in der Sonne, Seifenblasen um sie herum. Ein anderes: Ihre Hand auf dem Tisch, klebrig vom Saft, neben einer halben Erdbeere. Später setzte sie sich zwischen ihre Eltern, ganz still, schaute auf die Blumen am Rand der Decke. „Ich glaube, ich bin

schon ein bisschen größer“, sagte sie und quietschte vor Lachen, als Papa sie kitzelte...

EMMI – EIN TAG IN ROSA

Emmi wurde sechs. Und sie wusste genau, was sie wollte: „Rosa. Ganz viel Rosa. Glitzer. Und ich will aussehen wie eine Prinzessin.“ Ihre Eltern beschlossen, ihr ein Fotoshooting zu schenken.

Ich bereitete das Atelier vor. Ein kleiner Tisch mit rosafarbener Decke, Tassen mit Goldrand, Servietten mit Glitzerpunkten. Ich hängte zarte Tücher in die Fensterecke, legte Papierblumen aus.

Ein kleiner Kuchen stand bereit, verziert mit feinem Staubzucker. Emmi kam in einem Tüllkleid, auf dem Kopf eine goldene Krone, in der Hand ein Kuscheltier, das sie „Frieda“ nannte. Sie setzte sich auf den vorbereiteten Stuhl, schaute sich um. Ganz ernst. Ganz still. Ein Bild zeigt sie von hinten, die Füße baumelnd, die Krone leicht verrutscht. Ein anderes: Sie bläst vorsichtig eine Kerze aus. Später tanzte sie allein durch den Raum, der Rock hob sich ein wenig, der Rock flog, die Krone rutschte, alles glitzerte. „Ich glaube, ich bin heute wirklich Prinzessin“, sagte sie. Und dann flüsterte sie: „Aber morgen darf ich wieder einfach Emmi sein.“

JONAS – APFELKUCHEN

Jonas hatte vor Kurzem Geburtstag gehabt, aber Partys

mochte er nicht so gern. Deshalb gab es kein großes Fest, keine lauten Spiele, doch irgendwas Besonderes sollte trotzdem sein. Dieses Jahr: Ein Fotoshooting.

Wir trafen uns im Atelier. Auf dem Tisch stand ein kleiner Apfelkuchen. Eine Kerze brannte. Jonas setzte sich neben seine Mutter, zog die Socken aus, lehnte sich an sie. Ein Bild zeigt ihre Köpfe nebeneinander, die Hände verschränkt.

Später zogen sie sich warm an und gingen raus. Es hatte geregnet. Der Weg war matschig. Jonas lief voran, in Gummistiefeln, durch Pfützen, lachte, rief, drehte sich um. Seine Mutter lachte mit.

Ein Bild zeigt beide von hinten – sie reichen sich die Hand, eine Pfütze zwischen ihnen, Jonas springt gerade hinein. „Ich liebe Geburtstage“, rief er. Seine Mutter lachte.

MARLENE & TILDA

– GEBURTSTAGSRITUAL FÜR ZWEI

Marlene und ihre Tochter Tilda feiern Tilda's Geburtstag jeden Tag mit einem kleinen Fest, das nur ihnen gehört. Dieses Jahr wünschten sie sich ein Shooting dazu. Tilda war sieben geworden.

Sie kamen in weich fallenden, leicht verspielten Kleidern, flochten einander das Haar mit leisen Bewegungen. Dann sammelten sie Wiesenblumen für ihren Geburtstagsstrauß – jede suchte still, was ihr gefiel. Im Garten hängten sie bunte Papiergirlanden in

einen Baum. Ein altes Leintuch wehte im Wind. Sie liefen hindurch, Hand in Hand, lachten, sprangen – ein Spiel, das aussah wie ein Tanz. Später saßen sie auf der Wiese, aßen Himbeeren – die Finger rot, der Himmel hell. Ein kleines Ritual. Jedes Jahr ein bisschen anders.

Jedes Jahr ein Fest ihrer Verbindung.

Geburtstag

Manche Geburtstage rufen nach einem Fest – andere eher nach einem Moment mit sich selbst. Diese Shootings erzählen von Übergängen, Entscheidungen und der Schönheit, sich selbst zu sehen – genau jetzt.

ANNA – JETZT ERST RECHT

Anna war 39 geworden – fast vierzig. „Ich hab mich lange gewehrt“, sagte sie, „Die ersten grauen Haare, die kleinen Falten um die Augen. Ich hab’s gesehen – und wollte es nicht.“ Aber dann, ein paar Tage nach ihrem Geburtstag, kam der Entschluss: „Ich will mich jetzt feiern. Nicht trotzdem. Sondern deshalb. Und ich will Bilder, die zeigen: So bin ich. Und ich bin schön.“

Wir trafen uns im Atelier. Anna trug ein schlichtes Kleid, ungeschminkt, das Haar offen, einzelne silberne Strähnen dazwischen. Sie setzte sich in das weiche Licht, ganz ruhig, ganz bei sich. Keine 20 mehr, doch voller Leben.

MIRA – DIE STILLE IN MIR

Mira hatte vor wenigen Wochen Geburtstag. Keine

Party. Kein Kuchen. Kein Termin. „Ich hab gemerkt, dass ich gar keine Lust mehr auf all das habe“, sagte sie, „und irgendwie wünsche ich mir Bilder, die das zeigen: Dass ich ruhiger geworden bin. Und dass das gut ist.“

Wir trafen uns im Atelier. Ein Tisch aus altem Holz, ein Stuhl mit Decke, eine dampfende Tasse Tee. Draußen graues Licht, drinnen Atmen. Mira setzte sich einfach hin. Schaute aus dem Fenster. Legte die Hände in den Schoß. Kein Posing. Nur Sein.

Ein Bild zeigt sie im Gegenlicht, ihre Silhouette still. „Früher wollte ich immer etwas darstellen“, sagte sie, „jetzt will ich einfach nur ich sein. Und das darf man ruhig sehen.“

NINA – DIE DINGE, DIE BLEIBEN

Nina hatte Geburtstag gehabt. „Keine große Party und Geschenke“, sagte sie, „das ist mir schon lange nicht mehr wichtig“. Doch sie schrieb mich an und fragte nach einem Fotoshooting. „Es soll eine Art Geburtstagsshooting sein“, sagte sie, „mit Dingen, die etwas über mich erzählen“.

Sie brachte eine kleine Schachtel mit: ein Stein mit glatter Oberfläche, ein zerlesenes Buch, ein vergilbter Brief, eine getrocknete Blume, ein goldener Ring. Sie ordnete sie auf dem Tisch, als würde sie sich selbst ein Denkmal bauen – leise, unsichtbar für andere,

aber bedeutend für sie. Ein Bild zeigt ihre Hände über dem Brief, der Rand eingerissen. Ein anderes: Ihr Blick auf die Gegenstände, als würde sie darin lesen.

„Ich habe mir zum Geburtstag nichts gewünscht“, sagte sie, „außer vielleicht, mich selbst zu erkennen und etwas zu machen, was bleibt.“

ELENA – ICH IM LICHT

Elena hatte sich selbst ein Geburtstagsgeschenk gemacht. Kein Gegenstand. Kein Wellness-Tag. Ein Shooting. Nur für sie. „Ich wollte mich sehen – so, wie ich heute bin“, sagte sie, „nicht mit alten Fotos vergleichen. Nicht hoffen, dass ich mich bald wieder verändere. Einfach jetzt.“

Wir stellten einen Spiegel in die Mitte des Raumes. Elena trat näher, betrachtete sich. Setzte sich ins Licht, zog die Strümpfe aus, schob das Haar zurück. „Ich glaube, das war mein Geschenk an mich“, sagte sie, „mich anzuschauen. Und zu sagen: Ich bin da. Ich bin genug.“

TANJA – DAS ERSTE JAHR ALLEIN

Tanja war frisch getrennt. Der Geburtstag war der erste ohne ihn – aber auch der erste, an dem sie wieder allein entscheiden konnte, wie sie feiern wollte. Sie wünschte sich ein Shooting, das diesen Übergang sichtbar macht. Keinen Neuanfang mit Feuerwerk. Nur ein leises Ich bin da.

Sie brachte eine selbstgebackene Torte mit, wir deckten den Tisch für eine Person – mit Leinentuch, Kerze, Serviette. Dann setzte sie sich. Schnitt ein Stück ab. Aß es langsam, genüsslich. Lachend.

„Ich wollte ein Bild von mir“, sagte sie, „Nicht als die Verlassene. Sondern als die, die bleibt. Nachher treffe ich mich noch mit Freunden – aber es war wunderbar, den Tag heute so zu beginnen. Ganz bewusst nur für mich.“

RAMONA – FÜR MEINE MUTTER

Ramona wollte ihrer Mutter Fotos schenken. „Zum 60. Bilder von uns. Damit sie sieht, was wir ihr zu verdanken haben.“

Sie kam mit ihrer Schwester – mit Körben, in denen Erinnerungen lagen: ein altes Tuch, eine Spielzeugfigur, ein zerknittertes Familienfoto. Sie breiteten alles auf dem Boden aus, setzten sich daneben, wie an einem stillen Altar. Ein Bild zeigt sie mit dem alten Tuch, lachend. Ein anderes: Beide schauen in dieselbe Richtung, still, verbunden.

„Ich hoffe, sie erkennt uns in diesen Bildern“, sagte Ramona, „So wie wir geworden sind. Auch durch sie.“

Erinnerungen & Jubiläen

Ein Hochzeitstag. Ein stiller Gedenktag. Ein Versprechen, das trägt.
Diese Shootings zeigen, was bleibt – auch wenn sich vieles verändert.

FREUNDSCHAFTSJUBILÄUM IM WALD

Marie und Jule trafen sich jedes Jahr, um ihren „Waldtag“ zu feiern – ein Ritual, das ihnen Halt gab. Dieses Jahr wollten sie das Shooting als Geschenk an sich selbst.

Wir suchten einen stillen Platz, wo das Licht durch die Blätter tanzt, legten ein Tuch auf den Waldboden und packten ein Picknick aus. Sie umarmten sich, flüsterten Geheimnisse, teilten Stille, machten Fotos beim Balancieren auf einem Baumstamm oder beim Lauschen auf das Rascheln der Blätter. Bilder, die ihre Freundschaft wie ein leises Versprechen zeigen.

NATURVERBUNDENES LIEBESRITUAL

Jonas und Pia hatten keinen Hochzeitstermin, aber

einen besonderen Tag, an dem sie sich bewusst für einander entschieden.

Als sie zu mir kamen, hatten sie je einem selbstgesammelten Kranz aus Efeu und Wildblumen in der Hand. Im kleinen Waldstück legten sie ihre Kränze zusammen, banden sie sich gegenseitig um den Kopf, umarmten sich lange. Das Shooting wurde ein stiller Tanz, der ihre Liebe und ihre Freiheit zeigte.

CLARA & MARKUS – 25. HOCHZEITSTAG

Clara und Markus kamen zum 25. Hochzeitstag zu mir, mit einer kleinen Schachtel voller Erinnerungen – Fotos, alte Liebesbriefe, Muscheln von ihrem ersten gemeinsamen Urlaub. Wir gingen in den Garten, betrachteten ihre Erinnerungen. Sie erzählten mir alte Geschichten und wir ließen Zeitlupe-Bilder entstehen, wie sie sich behutsam berühren, ohne Worte, nur Blicke und Hände, die vertraut ineinander ruhen. Es war ein stilles Versprechen: Wir gehen weiter, Schritt für Schritt, Seite an Seite.

ELISABETH & PAUL – SO VIELE JAHRE

Elisabeth und Paul bekamen das Shooting von ihrer Tochter geschenkt. „Zum Hochzeitstag“, sagte Paul. „Welcher genau?“, fragte ich. „Weiß ich nicht mehr“, grinste er, „aber über fünfzig.“

Im Atelier stand ein Stuhl mit weichem Kissen, ein kleiner Tisch mit zwei Tassen Tee. Paul setzte sich. Elisabeth stellte sich hinter ihn, legte ihm die Hände auf die Schultern. Ein Bild zeigt ihre Finger auf seinem Hemdkragen – faltig, ruhig, vertraut. Ein anderes: Beide sitzen, nebeneinander, das Licht auf ihren Händen, als wäre nichts sonst wichtig.

„Früher hat er sich nicht gern fotografieren lassen“, sagte Elisabeth, „aber jetzt sagt er: Wenn du willst, machen wir das. Und ich denk: Das ist das schönste Geschenk.“

Am Ende sind es nicht die runden Zahlen,
die wirklich zählen, sondern das, was du
fühlst, wenn du innehältst.
Eine Freundschaft, die dich schon so lange
begleitet. Ein Jahr, das du überlebt hast.
Ein Neuanfang. Ein Ich-bin-noch-da.

Dieses Kapitel zeigt, dass Feiern nicht
immer laut sein muss. Es kann auch leise
sein. Persönlich. Einfach. Mit Apfelsaft in
Gläsern. Mit einem alten Brief. Mit einem
Stück Torte für dich allein.

Ein Fotoshooting kann dabei helfen,
diesen Moment zu würdigen – als Geste.
Als liebevolle Erinnerung.
Als Bild, das bleibt.

TEIL 6



NATUR

Dieser Teil des Büchleins ist für dich, wenn du dich nach einer Verbindung zur Natur sehnst oder in dir spürst – nicht als Kulisse, sondern als Begegnung. Die Erde unter den Füßen, der Wind im Haar, das Licht auf deiner Haut. Hier geht es nicht um Inszenierung, sondern um Echtheit. Um Tiefe. Und darum, was geschieht, wenn du dich nicht vor die Kamera stellst, sondern einfach da bist – mittendrin in Wald, Wiese, Jahreszeit. Um gesehen zu werden. Oder dich selbst zu finden. Vielleicht geschieht auch beides.

Wald & Erde

Einatmen. Ankommen. Der Boden trägt, das Moos umhüllt, die Bäume kennen dich vielleicht schon länger. Diese Shootings entstehen aus einer leisen Verbundenheit – mit dem Wald, der Tiefe, der eigenen Haut.

WALDBADEN MIT DER KAMERA

Clara kam an einem frühen Sommermorgen zu mir, ganz still, ein bisschen erschöpft vom Alltag. Sie wünschte sich kein lautes Shooting, kein Posieren – sondern einfach Zeit im Wald. Wir gingen langsam, fast wie tastend. Sie berührte die Rinde, setzte sich ins Moos, lauschte den Vögeln. Manchmal schloss sie die Augen, streckte die Hände in die Sonne, die durch die Blätter fiel. Die Kamera war nur leise dabei – ein Beobachter, kein Regisseur. Am Ende sagte sie: „Ich glaube, ich hab mich zwischendurch fast vergessen. Und wiedergefunden.“

MOOSGESCHICHTEN

Das Shooting mit Lina sollte im Wald stattfinden. Es gab keinen Plan, kein Konzept – nur den Wunsch,

Bilder zwischen Bäumen zu machen. Lina legte sich auf den Waldboden, das Moos unter ihr weich wie ein Kissen. Sie sagte, sie fühle sich oft so, als hätte sie keinen Platz in der Welt – aber hier, zwischen Farnen und Wurzeln, sei es anders. Wir fotografierten sie liegend, mit offenen Händen, halb verborgen unter Farnblättern, halb sichtbar im Licht. Sie schloss die Augen. „Wie schön, dass die Kamera dabei ist. Dass wie diesen Moment hier einfangen und ich ihn jederzeit wieder anschauen kann“, lächelte sie...

THERESA – ERDE AUF DER HAUT

Theresa kam mit nackten Füßen und einem alten Laken. „Ich will kein Kleid. Ich will nichts, das mich trennt von dem, was da ist.“ Wir fanden eine Stelle mit weicher, dunkler Erde. Theresa legte sich hinein, ließ sich bedecken, wälzte sich, warf die Arme zurück, als würde sie sich neu zusammensetzen.

Der Stoff klebte an ihr, durchscheinend, schwer vom Boden. Ein Bild zeigt ihren Rücken, mit Erde bedeckt, wie eine zweite Haut. Ein anderes: ihre Hand über der Stirn, halb im Schatten, halb im Licht. „Ich will mich nicht darstellen“, sagte sie. „Ich will mich spüren. Ohne Form. Nur Substanz.“

LIVIA – DER WALD IN MIR

„Ich komme her, wenn ich mich erinnern will“, sagte Livia, „an das, was bleibt, wenn ich still werde.“

Sie kam in dunkler Kleidung, mit einem langen Mantel und geflochtenem Haar. Wir unterhielten uns leise. Kein Smalltalk. Sie berührte die Rinde der Bäume, roch an Moos, legte sich auf einen Wurzelstock. Ein Bild zeigt sie umarmt einen Baumstamm, die Stirn dagegen gelehnt. Ein anderes: ihre Füße im Laub, eine einzelne Feder daneben. „Ich glaube, der Wald kennt mich schon länger als ich mich selbst“, sagte sie, „irgendwie gehöre ich hierhin, es fühlt sich nach Zuhause an“

MELISSA – DER BODEN TRÄGT

„Ich wollte nie weich sein“, sagte Melissa, „aber in letzter Zeit... merke ich, wie müde ich bin. Und wie sehr ich mich danach sehne, getragen zu werden.“

Wir gingen in den Wald und fanden eine Stelle, die sich für sie richtig anfühlte. Das Laub war dunkel, weich und roch nach Tiefe. Melissa setzte sich. Dann begann sie, sich mit Laub zu bedecken. Langsam, ohne Eile. Legte sich schließlich hinein. Ein Bild zeigt ihr Gesicht halb unter Blättern, die Augen offen. Ein anderes: Sie liegt auf der Seite, der Pullover halb verrutscht, ein Ast unter dem Arm wie ein Gegengewicht. Sie stand langsam auf, die Hände erdig. „Ich bin nicht gefallen“, lächelte sie, „ich bin nur tiefer geworden.“

LENA – DIE, DIE TANZT

„Ich weiß nie, wie ich tanze“, sagte Lena, „ich mach

das nicht für jemand. Ich hör einfach irgendwann auf zu denken – und fang an, mich zu spüren.“ Sie kam in einem weiten Rock und Shirt. Keine Musik. Nur der Wind. Und der eigene Körper. Wir fanden eine Stelle im Wald, wo der Boden weich war, ein paar Sonnenflecken zwischen den Ästen lagen, trockenes Laub, das raschelte, wenn man sich drehte. Lena begann ganz langsam. Ein Schritt. Ein Drehen. Ein Zucken im Arm. Dann flog der Rock, das Haar löste sich, die Bewegungen wurden schneller, fast animalisch, dann wieder ganz weich. Ein Bild zeigt sie mit erhobenen Armen, die Augen geschlossen, der Schatten ihrer Hände wie Flügel an einem Baum. Ein anderes: ihr Fuß im Moos, fest und leicht zugleich, der Rock fliegt im Bildrand.

Später war sie außer Atem, lachte kurz und setzt sich hin, mitten ins Laub. „Ich glaube, das ist meine Sprache“, sagte sie, „und ich tanze sie nur für mich.“

Jahreszeiten

Die Natur ist immer in Bewegung - und diese Shootings folgen ihr: durch den Frühling, der erwacht, blüht, sich zart und tastend zeigt. Den Sommer, der strahlt und alles durchdringt. Den Herbst, der sich wie ein Abschied anfühlt - mal warm, golden und mal stürmisch, nass und kalt. Und den Winter, der Rückzug, Stille und Klarheit bringt. Dabei wirst du nicht einfach fotografiert, sondern Teil des Tages, des Lichts, des Übergangs. Und die Bilder erzählen: vom Werden, Wandeln, Vergehen. Und vom Jetzt.

NORA UND DER SOMMER

Nora schrieb mir: „Ich wollte mich einmal so fotografieren lassen, wie ich mich jetzt gerade fühle – wach, warm, ungebremst.“. Wir verabredeten uns ganz spontan am nächsten Tag für ein Sommer-Shooting, Nora kam mit nackten Füßen und einem Strohhut, wir gingen ein Stück, ließen uns treiben. Später lag sie im Gras, barfuß, mit geschlossenen Augen. Das Licht war golden, alles flirrte ein bisschen. Ein Sommerporträt.

MIA & TOM – EIN GEMEINSAMES JAHR

Mia und Tom wollten sehen, wie sich ihre Beziehung über ein Jahr zeigt. Im Frühling lachten sie unter

Apfelblüten. Im Sommer lagen sie nebeneinander im Schatten, fast schlafend, einander nah. Im Herbst spazierten sie durch raschelndes Laub, hielten sich an der Jacke fest, nicht nur an der Hand. Im Winter tranken sie Tee, rückten zusammen, hielten inne. Die Bilder sind eine Geschichte ohne Worte, die dennoch ganz viel erzählt.

ALINA – SOMMERLICHT GEGEN WINTERGEDANKEN

Alina schrieb mir im Sommer: „Ich fühle mich im Winter immer so dunkel. Können wir noch ein paar Sommerfotos machen? Vielleicht klappt es ja irgendwie, damit auch in mir ein bisschen Sommerstimmung festzuhalten“. Am Shootingtag gingen wir zu einer Sommerwiese. Alina legte sich mitten hinein, schloss die Augen, ließ sich wärmen. Sie streckte die Arme aus wie Flügel. Der Himmel war blau, der Herbst schien noch in weiter Ferne. Alina atmete den Sommer ein. Ich machte Bilder, die sie daran erinnern sollten...

JOHANNA – SPÄTSOMMER-SELBSTBILD

Johanna wollte ein Bild von sich, wie sie wirklich ist. Nicht geschönt, nicht verkleidet, aber mit Seele. Wir gingen zu einer Wiese voller Blumen. Sie hatte ein altes Kleid an, das ihr zu groß war, und ein altes Buch

dabei, aus dem sie mir Passagen vorlas.

Sie streifte durch die Felder, blieb immer wieder stehen. Manchmal blickte sie in die Kamera, manchmal in sich hinein. Die Bilder zeigten nichts Gekünsteltes. Und das war ihr wichtig.

ELLA – MAIGLÖCKCHENTAG

Ella kam früh am Morgen. „Maiglöckchen sind für mich Erinnerung. An Kindheit, an meine Mutter, an leise Sonntage. Ich will kein lautes Bild. Nur eins, das so riecht wie früher“, hatte sie gesagt.

Sie hatte sich ein schlichtes helles Kleid ausgesucht. Wir fanden einen kleinen schattigen Ort im Wald – die Maiglöckchen wuchsen wie zufällig, zerbrechlich, fast zu zart zum Pflücken. Ella kniete sich hin, ließ die Hände über den Boden gleiten, als würde sie etwas suchen.

Ein Bild zeigt ihr Gesicht halb verdeckt von Blättern, nur ein einzelnes Maiglöckchen in ihrer Hand. Ein anderes: Sie sitzt im weichen Licht, die Augen geschlossen, das Kleid an den Knien leicht feucht vom Tau. „Ich wollte mich daran erinnern, wie still das Leben sein kann“, flüsterte sie, „und wie rein.“

JULE – BLÜTENWIESE

„Ich brauche Platz“, sagte Jule. „Weite. Und Farbe. Ich will mich ausstrecken, nicht nur mit dem Körper, sondern mit allem, was ich bin.“

Wir suchten eine Wiese, voller wilder Blumen. Jule kam in einem hauchdünnen, geblühten Kleid. Barfuß. Sie rannte, drehte sich, warf sich ins Gras. Ein Bild zeigt sie von oben – ausgestreckt wie ein Sonnenstrahl, umgeben von Kornblumen, Kamille und Disteln. Ein anderes: ihr Haar voller Gräser, ihr Lachen wie ein Ausatmen. „Ich weiß, dass der Sommer nicht ewig bleibt“, sagte sie, „aber heute bin ich drin. Ganz.“

LEA – WAS BLEIBT, WENN DER WIND GEHT

Lea kam an einem stürmischen Tag: „Ich liebe Wind. Weil er sichtbar macht, was sonst innen bleibt.“ Sie trug einen langen, leichten Rock, ein loses Hemd. Wir gingen auf eine Anhöhe, das Gras war hoch, der Himmel zerrissen. Lea stellte sich gegen den Wind, das Gesicht offen, das Haar wild.

Ein Bild zeigt sie wie im Widerstand, das Kleid flattert, ihre Haltung wie ein Gebet. Ein anderes: sie kniet im Gras, atmet tief, eine Haarsträhne über die Lippen geweht. „Oh, ich liebe den Wind“, sagte sie erneut, „weil man mit ihm fliegen kann. Und weil er mich trägt.“

MARA – WEISSES ATMEN

Mara kam in dunklen Farben. Ein weiter Mantel, ein Schal, der fast zu groß war, dicke Socken in alten Stiefeln. „Ich weiß nicht, ob ich überhaupt etwas sagen will. Ich will einfach nur sein. In dieser Kälte, in

diesem Licht, in dieser seltsamen Leere.“

Wir trafen uns an einem Ort, wo der Schnee noch nicht zertreten war. Die Luft war klar, ihr Atem sichtbar. Mara lief langsam. Berührte nichts. Nur einmal zog sie den Schal ab, ließ ihn über den Schnee gleiten. Ein Bild zeigt ihre Silhouette im Gegenlicht, der Atem wie Rauch. Ein anderes: ihr Blick nach oben, winzige Eiskristalle in den Wimpern. Dann setzte sie sich auf einen alten Baumstamm. Die Hände in den Taschen, die Knie aneinandergelegt. Sie sah nicht in die Kamera. „Ich glaube, im Winter sehe ich mich am deutlichsten“, sagte sie, „weil alles andere verschwindet.“

HANNAH – ÄPFEL, LICHT UND STOFF

„Ich liebe dieses Gefühl, wenn der Tag noch warm ist, aber schon nach Holz riecht“, sagte Hannah. „Äpfel sind für mich das Zuhause der Jahreszeiten – süß, rund, weich, ein bisschen geheimnisvoll.“ Sie hatte sich für ein dunkles Kleid entschieden, darüber ein gestricktes Tuch. Ich hatte ein altes Tablett, einen Korb und Äpfel in verschiedenen Rottönen vorbereitet – manche mit kleinen Macken, alle duftend. Wir fotografierten zunächst im Garten, zwischen Grasbüscheln, verblühten Blumen, einer alten Holzbank. Hannah saß auf einer Decke, halb liegend, halb aufgestützt. Ein Apfel in der Hand, einer angeschnitten neben ihr. Ein Bild zeigt sie mit einem Biss im Mundwinkel, ihre Finger klebrig glänzend. Ein

anderes: Sie zieht das Tuch enger um die Schultern, schaut schräg in die Kamera – sanft, leicht errötet. Später legte sie sich auf den Boden, schaute verträumt in die Wolken.

LINA – ABSCHIED MIT LICHT

„Ich habe den Sommer sehr geliebt“, sagte Lina, „aber ich weiß, dass ich ihn nicht festhalten kann. Also will ich ihm einfach nur leise nachsehen.“

Wir wollten Bilder mit einer Laterne machen, darin eine kleine, warme Kerze, die kaum flackerte. Lina's Kleid war hell, aber der Pullover darüber schon schwerer, gestrickt, erdig. Wir gingen an den Waldrand. Das Gras war lang, die Luft kühl, die Blätter müde. Lina sah in die Weite. Nichts Dramatisches. Nur ein stiller Blick, als würde sie innerlich die Tür schließen. Ein Bild zeigt sie von der Seite, das Licht der Kerze in ihrer Hand, die Augen weich, fast traurig. Ein anderes: Sie geht langsam einen Pfad entlang, das Licht fällt auf den Boden vor ihr, Laub glitzert, ein einzelner Falter fliegt noch. Später setzte sie sich auf einen Baumstamm, stellte die Laterne neben sich, zog den Pullover enger. „Ich glaube, jetzt wird es Zeit für andere Dinge“, sagte sie, „für Decken. Für Stille. Für Innen.“ und blies die Kerze aus.

CLARA, TIM – UND DER REGEN

Clara kam mit ihrem kleinen Sohn Tim an einem Tag, an dem alles grau war. Ich fragte, ob wir es

verschieben wollen, aber sie schüttelte den Kopf. „Er liebt Regen“, sagte sie. Wir zogen Gummistiefel an, stapften durch Pfützen. Tim warf Laub in den Wind, Clara schaute ihm hinterher. Später hielten sie sich unter einem großen Schirm ganz nah. Die Fotos? Nass. Und voller Wärme.

DAS HERBSTLAUBFEST

Nora kam mit ihren beiden Töchtern mitten im Oktober. Wir waren in ein kleines Wäldchen gegangen mit weichem Boden, raschelnden Wegen, knorrigen Ästen. Die Kinder trugen warme Jacken, bunte Mützen. Sie liefen voraus, riefen, entdeckten, sammelten Blätter, sortierten Farben. Nora beobachtete sie still, manchmal lachte sie leise, dann half sie beim Binden von kleinen Bündeln. Ein Bild zeigt die drei von oben – wie sie ein Muster aus Blättern legen, ganz versunken. Ein anderes zeigt Nora mit ihrem jüngsten Kind auf dem Schoß, beide eingewickelt in eine Decke, Laub in den Haaren. Später saßen sie alle im Kreis auf dem Waldboden. „Wir feiern den Herbst“, sagte Nora, „und dass man auch loslassen kann, ohne traurig zu sein.“

SOMMERFREUNDSCHAFT

Emilia und Leonie kamen im Juli – beste Freundinnen seit der Schulzeit. Sie saßen gemeinsam am Wasser, flochten sich Gräser ins Haar, rannten durch hohes Gras.

Sie hielten sich an den Händen und riefen: „Bitte nie wieder erwachsen werden!“ Aber dann saßen sie ganz ruhig auf einer Bank am Waldrand. „Wir wissen, dass es nicht so bleibt. Aber wir wollten das hier noch einmal haben.“ Sie bekamen es.

MARA – BLÄTTERBUCH

Mara brachte ein altes Buch mit leeren Seiten. „Ich sammle darin die Farben vom Herbst.“ Sie hatte gepresste Blätter dabei – rot, gelb, bräunlich. Manche ganz, manche zerbröselt. Im Atelier breitete sie alles aus, klebte nichts, ordnete nur. Ein Bild zeigt das Buch aufgeklappt, ihre Hände daneben. Ein anderes: Mara lehnt am Fenster, ein einzelnes Blatt in der Hand, durchscheinend wie Erinnerung. „Ich glaube, der Herbst ist eine Sammlung von Abschieden“, sagte sie, „und ich möchte keinen verlieren.“

Märchen & Magie

Manchmal öffnet sich ein Zwischenraum – zwischen Jetzt und Irgendwann, zwischen Spiel und Ernst. Diese Shootings erzählen von Feen und Wächterinnen, von Kränzen aus Blüten, von dem, was leuchtet, obwohl es nicht laut ist. Sie sind Einladungen in deine eigene Welt.

MELINA & DER TANZ DER FEEN

Melina wollte mit ihren Freundinnen ein Shooting im magischen Wald, mit fließenden Kleidern, glitzernden Akzenten und viel Luft. Sie ließen sich von Moos und Blüten schmücken, trugen feine Tücher, die im Wind wirbelten. Der Boden war weich, das Licht schimmerte wie aus einem Traum. Sie tanzten, lachten, waren ganz präsent – als hätten sie für einen Moment die Zeit angehalten. Ein Hauch von Magie lag in der Luft.

NADJA – WÄCHTERIN DES WALDES

Nadja kam mit einem alten Mantel und einem Stock, bereit, die Rolle einer mystischen Waldwächterin zu übernehmen. Wir suchten einen Platz mit knorrigen Bäumen und sie schaute sich um, atmete ein und

wirkte, als sei sie Teil eines längst vergessenen Geheimnisses. Das Shooting wurde eine Reise in eine Welt, die zwischen Wirklichkeit und Märchen liegt.

LEA UND SOPHIE – DIE BLÜTENFEEN

Lea und Sophie kamen mit Kränzen aus Gänseblümchen und Schleierkraut. Sie wollten einfach zusammen sein, lachen und den Frühling feiern. Wir gingen auf eine Lichtung, wo die Blumen besonders dicht standen und sie schmückten sich gegenseitig mit Blüten. Zwischen viel Gelächter entstanden Bilder voller Leichtigkeit, Nähe und Freundschaft, als hätten sie gerade einen kleinen Zauberkreis geschlossen.

JARA – DIE HEXE

„Ich weiß nicht“, sagte Jara, „ich führe ein ganz normales Leben und bin wohl auch ein ganz normaler Mensch. Aber manchmal spüre ich etwas in mir. Etwas Altes. Wie eine Kraft, die ich nicht erklären kann. Dann sehe ich mich als so eine Art Hexe durch die Wälder streifen“ Sie hielt kurz inne. „Meinst du, wir können Fotos davon machen? Von mir als Hexe?“

Wir verabredeten uns und gingen am Shootingtag in den Wald, tief hinein. Jara trug ein langes, weites Kleid. Sie hatte eine alte Kette umgelegt, mit einem Stein, der ihr geschenkt worden war. Manchmal stand sie einfach nur da – das Gesicht leicht nach oben

gerichtet, die Augen halb geschlossen.

Dann wieder lief sie durch das Unterholz, tastete mit den Fingern über Rinde, Moos, feuchte Erde.

„Ich glaube, ich will mich einmal so sehen, wie ich mich fühle“, sagte sie leise. Und wir machten Bilder von einer Frau, die etwas erinnert. Etwas Tiefes, Altes.

FABIENNE - DIE KÖNIGIN DER WÄLDER

Fabienne kam mit einem alten, schweren Rock und einem Umhang aus braunem Samt. Sie hatte Kastanien, Beeren und Moose in einer Tasche mitgebracht. „Ich will eine Königin sein – aber nicht im Schloss. Im Wald“, hatte sie im Vorgespräch gesagt. Wir gingen weit in den Wald hinein, bis dort, wo die Bäume alt und still wurden. Sie bewegte sich langsam, stellte sich unter Äste, legte die Hände an den Stamm einer Buche. Dann setzte sie sich auf den Waldboden, breitete den Umhang um sich aus, legte Blätter auf ihre Knie wie Orden. Die Bilder zeigen eine Frau mit Haltung – ruhig, würdig, mit einer Stärke, die niemand anschreit. Etwas in ihr herrscht – nicht über andere, sondern über das eigene Innere.

Drinnen spüren

Manchmal braucht es keinen Wald. Nur einen Raum, in dem du dich erinnern darfst. Auch im Atelier kann Natur lebendig sein: Äste, Zweige, Trockenblumen. Vielleicht bringst du Fundstücke vom letzten Spaziergang mit. Einen Strauß, den du selbst gepflückt hast. Vielleicht auch nur dich. Der geschützte Rahmen lässt Raum zum Spüren: für Ordnung, Stille, Rituale. Vielleicht ist der Rahmen etwas inszenierter, aber gerade dadurch auch fokussierter - und dein Fühlen nicht weniger echt.

RIKE – DIE ORDNUNG DER STEINE

„Ich habe sie gesammelt, ohne zu wissen, warum“, sagte Rike, in der Tasche, im Rucksack, manchmal einfach in der Hand. Vielleicht, weil sie sich anfühlen wie etwas, das bleibt.“

Sie kam mit einem Leinenbeutel, darin: flache Kiesel, rund gewaschene Ufersteine, ein paar, die wie Splitter aussahen. „Ich will nichts erklären. Ich will nur sehen, was passiert, wenn ich sie ausbreite.“ Sie setzte sich auf den Boden im Atelier, kniete sich hin, begann die Steine auszuleeren. Sie sortierte sie nicht. Sie legte sie. Kreise. Reihen. Gruppen. Immer wieder neu. Ein Bild zeigt ihre Hände wie sie zwei Steine vorsichtig

gegeneinander legt, prüfend. Ein anderes: Sie sitzt mit geschlossenen Augen, ein Stein auf jedem Knie, zwei in den Händen.

Später formte sie aus sechs Steinen eine Linie. Zog die Schuhe aus. Schritt darüber. „Ich glaube, das ist kein Bild von mir“, sagte sie, „sondern eins mit mir. Und mit dem, was nicht laut sein muss, um zu bleiben.“

NORA – DIE ÄSTE VOM SONNTAG

Nora kam mit einer Kiste voller Zweige. „Ich war gestern im Wald. Ich wusste nicht, wonach ich suche – aber dann habe ich die hier mitgenommen.“

Wir breiteten die Zweige auf dem Boden aus, manche noch mit Flechten, andere ganz kahl. Nora legte sie im Kreis, ganz ruhig, als würde sie etwas bauen. Dann setzte sie sich in die Mitte. Ein Bild zeigt ihr Gesicht durch die Zweige hindurch, ein anderes ihre Hände über der rauen Rinde. „Ich glaube, die Äste erzählen von etwas, das ich auch fühle“, sagte sie, „Irgendwas Zwischenzeitliches.“

LINA – DER TISCH AUS DEM GARTEN

Lina kam mit einem Korb voll Dinge, die sie beim Spaziergang gesammelt hatte: ein paar vertrocknete Samenstände, leere Schneckenhäuser, ein verwittertes Stück Rinde. „Ich weiß nicht, ob das schön ist. Aber es

spricht mich an.“

Wir legten die Fundstücke auf einen alten Holztisch, ganz langsam, mit Lücken dazwischen. Lina setzte sich daneben, betrachtete sie wie alte Bekannte. Ein Bild zeigt ihre Fingerspitzen an einem zersprungenen Schneckenhaus. Ein anderes: Der ganze Tisch von oben – unaufgeräumt und seltsam stimmig. „Ich glaube, das sind alles kleine Erinnerungen an etwas, das ich nicht mehr greifen kann“, flüsterte sie.

ANTJE – WENN ES REGNET

Antje erzählte mir beim Vorgespräch, dass sie Regenbilder will. „Ich weiß, viele wollen Sonne auf ihren Bildern. Aber ich – ich mag es ein wenig melancholisch.“ Wir entschieden uns für eine Szene am Fenster. Ich sprühte Wasser auf die Scheibe, Antje setzte sich dahinter, zog die Beine an, lehnte die Stirn leicht ans Glas. Ein Bild zeigt ihren Blick nach draußen – nachdenklich, aber nicht traurig. Ein anderes ihre Hand an der Scheibe, als würde sie sich erinnern. „Ich glaube, ich wollte einfach mal einen Ort, an dem das okay ist“, sagte sie. „Wo ich so sein darf – ohne dass ich es erklären muss.“

LUKA – WIND IM HERZEN

In unserem Vorgespräch hatte Luka davon erzählt, dass sie sich oft wie unter Strom fühlt – voller

Bewegung, voller Innenleben. „Ich wünsche mir Bilder, in denen das einfach sein darf“, hatte sie gesagt. Wir entschieden uns für Wind – spürbar, aber nicht laut. Ein Ventilator, weiches Licht, ein weiter Stoff. Luka stand mittendrin, ließ sich treiben, bewegte sich im eigenen Rhythmus. Ein Bild zeigt, wie sich ihr Hemd hebt, fast schwerelos. Ein anderes: ihr Gesicht im Luftzug, ernst und offen zugleich. „Ich glaube, ich wollte mich mal zeigen, ohne alles halten zu müssen“, sagte sie später, „So, wie es gerade weht.“

JULIA – NEBEL AM BODEN

Julia schrieb mir schon vor unserem Treffen, dass sie sich manchmal wie ein Zwischenwesen fühlt – da, aber nicht ganz greifbar. „Ich weiß nicht, ob ich sichtbar sein will“, sagte sie, „aber im Nebel fühle ich mich Zuhause“.

So entschieden wir uns, Bilder mit Nebelmaschine zu machen. Julia trug ein schlichtes Unterkleid, bewegte sich vorsichtig durch den Raum, der sich langsam mit weichem Rauch füllte. Leise. Verträumt.

SOPHIA – DER STRAUSS AUF DEM TISCH

Als Sophia kam, stand auf dem Tisch schon ein Strauß Blumen – nicht perfekt gebunden, sondern so, wie er auf einer Wiese gewachsen sein könnte. Sophia trat näher, lächelte kurz. „Es fühlt sich an wie ein kleines Willkommen“, sagte sie. Sie setzte sich an den Tisch,

betrachtete jede Blüte, drehte den Strauß. „Ich weiß nicht, warum das so gut tut“, sagte sie. „Vielleicht, weil es nichts von mir will. Es ist einfach schön. Und ich darf das fühlen.“

Pflanzen als Spiegel

Du wählst eine Pflanze, zu der du dich hingezogen fühlst.
Vielleicht erkennst du dich in ihr wieder. In ihrer Art, zu wachsen. In
ihrer Stärke, ihrer Zartheit, ihrer Unauffälligkeit oder in ihrem Trotz.
Wir schauen gemeinsam, was diese Verbindung erzählt.
Nicht theoretisch – sondern in Bildern.
Still. Spielerisch. Poetisch.
Drinne oder draußen. In Bewegung oder in Ruhe.
Es geht nicht darum, nur hübsche Bilder mit Blumen zu machen.
Sondern einen Moment festzuhalten, in dem du dich erkennst.
In dem etwas leuchten darf, das vielleicht schon lange in dir lebt.

LEA UND DIE KORNBLOME

Lea hatte nicht lange überlegt. „Die Kornblume. Ich weiß nicht, warum. Vielleicht, weil sie so still leuchtet.“ Sie brachte einen Strauß mit, den sie am Feldrand gepflückt hatte. Manche Blüten waren schon ein wenig ausgefranst, andere leuchteten intensiv. Wir fotografierten sie im Gegenlicht. Die Blüten in ihrem Haar. Ihre Hände auf dem Leinenrock. Lea sagte nichts. Aber auf den Bildern liegt ein fast schüchternes Strahlen in ihrem Gesicht.

„Ich glaube, ich wollte mich selbst mal schön finden – so wie ich bin. Nicht auf eine große Weise. Nur ganz ruhig.“ Die Kornblume wurde zum Zeichen dafür.

HELENA UND DIE WILDE MÖHRE

Ich glaube, ich bin wie sie“, sagte Helena. „Die Wilde Möhre sieht aus wie ein Durcheinander. Aber wenn man hinschaut, ist sie ganz fein und ordentlich gebaut.“

Sie stand im trockenen Gras, barfuß, das Haar ungekämmt. Zwischen ihren Fingern drehte sie eine der filigranen Dolden. Manchmal lachte sie, manchmal wurde sie ganz still. Wir fotografierten sie, wie sie kniete, wie sie sich vorbeugte, wie sie der Pflanze fast etwas zuflüsterte.

„Ich dachte immer, ich sei zu wirr, zu unklar. Jetzt sehe ich: Es ist alles da. Nur auf meine Weise.“ In der Wilden Möhre erkannte sie ein Stück Ordnung im Chaos. Und in sich selbst.

LISA UND DIE KAMILLE

Lisa streichelte sanft über die kleinen Blütenköpfe. „Die Kamille erinnert mich an meine Kindheit. An Pflaster, an Tee, an den Geruch, wenn man traurig war.“ Sie hatte ein Sträußchen dabei, leicht zerdrückt, ein paar Blüten schon bräunlich. „Ich weiß, sie ist nichts Besonderes. Aber irgendwie begleitet sie mich.“

Wir suchten einen Platz am Wegesrand, Lisa setzte sich ins Gras, legte den Kopf schräg, fast wie in Gedanken versunken. „Ich glaube, ich wollte mir selbst zeigen, dass Sanftheit nichts mit Schwäche zu tun hat“, sagte sie.

Vielleicht war da beim Lesen ein leiser
Widerhall. Ein Bild, das dich erinnert hat.
Ein Wunsch, der sich sanft gemeldet hat.
Ein „Ja, das könnte ich sein.“

Ein Shooting mit der Natur kann Vieles
sein: Ein Portrait mit Blüten, weil du dich
schön sehen willst. Ein Nachmittag im
Regen oder Wind, weil du etwas loslassen
möchtest. Ein Moment im Nebel, um dann
vielleicht klarer zu sehen. Ein Tanz über
Sommerwiesen. Ein Aufatmen im Wald
zwischen Moos und Bäumen. Oder ein stilles
Spiel mit Zweigen, mit Licht, mit dem, was
gerade da ist.

Du kannst draußen sein oder drinnen.
Wild oder zart. Klar oder ganz frei.
Mit einer bestimmten Idee – oder nur mit
dir selbst, einer Ahnung, einem Gefühl.

TEIL 7



MATERIAL. FARBE. GEFÜHL.

MATERIAL. FARBE. GEFÜHL.

Nicht immer braucht es ein Thema.
Kein Konzept, keine Worte, keinen Anlass.
Manchmal ist da einfach... ein Impuls.
Eine Farbe. Eine Oberfläche.
Etwas, das dich anzieht, ohne dass du sagen kannst, warum.
Vielleicht willst du dich einhüllen.
Etwas zerreißen. Dich zwischen Spiegeln verlieren.
Etwas formen. Etwas sichtbar machen, das keinen Namen hat.
Dann beginnen wir genau dort.
Bei dem, was du fühlst – auch wenn es diffus ist.

JULIA – WEISSE FLIESEN

„Ich will etwas Glattes, Helles. Etwas, das nichts von mir will.“, sagte Julia und etwas zog sie zu der weißen Wand mit Fliesen.

Sie stand still vor der Fliesenwand, ihre Haut wirkte kühl, fast durchsichtig. Sie lehnte sich an die Wand, streifte mit den Fingerspitzen über die Fugen. Keine Requisiten, kein Schmuck. Nur sie. Und die

Fläche. Geordnet. Klar.

„Ich wollte einen Ort, an dem alles aufgeräumt ist. Nichts Überflüssiges oder Ablenkendes“. Die Bilder wurden ruhig. Fast sachlich. Und doch irgendwie nah.

NINA – BLAU

„Ich weiß nicht, was ich sagen soll“, sagte Nina, „aber irgendwas in mir zieht mich gerade zu Blau.“ Wir suchten alle blauen Dinge, die wir finden konnten: ein Kleid, ein Tuch, ein altes Samtkissen, eine blaue Schale. Sie legte sich auf das Kissen, wickelte das Tuch um den Kopf, spielte mit dem Licht.

Auf einem Bild sieht man nur ihre Hand in der Schale. Auf einem anderen nur ihre geschlossenen Augen, vor einem blauen Hintergrund. Nach dem Shooting schrieb sie: „Ich weiß nicht, was die Bilder sagen wollen - aber ich habe mich selten so richtig gefühlt.“

LIV - WASSER

Am Anfang stand nur ein Glas auf dem Tisch. Klares Wasser. Nichts Besonderes. Liv saß davor und sagte: „Ich weiß nicht, was ich will. Aber Wasser fühlt sich gerade richtig an.“ Sie hob das Glas. Schaute hindurch. Drehte es langsam. Dann stellte sie zwei weitere Gläser daneben und begann, das Wasser hin und her zu gießen. Mal ganz langsam, dann in schneller Bewegung. Manchmal lief etwas über. Ihre Hände wurden nass.

Wir stellten eine große Schale dazu. Liv tauchte beide Hände hinein. Zog sie langsam wieder heraus, das Wasser rann über ihre Arme. Dann griff sie nach einem hellen Stoff – leicht, fast durchsichtig. Sie tauchte ihn vollständig in die Schale, hob ihn tropfend wieder heraus. Drehte ihn, legte ihn sich über die Schultern, dann über den Kopf. Der Stoff klebte an ihrer Haut, zeichnete ihre Konturen nach. Später stand sie vor einer Scheibe. Spritzte Wasser dagegen, trat dann dahinter. Ihr Blick war ruhig. Wach. Man sah sie – durch Tropfen, durch Stoff, durch Bewegung. Und irgendwann lachte sie: „Ich bin noch da.“

Wenn dich etwas in diesem Büchlein angesprochen hat, aber du nicht weißt, was genau du daraus machen sollst – sprich mich gerne an. Vielleicht ist da nur ein Gefühl, eine vage Sehnsucht. Manchmal reicht das.

Wir finden heraus, was daraus werden will.
Oder du weißt ganz genau, was du willst? Dann freu' ich mich natürlich auch, wenn du dich meldest.

Gerne per e-Mail: nam.photo@gmx.de

Oder WhatsApp/ Signal: 0170 9903786

Mehr Einblicke, Infos etc. findest du auf meiner
Website: <https://namphoto.de/>
