

Lena Kupke

Pause

Roman

Der Tag als die Notärztin kam, war der Tag, an dem ich wieder zu meinen Eltern gezogen bin. Mit sechsunddreißig.

Manchmal zwingt einen das Leben zu einer Pause, ob man will oder nicht. Hanna will eigentlich nicht. Aber nach einem einschneidenden Erlebnis zieht sie Hals über Kopf von Berlin in ihre alte Heimat Lüneburg zurück – zu ihren Eltern, in ihr altes Kinderzimmer, das mittlerweile das Büro ihres Vaters ist, samt Drucker, elektrischen Rollos und 90-cm-Gästebett.

Doch wie soll das funktionieren?

Plötzlich wieder Familienalltag, von null auf hundert mit drei erwachsenen Menschen, die seit jeher Konflikte lieber unter den Teppich kehren, als sie zu klären. Hanna will so schnell wie möglich wieder zu sich nach Hause, nach Berlin, in die gemeinsame Wohnung mit ihrem Freund Paul. Doch das ist nicht so einfach möglich, denn die Gründe für Hannas Zusammenbruch liegen tief. Ein warmherziges, zart-witziges und ehrliches Buch über die Verarbeitung von Schicksalsschlägen und den langen Weg zur Selbstfindung. Zwischen alten und frischen Wunden muss Hanna lernen, Hilfe einzufordern und anzunehmen und ihre Familie mit anderen Augen zu sehen. Und sie entdeckt, dass einen die Liebe auch in den schwächsten Momenten findet ... In ihrem Debütroman erzählt Lena Kupke gnadenlos ehrlich und mit viel Humor von den Momenten am Boden und von Liebe, die gerade dann kommt, wenn du am wenigsten damit rechnest. »Das Buch ist von Lena Kupke! Was wollen Sie denn noch mehr? « Till Reiners



Lena Kupke

Pause

Roman

Originalausgabe

320 Seiten

ISBN: 978-3-423-28542-1

EUR 23,00 [DE]

EUR 23,70 [AT]

ET 15. Mai 2026

Format : 12,8 x 21,0 cm



© Daniel Dittus

Autor*in

Lena Kupke

Lena Kupke, geboren 1986, hat English Studies und Geschichte in Bonn studiert. Sie ist Autorin und Stand-up-Comedian. 2021 erschien ihr Stand-up Comedy Special im ZDF sowie ihr Sachbuch ›Wahrheit oder Pflicht‹. Sie ist häufig zu sehen bei Till Reiners´ ›Happy Hour‹ auf 3Sat und bei ›Falsch, aber anders lustig‹ in der ARD Mediathek. ›Pause‹ ist ihr Debütroman.

Veranstaltungen und Medientermine

Lena Kupke liest aus ›Pause‹

📅 Samstag, 05.09.2026, 20:00 Uhr
📍 Kulturetage Halle
Bahnhofstraße 11
26122 Oldenburg

🔗 [Weitere Informationen](#)

Lena Kupke liest aus ›Pause‹

📅 Freitag, 04.09.2026, 20:00 Uhr
📍 Kulturzentrum Schlachthof - Kesselhalle
Findorffstr. 51
28215 Bremen

🔗 [Weitere Informationen](#)

Lena Kupke liest aus ›Pause‹

📅 Sonntag, 06.09.2026, 20:00 Uhr
📍 Centrankomitee
Steindamm 45
20099 Hamburg

🔗 [Weitere Informationen](#)

Lena Kupke liest aus ›Pause‹

📅 Mittwoch, 02.09.2026, 20:00 Uhr
📍 zakk
Fichtenstraße 40
40233 Düsseldorf

🔗 [Weitere Informationen](#)

Lena Kupke liest aus ›Pause‹

📅 Dienstag, 08.09.2026, 20:00 Uhr
📍 Pfefferberg Theater
Schönhauser Allee 176
10119 Berlin

🔗 [Weitere Informationen](#)

Lena Kupke liest aus ›Pause‹

📅 Mittwoch, 09.09.2026, 20:00 Uhr
📍 Moritzbastei
Kurt-Masur-Platz 1
04109 Leipzig

🔗 [Weitere Informationen](#)

Lena Kupke liest aus ›Pause‹

📅 Samstag, 12.09.2026, 20:00 Uhr

📍 Zeche Carl

Wilhelm-Nieswandt-Allee 100, 45326 Essen
45326 Essen

🔗 [Weitere Informationen](#)

Lena Kupke liest aus ›Pause‹

📅 Donnerstag, 24.09.2026, 20:00 Uhr

📍 Studio Filmtheater

Wilhelminenstraße 10
24103 Kiel

🔗 [Weitere Informationen](#)

Lena Kupke liest aus ›Pause‹

📅 Donnerstag, 10.09.2026, 20:00 Uhr

📍 Filmtheater Schauburg

Königsbrücker Str. 55
01099 Dresden

🔗 [Weitere Informationen](#)

Lena Kupke liest aus ›Pause‹

📅 Freitag, 11.09.2026, 20:00 Uhr

📍 FRANZ MEHLHOSE

Löberstr.12
99084 Erfurt

🔗 [Weitere Informationen](#)

Pressestimmen

»›Pause‹ von Lena Kupke erzählt nicht laut, sondern einfühlsam und leise davon, wie lange es braucht, um zu heilen. Von Familiendynamiken, Hoffnung und Neuanfängen. (...) Ein Buch, das mich sehr berührt hat (...).«

Emotion, Hannah Gössmann, 1. Mai 2026

»Witzig und ergreifend. (...) In ihrem Debütroman überzeugt die deutsche Autorin und Stand-up-Comedienne Lena Kupke mit gnadenloser Ehrlichkeit und viel Humor, den sie bewusst einsetzt, „um schwierigen Themen dennoch Leichtigkeit zu geben“.«

Woman, 7. Mai 2026

»Die Dramatik dieses Buches liegt im Kleinen und im Realen. Ein echter Page-Turner.«

harpersbazaar.de, Anna Ostrowski, 16. Mai 2026

»Das perfekte Buch für den Moment.«

Deutschlandfunk Nova, Lydia Herms, 22. Mai 2026

»Lena Kupke erzählt warmherzig, ehrlich und mit feinem Humor von einem erzwungenen Stillstand, der schmerzhaft ist, aber auch etwas in Bewegung bringt. Ein Roman über Schwäche, Selbstfindung und die Liebe, die manchmal gerade dann auftaucht, wenn nichts mehr geht.«

stuttgarter-nachrichten.de, Katrin Jokic, 29. Mai 2026

»Ein Debüt, das lange nachhallt.«

myself, 1. Juni 2026

»Es ist ein Buch, das berührt und auch mal traurig ist, doch der schräge Humor sorgt für gelungenen Ausgleich. Man taucht wunderbar in die Geschichte ein und lässt diese auch nicht so leicht los. Ein ganz wunderbares Debüt!«

WDR 2, Pia Patt, 2. Juni 2026

Autor*in Lena Kupke bei dtv

- Pause, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28542-1