

## Wo die Sehnsucht beginnt, beginnt das wahre Leben

04.07.2025, 10:01 | Freizeit, Bunt, Vermischtes

Pressemitteilung von: *Katina Engel*



Schlaflos im Rausch des Lebens – Eine wahre Geschichte um Sehnsucht, Drogen und Freiheit

*„Schlaflos im Rausch des Lebens“ – Die nackte Wahrheit einer Frau, die sich selbst findet*

**Berlin, 16. Juni 2025** – Es ist mehr als ein Buch. Es ist ein Lebensbekenntnis.

Mit „*Schlaflos im Rausch des Lebens – Eine wahre Geschichte um Sehnsucht, Drogen und Freiheit*“ legt **Katina Engel** ein zutiefst persönliches, literarisch fesselndes Werk vor, das weit über erotische Memoiren hinausgeht. Was wie ein sinnlicher Roman anmutet, ist in Wirklichkeit die erschütternd berauschend direkte und lebensverändernde Geschichte einer Frau, die in der Mitte ihres Lebens ausbricht – und sich selbst findet.

## Wovon das Buch erzählt

**Monika** – Anfang fünfzig, verwitwet, Mutter, mit Rubensfigur – ist müde vom Funktionieren, vom Alleinsein, von der Leere. In einem Moment der Sehnsucht postet sie auf einem Erotikportal:

*„Zärtliche Begegnung gesucht: Ich bin Monika, Anfang 50, mit Rubensfigur, freue mich auf einen erotischen Outdoor-Treff mit einem aufgeschlossenen Mann.“*

Was als erotische Neugier beginnt, wird zu einer existenziellen Reise durch Leidenschaft, Grenzerfahrungen, Drogen, Verletzlichkeit – und tiefer Selbstliebe.

Sie begegnet Männern, die sie entflammen und herausfordern, erlebt Kontrollverlust und Ekstase – aber auch Einsamkeit und Klarheit. Und sie entdeckt: Das, was sie sucht, liegt nicht außerhalb, sondern in ihr selbst.

## Stimmen aus der Szene

- „Freimütig, sinnlich und mit viel Leben erzählt – die mutige Selbstfindung einer Frau Anfang 50.“
- „Eine wahre Geschichte um Sehnsucht, Drogen und Freiheit“ – berührend, provozierend, empowernd.

## Zielgruppen, Relevanz & Zeitgeist

In einer Gesellschaft, in der Frauen über fünfzig oft unsichtbar gemacht werden, bricht Katina Engel mit Konventionen: Dieses Buch spricht eine Generation an, die spürt, dass das Leben nicht mit dem Jugendwahn endet – sondern dort beginnt, wo Wahrhaftigkeit, Mut und Lust zusammentreffen.

**„Schlaflos im Rausch des Lebens“** ist ein literarischer Aufruf zur Selbstermächtigung:

für Frauen in der Lebensmitte, die sich nach Tiefe, Nähe und Neuorientierung sehnen

für Leser, die authentische Geschichten über Lust, Schmerz und Hoffnung lieben

für all jene, die über Sehnsucht, Sucht und Sinn nachdenken – und spüren, dass ein Aufbruch immer möglich ist

## Verfügbarkeit & Formate

**Taschenbuch, 246 Seiten, Softcover, 13,99 Euro, Direkt erhältlich bei: Amazon, Hugendubel, ZVAB, eBay, BoD, buchhandel.de u. v. m.**

**E-Book, EPUB / mobi / PDF, ab 2,49 Euro, u. a. bei PocketBook, Hugendubel, Lehmanns, BoD-Shop**

**Auch im stationären Buchhandel bestellbar** (ISBN: 978-3-8192-7203-5)

Überall im deutschsprachigen Raum lieferbar

## Über die Autorin

**Katina Engel** lebt und schreibt in Berlin. Ihr Stil: direkt, sinnlich, radikal ehrlich.

Nach Jahren des Schweigens entschied sie sich, ihre Geschichte aufzuschreiben – ohne Filter, ohne Scham, ohne Rückzieher:

*„Ich wollte erzählen, wie es wirklich war – das Begehren, die Drogen, der Schmerz und das Wiederfinden meiner Selbst.“*

Mit *„Schlaflos im Rausch des Lebens“* gelingt ihr ein kraftvolles Debüt über weibliche Identität, Selbstachtung – und das Glück, zu sich selbst zurückzukehren.

### **Für wen ist dieses Buch ein Muss?**

Frauen über 40, 50, 60 – die sich in neuer Sinnlichkeit entdecken wollen  
Leser, die mutige, autobiografische Literatur lieben  
Buchhändler & Blogger, die Literatur mit Haltung schätzen  
Therapeuten, Coaches & Multiplikator:innen, die über weibliche Freiheit sprechen

### **Jetzt verfügbar – und bereit für Diskussion**

*Ein Buch, das verführt, polarisiert und tief berührt.*

*Ein Titel, der in Buchhandlungen, auf Social Media und in Leserunden für Gesprächsstoff sorgt – und Leser nicht mehr loslässt.*

### **Pressekontakt**

#### **Katina Engel**

E-Mail: [autorin-katina@posteo.de](mailto:autorin-katina@posteo.de)

Buchshop: [buchshop.bod.de](http://buchshop.bod.de)

Weitere Shops: Amazon, Hugendubel, Thalia, ZVAB, eBay

#### **Katina Engel**

Raisdorfer Str. 5  
15566 Schöneiche  
Deutschland

### **Portrait**

Ich bin eine Autorin und habe bereits mehrere Bücher veröffentlicht.

---

News-ID: 1287014 • Views: 1096 (Stand: 11.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1287014/Wo-die-Sehnsucht-beginnt-beginnt-das-wahre-Leben.html>