

SARAH LESCH ÜBER WUT, SEXUELLE ÜBERGRIFFE UND DIE KRAFT DER GESPROCHENEN WAHRHEIT / SCHWESTERNSCHAFT

*TRIGGERWARNUNG für folgende Inhalte: sexualisierte Gewalt, Gewalt an Frauen

“Sprecht ihre Namen, bis jeder sie hört.” (Schweigende Schwestern)

Ich habe mehr als genug Männer im Leben übergriffen werden sehen oder war selbst betroffen. Und ich wollte ein Lied schreiben, bei dem sie sich einschließen vor Angst, dass wir alle unser Schweigen beenden. Die Wahrheit ist ein scharfes Schwert. Sie kämpft, ist unförmig, unangepasst, verletzt auch oft. Und dennoch ist sie oft Waffe sich der eigenen Fesseln zu entledigen, sich und andere zu befreien.

Das tue ich seit vielen Jahren mit meinen Liedern. Für Dinge, Gefühle und Erlebnisse, für die ich keine Worte finde, finde ich Lieder. Aber für viele der Songs auf diesem Album konnte ich jahrelang weder die Wut, noch den Mut aufbringen, weil ich mich schuldig fühlte. Ich dachte, ich BIN das, was mir getan wurde. Aber jetzt ist meine, unsere Zeit gekommen. So viele vor mir haben sich getraut ihre Wahrheit zu sprechen und das hat mir viel Kraft gegeben, es meinerseits ebenso zu tun. Was ich vorher im poetischen Bild des rosa Elefanten erzählt habe, bahnte sich nach Jahren der Rücksichtnahme und des Schweigens einen Weg durch die verkrusteten Ruinen meines brachliegenden Selbstwertes und gibt mir endlich meine Selbstwirksamkeit wieder zurück.

Und nicht mehr ich allein muss es aushalten, sondern die Täter und alle anderen drum herum. Ich bin wieder frei. Und glaubt nicht, dass ich keine Angst vor der Resonanz habe, die da kommen wird! Aber jedes Gefühl, das jetzt kommt, ist besser als das still nagende Aushalten, das mich vorher zerfraß; und Mut heißt nicht, keine Angst zu haben, nicht wahr? Dieses radikale und mutige Wahrheitsprechen ist der einzige Weg hinaus aus dem alles erdrückenden Schweigen. Besonders Frauen und queere Menschen erleben das sogenannte „Silencing“, also das „zum Schweigen bringen wollen“ Betroffener sexualisierter Gewalt Tag für Tag. Sei es in Form von herabwürdigenden Kommentaren über ihre Körper und ihre Sexualität oder sogar in direkter Gewaltausübung bis hin zum Mord. Misogynie, Frauenhass und Queerfeindlichkeit findet sich weltweit. In jedem Land, jeder Religionsgemeinschaft, jeder Community, jedem sozialen Milieu, in fast jeder Familie quer durch alle Gesellschaftsschichten, auch wenn das erst einmal unglaublich klingt. Denn nicht nur durch offene Gewaltangriffe, auch durch unbewusste Worte oder Verhalten können Menschen sich verletzt, ausgegrenzt und bedroht fühlen. Auch das ist am Ende Gewalt und die bleibt oft im Dunkeln.

Die brutalen und traurigen Zahlen rund um tatsächlich ausgeübte Taten gegen Frauen immerhin kennen wir alle. Und doch reproduzieren wir Vorurteile, reagieren nicht, wenn wir von Übergriffen erfahren. Und wir schweigen. Und verstärken damit indirekt die Hilflosigkeit, die Betroffene spüren, wenn sie das Gefühl haben alleine mit ihrem Leid zu sein. Doch die Wahrheit, das Aussprechen der eigenen Erfahrung und der Zusammenschluss kann alles verändern. In diesem Moment wird Wahrheit zur Aktion, greifbar und nicht mehr zu ignorieren.

Weitere Informationen

Kennst Du eine Person, die von sexualisierter Gewalt betroffen ist oder bist selbst betroffen? Unter diesen Nummern und Webseiten findest Du Hilfe und Ansprechpartner:innen.

<https://www.nina-info.de/> (Hilfe bei sexualisierter Gewalt an Kindern und Jugendlichen)

<https://www.hateaid.org/> (Hilfe bei Gewalt im digitalen Raum, Opferberatung- und Betreuung)

<https://www.hilfeportal-missbrauch.de/startseite.html> (Wissenswertes, Hilfetelefonnummern und Links zum Thema sexueller Missbrauch und sexualisierte Gewalt)

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ 08000 116 016

Hilfetelefon „sexueller Missbrauch“ 0800 22 55 530

SARAH LESCH ÜBER QUEERFEINDLICHKEIT, IDENTITÄTSFINDUNG UND DIE KRAFT DER SPRACHE

**TRIGGERWARNUNG für folgende Inhalte: Transphobie, Gewalt gegen queere Menschen, sexualisierte Gewalt, Mord*

“... dass wir sein können, was wir sind weil du warst was du warst - schönes Blumenkind.” (Die Geschichte von Marsha P. Johnson)

Seit Jahren schreibe ich an Texten, in denen es um Geschlechtsidentität und Selbstfindung geht. Die liegen alle zu Hause rum und wachsen immer weiter und weiter. Im letzten Jahr hatte ich viel Zeit und Muse und so begegnete mir auf meinem Weg unter Anderem die Geschichte von Marsha P. Johnson. Eine Frau, die mich wahnsinnig beeindruckt - und auch ein wenig an meine Oma erinnert hat.

Marsha war eine schwarze, queere, trans* Dragqueen, Sexarbeiterin und Aktivistin und lebte zwischen 1966 und 1992 in New York. Sie war eine der führenden Figuren der Stonewall-Bewegung, kümmerte sich gemeinsam mit ihrer Freundin Sylvia Rivera um obdachlose, queere Jugendliche, tat offen und mutig ihre Meinung kund, auch über die aufstrebende, queere Szene hinaus. Sie scheute sich nicht interne Machtkämpfe innerhalb der Szene zu kritisieren, als auch den Polizei- und Politikapparat. Von der Polizei erfuhren sie und ihre queeren Freund:innen immer wieder Gewalt und Einschüchterung. Dennoch zeigte sie sich immer sichtbar, gab nicht auf, kämpfte weiter für Respekt und Akzeptanz für sich und ihre Gemeinschaft. Am 6. Juli 1992 wurde ihre Leiche aus dem Hudson River geborgen, die Todesumstände sind bis heute ungeklärt.

Ich brauche hier sicher nicht zu erwähnen, dass sie ziemlich wahrscheinlich ermordet wurde. Was mich so berührt hat, war ihre würdevolle Aura und ihre sture Liebe zu allen Menschen. Wie oft musste sie sich kränken und bespucken lassen, selbst von der queeren Community? Und sie ging unbehelligt weiter ihren Weg, komme was da wolle.

“I may be crazy, but that don’t make me wrong.” ein bekanntes Zitat von Marsha wurde zum Refrain dieser Ode an eine schillernde Persönlichkeit, die einen wertvollen Samen gepflanzt hat für ihre Nachwelt. Für uns alle. Wann hören wir endlich auf uns über die Form unserer Geschlechtsteile zu definieren? Über die Anzahl unserer Hormone im Blut oder darüber, wie wir uns kleiden und wie wir lieben? Ich will meinen Teil dazu beitragen und deshalb gibt es diesen Song. Weil Sprache so viel Kraft und Macht hat. Und Musik noch mehr.

Weitere Informationen

„The Death and Life of Marsha P. Johnson“, verfügbar(Dokumentation über das Leben von Marsha, mit vielen Zitaten ihrer Freund:innen, Zeitdokumenten und genaueren Informationen zum ungeklärten Kriminalfall // TRIGGERINHALTE: verbale und physische Gewalt, Diskriminierung von queeren Menschen, sexualisierte Gewalt)

<https://avp.org/> (New Yorker Anti Violence Project, Projekt zur Bekämpfung von Gewalt gegen marginalisierte Gruppen)

<https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/startseite/startseite-node.html>

(Antidiskriminierungsstelle des Bundes für Betroffene der LGBTIQ+ Community zum Thema struktureller Diskriminierung)

<https://broken-rainbow.de/> (Beratungsstelle und Wissenswertes zu den Themen Gewalt und Diskriminierung gegen queere Menschen)

SARAH LESCH ÜBER TRAUER, TRAUMA UND TROST

**TRIGGERWARNUNG für folgende Inhalte: Gewalt an Frauen, Mord, Trauma*

“...und mit jeder Träne wird mein Lied vollkommen sein.” (Unten am Fluss)

Es ist nun schon 10 Jahre her, dass ich endlich beschloss, nichts mehr anderes als Musik machen zu wollen. Nichts mehr anderes zu können. Der Grund dafür war ein schrecklicher Schicksalsschlag, den meine Familie und ich erleiden mussten. Die Frau, die mich beim Wachsen begleitet hatte, mit den wasserstoffblonden auftoupierten Haaren und den italienischen Stöckelschuhen und den knalligen Jeanshosen, mit den Petersilienkartoffeln und dem Nähkästchen, mit den Stricknadeln und dem Kreuzwörterrätsel. Meine geliebte, sture und anstrengende, liebevolle, 65 Jahre junge Oma Hannelore schwang sich auf ihr Rad und verschwand und wurde nach einer langen Suche tot im Fluss bei uns im Dorf gefunden. Ein mysteriöser, bis heute ungeklärter Fall, der mit höchster Wahrscheinlichkeit kein Unfall war. Was das mit mir und meiner Familie gemacht hat, verstehe ich erst heute so langsam. 10 Jahre später. Man nennt es Trauma. Und wie sich das anfühlt ist schwer zu beschreiben. Ungefähr so als wäre man einmal in der Mitte von sich selbst abgeschnitten worden. Um mich wieder zu spüren und eine Welt zu schaffen in der ich atmen und sein kann, machte ich Musik. So ist es bis heute. Und aus keinem anderen Grund singe und schreibe ich.

Letzten Winter, als sich im November zum zehnten mal ihr Todestag jährte und ich wieder einmal an den Moment denken musste, als ich an diesem sonnigen Tag auf den Fluss starrte und dabei zusah, wie sie ihre Handtasche öffnete. Kaugummis, Zigaretten, Bonbonpapier und ihre rote Brieftasche mit allen Bildern ihrer Enkelkinder, da konnte ich auf einmal darauf vertrauen, dass ich vielleicht aus gutem Grund niemals wissen werde, was ihr passiert ist. Und dass all die Wetter, die Wasser und der Wind ganz mit Absicht ihre Spuren mit sich genommen haben und nichts auf der Welt uns jemals wieder zusammenbringt. Außer der Tod selbst. Also meiner - oder die Erinnerung an sie. Und ich möchte ja noch ein wenig bleiben, darum singe ich solange mein Lied - damit ich mich und meine Oma wieder spüren kann, wenn wir zusammen bei meinen Konzerten um unsere Lieben weinen.

Wir wissen so viel über die Welt. Wir vermessen Länder, ziehen Grenzen, zählen Worte, schieben Zahlen umher. Jeden Tag sitzen wir direkt am Fenster der Information und können dank modernster Technik nach Belieben darauf zugreifen. Wir waren noch nie so informiert. Und noch nie so weit weg von uns selbst. Das große Geheimnis des Lebens lässt sich nicht in ein Maß legen. Und nicht mit hochentwickelten Maschinen berechnen. Vor dem Tod sind alle Menschen wieder gleich. Und welche Auswirkungen es hat einen geliebten Menschen zu verlieren, ist bis heute noch größtenteils unerforscht. Denn nicht nur der Körper reagiert auf Trauer und Verlust, sondern auch die Seele. Die Komplexität des Traumas und dessen Auswirkungen ist für viele Außenstehende nicht zu begreifen und gedanklich zu entschlüsseln. Und doch ist in jeder Reaktion die große Intelligenz der Psyche zu erkennen, die sich dadurch selbst schützt. Wer verstehen will, wie es traumatisierten Menschen wirklich geht, dem ist zuallererst ans Herz zu legen aufmerksam und ohne Wertung zuzuhören. Um die Wirkmacht und das wahre Ausmaß auch gedanklich greifen zu können, ist es allerdings auch wichtig sich zu informieren. Oftmals entdecken Menschen erst in diesen Momenten ihre eigene Verbindung mit dem Thema. Auch deshalb lohnt sich ein Blick in folgende Texte zum Thema Trauma und Trauer.

Weitere Informationen

<https://www.leben-ohne-dich.de/notfall.htm> (Webseite mit Hilfetelefonnummern für Angehörige von Verstorbenen, akute Notfälle und weitere Betroffene mit Link - und Telefonnummernsammlung)

<https://traumanetz-sachsen.de/wissen/> (Informationen rund um das Thema Trauma und Traumafolgestörung, sowie weitere Linksammlung mit Hilfetelefonnummern und hilfreichen Adressen)

„Verkörperter Schrecken: Traumaspuren in Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann“ Bessel van der Kolk

„Trauma ist ziemlich strange“ Steve Haines

SARAH LESCH ÜBER FEMINISMUS, SCHWESTERNSCHAFT UND SELBSTLIEBE

*TRIGGERWARNUNG für folgende Inhalte: Gewalt an Frauen, Misogynie, verbale und sexualisierte Gewalt

“Jetzt setz ich das Maß - und drunter mach ich's nich mehr!” (Drunter machen wir's nicht)

Wenn man eigene Lieder schreibt, dann passiert immer viel Magie und ein Aspekt dieser Magie ist, dass man sich eine Art Bann auferlegt. Wie eine selbsterfüllende Prophezeiung. Wenn ich zum Beispiel ein Lied singe über den rosa Elefanten, dann begleitet der mich auch wie ein Schutzpatron und ich kann einfach nicht aufhören Wahrheiten zu sprechen und “aufzuräumen”. Manchmal erschrecke ich mich auch vor einem Lied und denke: Das wird jetzt kommen? Okay, spannend. Dann ab in die Galoschen, Sarah!

Das Motto, das ich seit ein paar Monaten mit mir trage ist: “Drunter mach ich's nicht mehr”. Seit dieses Lied fertig geschrieben ist, lässt es nicht mehr zu, dass ich mich unter Wert verkaufe. Im Privaten nicht wie im Beruflichen. Etwas, das ich seit Jahren in der Theorie total verstanden habe, wandelt und manifestiert sich in ein unkaputtbares Herzverständnis. In gelebte Weisheit. Ich bin es mir wert, genau das zu sein, was ich eben bin. Ganz gleich wie absurd oder unbequem das für andere Menschen sein mag. Und genauso möchte ich mit meinem Umfeld umgehen. Das ist ein ewiges Wechselspiel, ein stetig unberechenbarer Fluss, ein Balancieren und ein wertfreies Staunen gegenüber dem was mir begegnet. In mir und außen.

Das ist mein Feminismus.

Feminismus. Ein Wort, das in vielen Ohren noch immer unangenehm klingt und z.T. extreme Reaktionen hervorruft. Von Unmut und dem Drang neue Worte für das alte Bedürfnis nach Veränderung zu finden bis hin zu offener Gewalt ist alles zu beobachten. Welche Bedrohung sehen Menschen in diesem Wort, sodass sie sich zu solchen Reaktionen hinreißen lassen?

Ich muss so ziemlich jeden Tag mit soetwas umgehen und das nicht nur, weil ich eine weiblich gelesene Frau bin, sondern weil ich dazu auch noch in der Öffentlichkeit stehe.

Aber nicht nur Künstler:Innen, sondern wir alle sollten uns endlich trauen unhandlich und unbequem zu sein, denn jetzt ist das Maß, da wo WIR es setzen. „Gut so!“ dürfen sich nicht nur alle anderen Frauen denken, sondern auch Männer. Denn auch sie leiden unter patriarchalen Strukturen, auch wenn die eigene Sozialisierung dies oft anders verkaufen möchte. Für Frauen allerdings sind Feminismus, gerechte Sprache und ein neuer Diskurs über Sexismus und Ungerechtigkeit auf einer anderen Ebene wichtig. Denn er ist überlebenswichtig.

Frauen in unserer Gesellschaft leben täglich mit der Angst, dass ihnen Gewalt (verbal oder körperlich) widerfährt. Sie haben also gar keine andere Wahl, als sich zu wehren, zu sprechen, laut zu werden. Für ein Wachsen, eine solidarische Gemeinschaft, ein Weiterleben. Doch alleine ist das nicht zu schaffen, nachhaltige Veränderung beginnt auch immer von innen, wenn wir wieder lernen uns als Menschen zu begegnen. Und zuhören. Uns berühren lassen, mutig vorangehen.

Dafür braucht es auch herzoffene, mutige und sensible Männer, die sich trauen das gewohnte und erlernte Sprechen zu verlassen, die eigene Verantwortung zu erkennen, sich einzusetzen und sichtbar zu werden. Damit wir alle frei werden und es bleiben.

Denn drunter machen wir's nicht mehr.

Weitere Informationen

<https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/gleichstellung/frauen-vor-gewalt-schuetzen/haeusliche-gewalt> (Bundesministerium für Familien, Frauen, Senioren und Jugend - aktuelle Zahlen aus dem Jahr 2020 zum Thema häusliche Gewalt)

https://www.zeit.de/2019/34/diskriminierung-arbeitsplatz-frauen-job-sexismus-gleichberechtigung?utm_referrer=https%3A%2F%2F (ZEIT Magazin - „Was Frauen im Job erleben“ - Bericht zu Diskriminierung am Arbeitsplatz)

<https://www.bpb.de/mediathek/311774/girls-i-will-destroy-you> („Girls, I will destroy you - Frauenhass im Internet“ - Ein kostenloser Podcast von Carina Huppertz)

<https://www.frauen-gegen-gewalt.de/de/aktuelles.html> (Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe)

SARAH LESCH ÜBER ALLTAGSPOLITIK, GELEBTE VERANTWORTUNG UND SOLIDARITÄT

*“Vielleicht beginnt hier etwas Neues und mehr wissen wir noch nicht, doch du bist da, ich sing für Dich und am Ende dieser Straße brennt schon Licht.”
(Licht)*

2020. Ein unvorstellbares Jahr, in vielerlei Hinsicht. Ein 80 Nanometer großes Virus hielt die Welt an und mit ihr auch vieles in jeder einzelnen Person. Der Mensch, zurückgeworfen auf sich, das eigene Umfeld, die eigenen Grenzen. In die Stille. Und in dieser wurde es allmählich laut. Gesellschaftliche Schieflagen wurden sichtbar, Unmut machte sich breit, Schmerz wurde spürbar und Existenzangst. Bei all den Unwägbarkeiten im letzten Jahr habe ich aber auch wieder festgestellt, wofür ich das alles hier mache. Aber eben auch, wofür ich es nicht mache.

Kapitalistische Strukturen kotzen mich nach wie vor an, genau wie damals als ich Testament geschrieben habe. Auch sie sind aus einem patriarchalen Machtsystem entstanden, in dem ich nicht mehr leben möchte. Geld ist immer noch Tauschmittel und wer es hat, hat Macht. Wer es hat, ist was wert. Aber zurück zum Punkt: Ich mache das alles hier, weil ich nicht anders kann als singen und schreiben. Und egal, wie wenig ich dafür verdiene, ich werde wohl niemals damit aufhören. Weil es mein Herzenswunsch ist das zu tun. Weil ich echt was zu geben habe, ohne dass ich dadurch was verliere. Genauso wie das Pädagog:innen, Altenpfleger:innen, Gesundheits- und Krankenpfleger:innen, jegliches Carework-Personal und viele viele andere (fällt euch was auf? Genau: Hauptsächlich “weich” und “weibliche” Berufsgruppen) tun und dafür viel zu wenig von diesem Geldwert erhalten.

Es gab Jahre, da hab ich das Konto und den Kartoffelkeller gut voll gehabt und war so unglücklich wie nie, weil ich wie blöde rennen musste, um auch nur ein bisschen das Gefühl zu haben, ruhen zu dürfen, bis es schon wieder um ein künstliches Wachstum ging.

Tausende Filme, Lieder, Bücher erzählen darüber. Wir wissen alle, dass es nicht glücklich macht Macht und Geld zu haben (außer, man ist ein psychopathischer Diktator oder sehr dumm). Was am Geld glücklich macht, ist die Teilhabe an gesellschaftlichen Ereignissen, Kunst, Kultur, Zugang zu Bildung, Sicherheit, ein Zuhause und dass man weiß, man kann immer noch einen Löffel mehr auf den Tisch legen, wenn mal Besuch kommt. Das ist alles. Und ich glaube daran, dass es möglich ist ALLEN diese Sicherheit zu geben. Einfach so. Und dass dann viel Schönes wachsen kann daraus.

Es ist nur noch eine Frage der Zeit, bis wir aufhören nach unserer Wurst zu springen und begreifen, dass dieser Umgang mit Mensch und Umwelt, diese patriarchalen Systeme, diese Zeit - vorbei ist. Weil wir endlich den Sinn hinterfragen. Und dass unsere Zeit einen unbezahlbaren Wert hat und jede, jede kostbare Lebensstunde unwiederbringlich ist.

Weitere Informationen

<https://buendnis-grundeinkommen.de/> (Bündnis Grundeinkommen zum Konzept des bedingungslosen Grundeinkommens, mit Links und Informationen)

<https://berlin.fau.org/> (Freie Arbeiterinnen - und Arbeiterunion Berlin, basisdemokratische & intersektionale Gewerkschaftsvereinigung für Arbeitnehmer:innenrechte)

<https://zero-covid.org/> (Vereinigung für einen neuen, solidarischen und sozial gerechten Pandemieplan für Deutschland und Europa)

Sarah Lesch, Juni 2021.

Mehr unter sarahlesch.de