

A woman with long dark hair, nude, holding a glowing lightbulb high above her head with her right hand. The background is dark and textured.

PAULITA PAPPEL

PORNO POSITIV

Was Pornografie
mit Feminismus,
Selbstbestimmung und
gutem Sex zu tun hat

Paulita Pappel
Pornopositiv

PAULITA PAPPEL

PORNO POSITIV

Was Pornografie
mit Feminismus,
Selbstbestimmung und
gutem Sex zu tun hat

Ullstein extra

Besuchen Sie uns im Internet:
www.ullstein.de

Wir verpflichten uns zu Nachhaltigkeit



- Papiere aus nachhaltiger Waldwirtschaft und anderen kontrollierten Quellen
- Druckfarben auf pflanzlicher Basis
- ullstein.de/nachhaltigkeit



Ullstein extra ist ein Verlag der Ullstein Buchverlage
© Ullstein Buchverlage GmbH, Berlin 2023
Wir behalten uns die Nutzung unserer Inhalte für Text und
Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.
Gesetzt aus der Quadraat Pro
Druck und Bindearbeiten: CPI books GmbH, Leck
978-3-86493-236-6

Inhaltshinweis	7
Einleitung: Auf eine neue Sexualethik	II
TEIL 1: GESCHICHTEN EINES FREUDENMÄDCHENS	
Es waren einmal das Einvernehmen & das Begehren	23
Liebe ... Tatsächlich?	33
Schlampe, schäme dich nicht	45
Der Tatort lebt in uns	57
Wer denkt an die Kinder?	67
Gott ist noch lange nicht tot	79
TEIL 2: WAS PORNO SEIN KANN	
Ethisch	95
Authentisch	109
Feministisch	119
Divers	133
Hardcore	145
Kunstvoll	157
TEIL 3: PORNOPOSITIV	
Auf eine pornopositive Gesellschaft	169
Eine praktische Anleitung zum Pornogucken	179

APPENDIX

Danksagung	185
Anmerkungen	187
Pornoverzeichnis und weitere Ressourcen	199

Inhaltshinweis

In diesem Buch werde ich über Pornos reden. Ich möchte niemanden beim Lesen vor den Kopf stoßen, daher der Inhaltshinweis an dieser Stelle. Ich hätte auch das Wort Triggerwarnung wählen können, aber ich mag es nicht. Da es in den letzten Jahren meiner Meinung nach inflationär benutzt wurde, wird heutzutage in manchen Zirkeln alles, was bei irgendjemandem Unbehagen erzeugt oder erzeugen könnte, als Trigger kategorisiert und somit als schlecht abgetan. Dabei finde ich, dass wir nicht wachsen, wenn wir es nur gemütlich haben. Das Leben ist manchmal unbequem, und unser Unbehagen kann ein Zeichen dafür sein, dass wir uns hinterfragen müssen. Ich meine damit allerdings nicht, dass wir plumpe rassistische oder sexistische Witze in der Öffentlichkeit unbestritten durchgehen lassen sollten. Aber ich bin davon überzeugt, dass wir in der Öffentlichkeit mehr über Sexualität reden sollten, auch wenn das bei manchen Menschen Unbehagen auslöst.

In diesem Buch werde ich über Sex reden und auch viel über Pornos. An manchen Stellen wird es um sexualisierte Gewalt und Vergewaltigung gehen, aber eher theoretisch und statistisch als konkret oder in grafischen Details. Trotzdem sei hier darauf hingewiesen. Wer hier allerdings Geschichten über Misshandlungen oder Ausbeutung am Pornoset erwartet, wird enttäuscht. Sexuelle Misshandlungen und Ausbeutung sind leider verbreitete Realitäten in unserer Gesellschaft. In meiner Erfahrung sind

sie am Pornoset jedoch nicht üblicher als im Privatleben oder anderen Branchen. Ausschließlich oder alarmistisch darüber zu sprechen, reproduziert Stigmata und lenkt von den eigentlichen Problemen, aber auch den großen Chancen von Pornografie ab.

Ich spreche über Pornografie im weitesten Sinne des Wortes, ich spreche über Darstellungen von Sexualität, in erster Linie explizit, aber auch nicht explizit, ich spreche über unterschiedliche Formate und Genres in unterschiedlichen Zeiten, über die (künstlich konstruierte) Grenze zwischen Kunst und Pornografie, und ich stelle den Begriff »Porno«, samt den üblichen Vorstellungen und dazugehörigen Vorurteilen, infrage. Ich erhoffe mir dabei, das aktuell allgemeingültige Verständnis von Pornografie zu erweitern, und empfehle eine offene Haltung dazu beim Lesen. Personen, die denken, Pornos sähen alle gleich aus, denen unterstelle ich, dass sie nicht viele Pornos gesehen haben. Wie unsere Vorstellung von Pornos aussieht, hängt hauptsächlich davon ab, wonach wir suchen, oder eben davon, was eine Öffentlichkeit, die Sexualität gegenüber skeptisch ist, uns erzählt.

Gespräche über Pornos sind oft stark davon geprägt, dass alle Beteiligten versuchen, sich persönlich davon zu distanzieren, und daher vielleicht auch einiges von dem, was sie wissen, zurückhalten. So wird die ehrliche, produktive Kommunikation über Pornos eingeschränkt und das ganze Thema verallgemeinert in eine Schmutzdecke gedrängt. Dabei sind es einfache Wahrheiten, dass Sexualität ein riesiger Teil der menschlichen Erfahrung ist und es vielen Menschen Spaß macht, bildliche Darstellungen von Lust anzuschauen. Aber auch Menschen, die selbst keine Pornografie konsumieren, werden von ihr beeinflusst, weil sie in einer Gesellschaft leben, die Sexualität und die

Darstellung davon tabuisiert. Ich wünsche mir eine Gesellschaft, die es allen zugesteht, ihre Lust auszuleben. Deshalb mache ich Pornos und deshalb schreibe ich dieses Buch. Beides halte ich für politisch wichtig, um einer sexuell freieren Gesellschaft näher zu kommen.

Einleitung: Auf eine neue Sexualethik

Ich heiße Paulita Pappel. Nein, das ist nicht mein »richtiger« Name, es ist ein Pseudonym. Auch Künstler:innenname genannt. Oder Pornoname. Ich habe mir diesen Namen vor zehn Jahren ausgedacht, als ich meinen ersten Porno als Darstellerin gedreht habe. Früher haben Schriftstellerinnen unter Pseudonymen geschrieben, weil sich die Bücher unter männlichem Namen besser verkauft haben oder weil es für die Familie eine Schande war, dass eine Frau Bücher schreibt.¹ Es war ein Skandal, wenn sich eine Frau in der Öffentlichkeit so offen zeigte. Das ist heute nicht anders mit dem Porno.

Ich bin in Spanien aufgewachsen, was 1987 noch ein ziemlich konservatives Land war. Eine vierzig Jahre andauernde katholisch-faschistische Diktatur hinterlässt ihre Spuren. Auch wenn meine Eltern atheistisch sind und ich deswegen zusammen mit drei weiteren Schüler:innen aus unserer dreißigköpfigen Grundschulklasse vom Religionsunterricht befreit wurde, hingen Kreuzfixe in allen Schulräumen des staatlichen, vermeintlich nicht konfessionellen Schulgebäudes. Und mit ihnen das Vermächtnis von Schuld und Sünde. Als ich meiner Cousine erzählte, dass ich keine Erstkommunion haben würde, teilte sie mir mit der absoluten Ernsthaftigkeit einer Achtjährigen mit, dass ich in die Hölle käme.

Ich hatte das Gefühl, nicht »normal« zu sein. Ich wollte früh rumknutschen und später auch viel Sex haben. Mit Menschen unterschiedlicher Geschlechter und auch nicht nur, wenn ich sie liebte und mit ihnen zusammen war oder sein wollte. Kurz nach meinem zehnten Geburtstag wurde ich zum ersten Mal als »puta« beleidigt, also als Hure, weil ich einen Jungen auf die Lippen geküsst hatte. Diesen Ruf behielt ich bis zum Abitur. Rückblickend passierte mir der Sex, den ich während meiner Schulzeit hatte, meistens einfach. Ich nahm wenig Einfluss darauf, wie er genau ablief. Eine Situation, die mehr Intimität als Knutschen ermöglichte, ergibt sich nicht oft, wenn alle Beteiligten noch bei den Eltern wohnen. Es konnte tagsüber im eigenen Kinderzimmer sein, wenn die Eltern beide arbeiten waren, in einer dunklen Straßenecke auf dem Heimweg oder im Park in den Büschen, ein paar Meter entfernt vom Freundeskreis.

Was dann kam, wurde nie im Voraus besprochen oder verhandelt – dafür war gar keine Zeit. Es war ein Glücksspiel. Vielleicht beschäftigte sich ein Mund intensiv mit den Nippeln. Auf einmal könnte sich eine Hand zwischen Körper und Hose in den Schritt runterquetschen. Finger tauchten eventuell in Körperöffnungen auf. Es war alles tierisch aufregend und mal befriedigend bis ekstatisch, mal etwas ungeschickt oder unangenehm. Bei der Abifeier, wo es übrigens eine offene Bar gab, habe ich gegen drei Uhr morgens mit einem Mitschüler neben der Tanzfläche auf einem Sofa gefickt. Wir wurden daraufhin von einem Türsteher aus dem Club geschmissen. Das war das letzte Mal, dass ich meine Schulkamerad:innen gesehen habe. Denn direkt danach bin ich nach Berlin gezogen.

Ich konnte damals nicht in Worte fassen, was mich an der Stadt so anzog, dass ich lieber gestorben wäre, als ihr noch ein

Jahr länger fernzubleiben. Heute weiß ich, dass Berlin wie ein Magnet auf Menschen wirkt, die nicht heteronormativ leben können oder wollen. Denn hier gibt es Raum für sie. Als ich mit fünfzehn bei einer Klassenfahrt zum ersten Mal einen Fuß auf Berliner Boden setzte, wusste ich, dass ich hierhergehöre. Mit achtzehn stand ich zum ersten Mal auf der Tanzfläche vom Berg-hain, umgeben von Männern mit freiem Oberkörper, die schwitzten und tanzten und durch mich hindurchgucken konnten zum nächsten leicht bekleideten Schwulen. Ich war wie unsichtbar und wusste, ich kann mich hier nackt ausziehen, und keinen interessiert es. Ich fühlte mich befreit von den Blicken, den Urteilen, der sexuellen Belästigung, die ich in vielen spanischen Bars erfahren habe. Ein paar Monate später bin ich in die Liebig 34, ein autonomes, lange besetztes Haus in Friedrichshain, eingezogen, in dem damals keine cis Männer leben durften. Ein feministisches, separatistisches Wohnprojekt, wo ich lernen musste, mit Kohle zu heizen. Es war himmlisch.

XXX

Damals dachte ich, Pornografie sei nur Werkzeug des Patriarchats, um Frauen auszubeuten. Ich hätte darauf geschworen, dass keine Frau »freiwillig ihren Körper verkaufen würde«. Gleichzeitig faszinierte mich die Idee von Pornografie. Ich sehnte mich nach Orten, wo Sexualität frei von gesellschaftlichen Normen ausgelebt werden konnte. Pornografie war verpönt und somit irgendwie außerhalb der klassischen Erzählungen von Liebe und Beziehung, gegen die ich mich so wehrte. Aber zum Objekt gemacht zu werden, das durfte ich als Feministin natürlich nicht zulassen. Ich spielte oft mit dem Gedanken, Telefonsex

anzubieten oder als Camgirl zu performen, fand aber keinen richtigen Zugang. Bis eines Tages das Wort »Sexarbeit« in einem Genderstudies-Seminar fiel, das ich lieber als meine Literaturpflichtvorlesung besuchte. Die zwei Dozentinnen, offenkundig Feministinnen, erwähnten im Nebensatz Prostitution, und das nicht abwertend. Ich war schockiert. Nach dem Unterricht eilte ich zu ihnen, um mehr darüber herauszufinden, was es mit Sexarbeit auf sich hatte und was ihre Haltung zu Prostitution und Pornografie war. Sie klärten mich auf, erzählten, dass Sexarbeit ein politischer Begriff für Prostitution ist, um für die Rechte von Sexarbeitenden zu kämpfen und den Beruf als selbstbestimmte Arbeit zu definieren und von Zwangsarbeit oder Menschenhandel abzugrenzen. Das war für mich wie eine Offenbarung. Ich lernte, dass Pornografie ein Medium ist, das für eine feministische Praxis in Anspruch genommen werden kann. Ich konnte also weiterhin Feministin sein und Pornos machen.

In Berlin feministische Pornofilmemacherinnen ausfindig zu machen, war natürlich nicht schwierig. Ich bewarb mich als Darstellerin bei der schwedischen Regisseurin Marit Östberg. Wir trafen uns in einem der frühen hippen Neuköllner Cafés und redeten über Feminismus und Croissants. Sie fragte mich, ob ich mir sicher sei, dass ich in einem Porno mitspielen möchte. Ich war inzwischen zweiundzwanzig, aber sie fand mich sehr jung und wollte sichergehen, dass ich mir bewusst war, was für Konsequenzen diese Entscheidung für mein Leben haben könnte, sodass ich es später nicht bereuen würde. In diesem Moment wurde mir klar: *Ich will in einer Gesellschaft leben, in der Pornos keine negativen Konsequenzen auf unser Leben haben. Wenn das nicht die Gesellschaft ist, in der wir leben, will ich Pornos machen und damit die Gesellschaft ändern.* Ich bekam die Rolle.

Pornos haben mein Leben seitdem geprägt und verändert. Ich bin inzwischen Pornoregisseurin, -produzentin, -darstellerin und Intimitätskoordinatorin. Ich leite zwei Pornoplattformen, bin also mittlerweile auch Porno-Entrepreneurin, und ich koku-
ratiere und koorganisiere das Pornofilmfestival Berlin. Dank mei-
ner Arbeit nackt vor der Kamera habe ich gelernt, meinen Körper
zu lieben. Durch meine Arbeit als Produzentin und als Filmfesti-
valkuratorin habe ich die immense Vielfältigkeit von Sex kennen-
gelernt. Als Regisseurin und Intimitätskoordinatorin schaffe ich
Räume, in denen Menschen offen miteinander reden, wo Einver-
nehmlichkeit etabliert und Grenzen ausgehandelt werden. Das
alles hat mein Privatleben enorm bereichert, und ich denke, dass
viele andere Menschen von diesem Wissen profitieren können.
Ja, ich denke, dass Pornos unseren Umgang mit Sexualität und
das Sexleben vieler Menschen revolutionieren und bereichern
können.

Doch Pornografie wird politisch so diskriminiert, dass es in
der Praxis nahezu unmöglich ist, sich an die Regeln zu halten und
gleichzeitig ein hochwertiges Produkt anzubieten. Ein hochwer-
tiges Produkt ist teuer, und die Auswertungsmöglichkeiten sind
unprofitabel, wenn man nicht die Ressourcen hat, in Masse zu
produzieren. Deutschland hat die strikteste Regulierung von
Pornografie in Europa. Der deutsche Jugendschutz schreibt näm-
lich vor, dass sich jede Person, die einen Porno ansehen möchte,
erst identifizieren muss. Die Anbieter müssen eben diese Identi-
fikation sicherstellen. Der Prozess ist aber teuer, umständlich
und für Nutzende unattraktiv. Aus diesem Grund haben fast alle
Pornounternehmen ihren Sitz außerhalb von Deutschland. Es ist
im internationalen Markt nicht möglich, dem deutschen Gesetz
zu folgen und wettbewerbsfähig zu bleiben. Gerade für kleine

unabhängige Pornounternehmen ist das eine wirtschaftlich unüberwindbare Hürde. Ich musste letztes Jahr mit meinem feministischen Pornogeschäft aus Deutschland auswandern, weil ich es in diesem Land nicht wirtschaftlich tragbar führen konnte.

Für den Aufbau solcher Hindernisse spielt Religion immer noch eine große Rolle. Ich rede nicht über den persönlichen Glauben von Individuen, sondern über institutionalisierte Religionen; über die christliche Kirche, um präzise zu sein. Wir unterschätzen, inwiefern die religiöse Prägung der Gesellschaft uns bis heute in unserem Verständnis von Sex, Sexualität und Beziehungen beeinflusst. Außerdem ist vielen von uns nicht bewusst, wie viel Macht, Geld und politischen Einfluss religiöse Organisationen heute noch haben, auch in Deutschland, und inwieweit sie die Narrative in den Medien, Schulen und in der Öffentlichkeit bestimmen.

Es gibt ehrlich gesagt vieles über die Pornoindustrie, das kaum jemand weiß, obwohl viele Menschen eine starke Meinung dazu haben. Ich lese oft in Kommentaren zu meinen Social-Media-Posts, dass »die meisten Pornos unter inhumanen Bedingungen entstehen würden«. Solche Kritik könnte man theoretisch und metaphorisch auf verschiedene Systeme und die Machtstrukturen in der kapitalistischen Arbeitswelt gemeinhin ausführen. Dass es in besonderem Maße auf die Pornoindustrie zutrifft, stimmt einfach nicht. Die meisten Pornos im Jahr 2023 werden in Eigenregie und -produktion von den Darstellenden aufgenommen. Mit den eigenen Handys in den eigenen Wohnungen. Pornos zeigen mehr Diversität von Körpern als jedes andere Filmgenre, und sie haben das Potenzial, uns alle aufzuklären und in unserer Sexualität zu stärken. Wenn wir Pornografie nicht als Problem, sondern als Chance begreifen.

Unser Konzept von Sexualität ist noch verankert in einer Ideologie, die Menschen durch sexuelle Unterdrückung zu kontrollieren versucht. Die soziale Stellung von Pornografie ist ein Relikt dieser Ideologie. Wenn wir uns davon befreien wollen, dann brauchen wir ein neues Wertesystem, an dem wir uns orientieren können und das uns Rat gibt, um mit anderen ethisch umzugehen. Ein Konstrukt, das uns Halt gibt, um uns selbst zu verstehen. Eine ganz neue Sexualethik. Viele Menschen arbeiten schon daran. Ich tue hiermit meinen Teil. Dieses Buch ist eine wahre Geschichte über meinen eigenen sexuellen Weg und über Sex vor und hinter den Pornokulissen. Es ist ein Plädoyer für sexuelle Selbstbestimmung und eine Ressource, um die Welt sexuell freier zu gestalten.

Dabei setze ich dort an, wo Mainstream-Feminismus meiner Meinung nach aktuell noch zu kurz greift. Feminismus ist heute Zeitgeist, in unterschiedlichsten Auslegungen. Der Begriff erzielt über zehn Millionen Hashtag-Treffer auf Instagram, füllt Konzerthallen und schafft Bestseller. Heute wissen wir alle, dass es Vulva und nicht Vagina heißt, aber schreiben »Seggs« anstatt Sex auf Social Media, weil wir sonst »shadowbanned« werden. Das heißt, Menschen, die offen über Sexualität sprechen, werden in den Suchergebnissen versteckt. Indem sie im digitalen Raum unsichtbar gemacht werden, werden sie letztendlich zensuriert und auch diskriminiert. Mainstream-Feminismus hat Mängel – er denkt noch immer nicht intersektional und reproduziert Diskriminierung gegenüber bestimmten Gruppen, darunter notorisch trans Menschen und Sexarbeitende.

Bei Sexarbeit und Pornografie scheiden sich die feministischen Geister seit Jahrzehnten. Dabei sind wir uns mittlerweile (fast) einig, dass Sexualität eine kritische Rolle im Kampf um

Gleichheit, Gerechtigkeit und Freiheit spielt. Ich begrüße die vielen Beiträge aus dem feministischen Lager, die eine sexpositive Haltung vertreten. Sie reden offen über Lust, Sex, Periodenblut und Beziehungen. Sie beschreiben sich selbst als sexpositiv. Dabei heißt sexpositiv zu sein nicht, viel Sex zu haben. Es heißt, dass wir eine positive Haltung gegenüber Sexualität sowie den Anspruch haben, dass jeder Mensch so viel Sex haben sollte wie erwünscht, sei es viel, wenig oder gar nicht. Selbstverständlich nur im gegenseitigen Einvernehmen. Es heißt, dass kein Mensch für seine Sexualität beschämt werden soll. Es heißt, dass wir über unseren Körper und über unsere Genitalien selbst entscheiden. Da frage ich mich, warum diese Freiheit bei vielen auf einmal endet, wenn es um Sexarbeit geht.

In meiner persönlichen Erfahrung als Sexarbeiterin, durch meine Arbeit mit Pornografie habe ich das Konzept der sexuellen Selbstbestimmung theoretisch verstanden und praktisch umzusetzen gelernt. Es reicht nicht, sexpositiv zu sein. Deswegen schlage ich vor, pornopositiv zu sein. Das heißt nicht, dass ich alle Pornos toll finde oder denke, alle sollten Pornos schauen. Genauso wie beim Sex sollte jede Person für sich selbst entscheiden. Aber es ist ein Thema, das akut eine differenzierte öffentliche Debatte verlangt.

Es ist schwierig, glaubhafte Studien zum globalen Pornokonsum zu finden, und die Zahlen unterscheiden sich sehr von Bericht zu Bericht. Unterschiedliche Quellen kommen auf das Ergebnis, dass die Top-drei-Sexclip-Webseiten pro Monat über anderthalb Milliarden Besucher verzeichnen. Weiterhin würde sich rund ein Viertel aller Anfragen im Internet um Pornografie drehen.² Das sind etwa 68 Millionen Anfragen pro Tag. Etwa jeder vierte Klick auf Porno-Webseiten stammt von einer weib-

lichen Besucherin.³ Laut einer anderen Studie schaut etwa jede dritte Frau regelmäßig Pornos.⁴ Deutschland ist übrigens Weltmeister im Pornoschauen: Die Deutschen sorgen für 12,4 Prozent des weltweiten Porno-Traffics im Internet.⁵

Auch wenn die Zahlen unpräzise sind, betrifft das Thema offensichtlich viele Menschen. Somit ist es wichtig, offen darüber zu sprechen. Wenn ich falsche Informationen habe, kann ich keine selbstbestimmte Entscheidung treffen. Deswegen biete ich hier ausführliche Informationen darüber, was Pornos alles können, und auch, wo die Grenzen sind. Danach kann jede:r selbst entscheiden. Und egal, wie die Entscheidung ausfällt, wird die Sexualität ein Stück weit selbstbestimmter sein und der Mensch ein Stück weit glücklicher, wenn auch nur, weil das Verständnis wächst und wir uns weniger von Pornos bedroht fühlen. Denn zu einem selbstbestimmten und glücklichen Leben gehört eine selbstbestimmte Sexualität.

Mit diesem Buch möchte ich dabei helfen, sich von den verinnerlichten Ängsten und von der Scham zu befreien, die Sexualität allgemein und Pornografie im Speziellen anhaftet. Es soll eine Anleitung sein, um Orte zu schaffen, an denen Platz für alle ist und an denen wir alle eine selbstbestimmte Sexualität ausleben können. Und damit meine ich nicht nur die Pornoindustrie. Die neue Sexualethik, die ich anregen möchte, soll darüber hinausstrahlen. Pornos können eine Orientierungshilfe sein, damit wir uns selbst besser verstehen, erfahren können, was wir wirklich wollen und wie wir das auch bekommen.

Pornopositiv heißt, auf einer gesellschaftlichen sowie persönlichen Ebene die Scham und die Angst gegenüber expliziter Sexualität abzulegen, die Vielfalt von Körpern, Sexualitäten und Sexualpraktiken anzuerkennen und die Darstellung davon in all

ihrer Diversität zu fördern, Fantasien als gesunden Teil der menschlichen Sexualität zu verstehen und für Aufklärung zu sorgen. Und dabei die sexuelle Selbstbestimmung als Menschenrecht zu definieren und zu schützen und Einvernehmlichkeit als unabdingbaren Grundsatz zu etablieren. Wir können die Gesellschaft und unser Sexleben ändern, Porno für Porno.

TEIL 1:
GESCHICHTEN EINES
FREUDENMÄDCHENS