

**RISE AND SHINE**  
**CINEMA**

# MY STUFF

Was brauchst du wirklich?

Ein Dokumentarfilm von Petri Luukkainen

Finnland – 80 Min. – OmU

Verleih: RISE AND SHINE CINEMA

Kinostart: 5. März 2015

Verleih und Pressekontakt:  
Weronika Adamowska  
RISE AND SHINE CINEMA  
A division of RISE AND SHINE WORLD SALES  
Tel: 030 473 729 80  
Mob: 0177 849 04 71  
[weronika.adamowska@riseandshine-berlin.de](mailto:weronika.adamowska@riseandshine-berlin.de)

Pressekontakt:  
Jan Pasutti  
SureShot Promotions  
A Division Of Showdown GmbH  
Tel: 030 258 989 36  
Mob: 0179 238 73 74  
[jan@sureshot.de](mailto:jan@sureshot.de)

# RISE AND SHINE CINEMA

„Ich habe gespürt, diese Reise wird mein Leben verändern...“  
Petri Luukkainen

## SYNOPSIS:

Petri ist Mitte 20 als seine Freundin ihn verlässt. Er tröstet sich, indem er seine Kreditkarte zum Glühen bringt. Er kauft und kauft und kauft. Glücklicher wird er dadurch nicht.

Petri steckt tief in einer echten Existenzkrise, als er sich entscheidet, ein Selbst-Experiment zu starten: Er packt alles (wirklich alles!), was er hat in ein Self Storage-Lager und legt klare Regeln fest: 1. Das Experiment dauert ein Jahr. 2. Jeden Tag darf er einen Gegenstand aus dem Lager zurückholen. 3. Neue Dinge kaufen, darf er in dieser Zeit nicht. Er setzt sein Leben zurück auf Anfang.

Petris neues Leben beginnt nackt in einem leeren Apartment. Die Uhr tickt, er wartet auf Mitternacht, wenn er den ersten Gegenstand aus dem Lager holen darf. Und als Petri losläuft; durch eine bitterkalte Januarnacht in Helsinki, nur bekleidet mit einer Zeitung aus dem Müllcontainer, kann er die Herausforderungen nur erahnen, die sich ihm in diesem Jahr stellen werden.

MY STUFF stellt die Frage, was wirklich wichtig ist im Leben. Dabei hält der Film uns allen auf humorvolle Weise einen Spiegel vor. MY STUFF ist ein Film der Selbsterkenntnis. Wundervoll leicht erzählt und geschnitten und musikalisch gestaltet vom finnischen Jazz-Star Timo Lassy.

Nach der Weltpremiere in Helsinki postete ein Zuschauer einen Facebook-Eintrag, der uns gut gefiel: „Wenn mich jemand in 50 Jahren fragt, wie das Leben in unserer Zeit war, dann sag ich ihm: ‚Schau Dir MY STUFF an!‘“

Trailer: [vimeo.com/113406975](https://vimeo.com/113406975)

## AUSGEWÄHLTE INTERNATIONALE PRESSESTIMMEN:

„Die Geister von Morgan Spurlock und Michael Landy schweben über dieser witzigen finnischen Suche nach Glück: eine Art von *Super Downsize Me*.“  
*THE GUARDIAN*

„Luukkainen ist ein gutes Beispiel für die Art von frischen Talenten aus der ganzen Welt, die nur darauf warten die große Leinwand zu stürmen! Die Botschaft seiner Geschichte ist wichtig und zeitlos, und er erzählt sie ebenso eindringlich wie angenehm.“  
*THE HOLLYWOOD NEWS*

„Ein interessanter, humorvoller und manchmal rauer Dokumentarfilm, der zum Nachdenken anregt: Luukkainens Antwort auf die Kultur des Materialismus und Marketing; eine Kultur, die uns stets ermutigt, uns durch das zu definieren, was wir besitzen.“  
*ESQUIRE*

„Ein kleines aber herausragendes Wohlfühlpaket.“  
*THE JAPAN TIMES*

# RISE AND SHINE CINEMA

## INTERVIEW MIT DEM REGISSEUR PETRI LUUKKAINEN:

### - Warum haben Sie sich für Ihren Film MY STUFF so sehr mit sich selbst auseinandergesetzt?

Ich war eines Tages in meiner Wohnung und ich fühlte mich überhaupt nicht mehr wohl. Ich sah mich um. Egal, wohin ich blickte, ich sah Kram, Zeugs, Sachen. Ich dachte mir: Werde das alles los und du wirst ein glücklicherer Mensch.

Im Ernst: Ich hatte den Eindruck, dass mich alles erdrückt, dass ich nicht einmal mehr klar denken konnte, weil alles voller Sachen war.

### - Wie fing dann alles an?

Es war zunächst nur eine Idee: Ich werde alles Zeugs los und es wird eine reinigende Kraft haben. Dann sprach ich mit Freunden darüber, und die stimmten sofort zu: Klingt spannend, das sollten wir filmen. Und so starteten wir. Ich habe mir die Regeln gesetzt, ein Freund von mir drehte, ich ebenfalls, und alles nahm seinen Lauf.

Nur so konnten wir auch so unmittelbar arbeiten, wie wir es getan haben. Für mich war es das erste Mal, das ich vor der Kamera war. Das ist eigentlich nicht mein Ding. Ich habe nicht mal mein Foto auf Facebook...

### - Ihr Experiment dauerte ein Jahr. Hatte es darüber hinaus auch noch Auswirkungen für Ihr Leben?

Es hat mein Leben in vielerlei Hinsicht beeinflusst und verändert. Ich bin danach nicht einfach zurück gegangen und habe alles aus dem Lager abgeholt und gelebt wie ich es vor dem Experiment getan hatte. Ich habe gespürt, dass ich wirklich das meiste nicht brauche. Und natürlich wurde ich mir über vieles bewusst. Ich habe meinen CO2 Fußabdruck ausgerechnet und es war schnell klar, dass er jenseits von Gut und Böse ist. Natürlich war auch ich viel zu viel geflogen. Ich habe es geschafft, drei Jahre lang kein Flugzeug zu nehmen. Ich habe Containerschiffe aus Finnland heraus genommen, bin in Europa viel Zug gefahren. Es war eine entschleunigte Zeit. Sehr angenehm. Aber auch recht teuer. Es wird einem dann erst bewusst, wie schwer es einem gemacht wird, nicht einen Billigflieger zu nehmen um von A nach B zu kommen...

### - Als Sie Ihr Projekt starteten, hatten Sie da schon fest im Blick, was passieren würde und welchen Langzeiteffekt es haben würde?

Nein. Als ich begann, dachte ich erst: Na, vielleicht reduziere ich mich auf 1000 Dinge. Und da dachte ich schon: Oh, mein Gott. Das geht gar nicht. Dann dachte ich: 200 Sachen. Das ist mutiger. Aber das machte alles noch keinen Sinn. Es musste eine extreme Entscheidung sein. Etwas, was eine Fallhöhe darstellt und wirklich weh tut. Und das tut es, wenn Sie wirklich alles wieder auf Anfang drehen und bei Null anfangen...

### - Wie haben Sie die Filmaufnahmen dann organisiert?

Um ehrlich zu sein: Es war die Hölle! Wir hatten fast 300 Stunden Material. Das ist der Alptraum jedes Cutters. Aber auch jedes Regisseurs. Wir hatten letztlich sieben Geschichten: Meine Großmutter, mein Kram, die Freundin, der Kühlschrank... Und irgendwann merkten wir: Hey, irgendwas ist besonders an diesem Kühlschrank, das ist der rote Faden.

### - Die Geschichte Ihrer Großmutter, eine Stimme der Weisheit und Liebe im Film, manchmal auch fast eine Art griechischer Chor, ist sicher eine der Berührendsten...

Meine Großmutter ist wundervoll. Natürlich ist es auch ein bisschen traurig, wenn sie diesen Unfall hat und ihre Wohnung verlassen muss und ins Altersheim zieht. Sie hat eine wundervolle Art, einem die Augen zu öffnen. Sie hat recht: Dein Leben besteht nicht aus deinen Sachen, die meisten Besitztümer sind nur Requisiten in deinem Leben.

Mein Verhältnis zu Sachen hat sich radikal gewandelt. Am Anfang war ich ein Mann, der dachte, sein größtes Problem sei, dass er zu viele Dinge besitzt und nicht weiß, was er damit anfangen soll. Mal ehrlich: das ist kein Problem, das ist eher traurig.

Keine Ahnung, vielleicht bin ich heute sogar materialistischer, eben weil ich Dinge viel mehr wertschätze.

#### RISE AND SHINE CINEMA

A division of Rise and Shine World Sales  
Schlesische Str. 29/30, 10997 Berlin  
Telefon: +49 30 47372980 - Telefax: +49 30 473729820  
E-Mail: info@riseandshine-berlin.de

# RISE AND SHINE CINEMA

## - Wenn Sie zurückdenken: Welche Tage des Jahres waren die Interessantesten?

Am Anfang gab es natürlich ganz existentielle, körperliche Herausforderungen: Du hast nichts anzuziehen. Körperpflege ist keine einfache Selbstverständlichkeit mehr. Du schläfst auf dem Boden und hast keine Decke, kein Kissen. Das war schon toll. Auf Dauer kann ich es aber nicht empfehlen.

## - Am Ende des Films sehen wir, dass noch so viele Sachen im Lager zurückbleiben. Was ist damit passiert?

Wir hatten einen Moment lang überlegt, das in den Film einzubauen. Aber dann dachten wir: Warum sollten wir...? Ich hatte das Gefühl, so denken die Zuschauer stärker über sich selber nach: Was würde ich machen in seiner Situation? Was würde ich von meinen eigenen Sachen behalten wollen bzw. unbedingt wieder zurück haben wollen?

Nach dem Jahr hatte ich also so ungefähr 365 Gegenstände. Und ich hatte die Liebe meines Lebens gefunden. Warum sollte ich alles aus dem verdammt Lager rausholen. Weil ich aber eben doch nicht so konsequent bin, wie ich es gerne wäre, bin ich nach ein paar Monaten noch einmal zurück, habe vielleicht 100 Sachen rausgenommen. Und dann habe ich den Sperrmüll gerufen. Das war ein nettes Telefonat: „Wieviele Sachen haben Sie denn? Sollen wir mit einem Kleinbus kommen?“. Und ich: „Kommen Sie besser mit einem Sattelschlepper.“

## AUSGEWÄHLTE FESTIVALS:

DOK Leipzig, Helsinki IFF, Warsaw IFF, CPH:DOX, DocsBarcelona, DocPoint Helsinki, Magnificent 7, Nordic Filmdays Lübeck, Listopad Minsk, Nordic Film Festival, One World Prague

## DER REGISSEUR:



Petri Luukkainen (geb. 1984) ist ein junger Filmemacher aus Helsinki. Er startete seine Karriere früh mit 17 Jahren als Regisseur für Werbespots und Musikvideos und arbeitete später für verschiedene dokumentarische Formate als Regisseur, Kameramann und Cutter. Petris erster Kinodokumentarfilm MY STUFF beschäftigt sich als komödienhaftes Selbstexperiment auf unterschwellige Weise mit wichtigen Themen des Lebens und der Umwelt.

„The Hollywood News“ beschreiben Petri als „ein gutes Beispiel für diese Art frischer Talente, die nur darauf warten, die große Leinwand zu erobern“. MY STUFF wurde seit 2014 in vielen Ländern im Kino veröffentlicht, u.a. in Japan, Großbritannien, Schweden, Finnland und Spanien.

Luukkainens neues Projekt „The Climate Game“ ist inspiriert durch einen umstrittenen Artikel über den Klimawandel, der in der größten Zeitung Finnlands erschien. Petri ärgerte sich und drehte die Kurzdokumentation THE CLIMATE GAME, die in nur sieben Tagen fertig gestellt und veröffentlicht wurde und mit YouTube als zentralem Medium arbeitete. THE CLIMATE GAME war ein großer viraler Erfolg und u.a. shortlisted für den weltweiten Action4Climate Wettbewerb für Umweltfilme.

## Filmografie:

2014 – THE CLIMATE GAME (ISON POIKEN ILMASTOPELISSÄ), Finnland, 10 Min.

2013 – MY STUFF (TAVARATAIVAS), Finnland, 80 Min.

## RISE AND SHINE CINEMA

A division of Rise and Shine World Sales  
Schlesische Str. 29/30, 10997 Berlin  
Telefon: +49 30 47372980 - Telefax: +49 30 473729820  
E-Mail: info@riseandshine-berlin.de

# RISE AND SHINE CINEMA

## CREW:

Buch und Regie: Petri Luukkainen  
Kamera: Jesse Jokinen  
2. Kamera: Pasi Ylirisku  
Schnitt: Altti Sjögren  
Ton: Juho Luukkainen  
Ton Design: Kyösti Vääntänen  
Ton Mischung: Peter Nordström  
Musik: Timo Lassy  
Produzent: Petri Luukkainen  
Koproduzent: Pasi Ylirisku  
Produktion: Unifilm Ltd in Kooperation mit YLE und UR

World Sales: Rise And Shine World Sales GmbH  
Filmverleih: Rise And Shine Cinema

## WEITERE INFORMATIONEN:

[www.mystuffmovie.de](http://www.mystuffmovie.de)  
[facebook.com/MyStuffMovie](https://facebook.com/MyStuffMovie)

## PRESSEMATERIALIEN ZUM DOWNLOAD:

Pressematerial gibt es unter [www.mystuffmovie.de/press/](http://www.mystuffmovie.de/press/).

## PARTNER:

