



NORDIC BASE

[www.rebellegion.com](http://www.rebellegion.com)



## Nordic Base

### Velgørenhed:

Medlemmer af Nordic Base modtager ikke betaling, når vi er ude i vores kostumer. Vi prøver i stedet at samle penge til velgørenhed i vores 4 lande.

Vi deltager i film- eller science fiction relaterede events og arrangerer aktiviteter hvor man kan bidrage til forskellige velgørende organisationer - tit deltager vi sammen med vores søsterorganisation, Danish Garrison

Vil du vide mere?  
Besøg os her

[www.nordicbase.net](http://www.nordicbase.net)

[www.danishgarrison.dk/](http://www.danishgarrison.dk/)

Eller kontakt os via:  
[nordicbase@gmail.com](mailto:nordicbase@gmail.com)





## Hvem?

### Hvem er vi?

Nordic Base er den del af den internationale organisation Rebel Legion, som er en gruppe af Star Wars fans, der er fælles om interessen for at lave kostumer fra hele Star Wars universet, men med fokus på de "gode" karakterer.

Det er her du finder jedi-ridere, prinsesser, varmhjertede slyngler og mange andre fra universet.





## Hvad?

### Kostumer:

Det centrale for medlemmer af Nordic Base er at researche kostumer, derefter skabe dem, og til sidst nyde det endelige produkt. Alle kostumer har naturligvis rod i Star Wars universet. Vores medlemmer laver deres egne kostumer.

Det er en proces der kan være meget hurtigt eller virkelig langsom, men uanset hvad er de andre basemedlemmer klar til at støtte og heppe på dig gennem processen.

### Fællesskab:

Nordic Base dækker 4 lande, og Rebel Legion har andre baser over hele verden. Det er derfor helt sikkert, at du kommer til at møde rigtig mange mennesker og får mulighed for at tage til events over hele verden. Kommunikation på vores forum foregår primært på engelsk, netop fordi vi har rod i 4 forskellige lande, men lad ikke det holde dig tilbage! Dine landsmænd er klar til at hjælpe dig, hvis sproget volder problemer

# BIGBrush



## REKLAMEBUREAU VEJLE MED FOKUS PÅ FORRETNING

### Passionerede mediehåndværkere

Hos BIG Brush reklamebureau ser vi os selv som mediehåndværkere. Vores formål er at øge kendskabsgrad og salg for vores kunder, og udvikle softwaresombådeerbrugervenligt, stabiltogsikkert. Vi skaber ideer og dækker behov - derfor syntes vi, at mennesker er den vigtigste variabel i forbindelse med værdiskabelse.

### Kunden i centrum

Vores sommardrejningspunkter altid kunden. Med kunden i centrum sikrer vi et konstant fokus på mekanismerne bag forbrugeradfærd, købsbeslutning og kommunikation.

### Den oplyste beslutningsprocess

Markedsføring er en iterativ process som involverer indsigt, strategi, kreativitet og teknologi. Vi har et skarpt fokus på det dynamiske samarbejde, hvor beslutninger baseres på vidensdeling og fakta.

### Mission

Viviskabelangtidsholdbarer relationer til vores kunder igennem et konstant fokus på værdiskabelse.

### Vision

Vi vil være det mest troværdige reklamebureau i Danmark.

### Værdier

- Værdiskabelse: Vores løsninger har reel værdi.
- Troværdighed: Vi er ærlige og åbne.
- Engagement: Vi elsker det vi laver.



# Hvordan vi gør?

## Engagement og samarbejde

Hos BigBrush formidler vi budskabersom engagerer kunderne. Vibenytter osaf alle virkemidler, ligefra video og sociale medier til events og diverse teknologier. Samarbejde er vores nøgleord. Igennem et dialog med vores kunder opnår vi indsigt tilatskabe universer og oplevelser, som formidler klare budskaber.

## Din samarbejdspartner

Viserosselvsomdinsamarbejdspartner.Og derforgør vimegetudafatforståvoreskunderogderesforretning. Vores erfaring viser, at et konstruktivtsamarbejde med en afslappet dialog, skaber rammerne for de bedste resultater. Foros ret projektikkeetstykke arbejde - det er en mission som skal lykkes!

1.

### Indsigt

Første fase handler om indsigt i virksomheden samt beskrivelse af opgaven. Vi identificerer successkriterier og opstiller målsætninger. Det sikrer en fokuseret og målbar løsning, som kan evalueres og optimeres.

3.

### Evaluering

Vores løsninger kan altid måles, og kaster derfor en stor mængde data af sig. I denne fase evaluerer vi indsatsen, ved at analysere dataen, og rapportere til kunden. Denne fase er vigtig, fordi den sikrer at beslutninger baseres på fakta, samt at løsningen imødekommer både målsætninger og strategi.

2.

### Implementering

Vi tænker strategisk og skaber en løsningen med fokus på de opstillede målsætninger. Afhængig af opgaven kan denne fase indeholde design, prototyping, kunderundersøgelser eller workshops.

4.

### Optimering

Vi optimerer løsningen ved at justere indsatsen på en lang række parametre. Datanalyse spiller her en væsentlig rolle, fordi det sikrer, at beslutninger og tiltag baseres på fakta og ikke fornemmelser.

# Stress!

Symptomer på stress - Hvordan ser og mærker du stress?





## Stress hos dig selv

For at mærke efter om du selv er stresset, må du være opmærksom på flere ting. Dine kropslige symptomer, dine psykiske og følelsesmæssige symptomer og dine adfærdsmæssige symptomer.

Dine kropslige symptomer stammer meget direkte fra de stresshormoner, som hvirvelrundtidsystemet, når du er stresset. Vær opmærksom på, at følelsen af arbejdsglæde, det såkaldte "flow", også stammer fra nogle af disse hormoner bla. adrenalin. Men selv når det er de positive stresshormoner, der suser rundt i kroppen, vil du kunne mærke nogle af de mere uhensigtsmæssige virkninger. Du kan få hovedpine, muskelspændinger, øget puls, forhøjet blodtryk, tørre slimhinder osv. En meget typisk kropslig reaktion på frigivelsen af adrenaliniblodeter, at fordøjelsen nedslættes. Det er ikke hensigtmæssigt at bruge energi påfordøjelse, mens du flygter fra en løve. Derfor kan mavebesvær, hård- eller tynd mave, hyppig afføring osv. ofte være symptomer på stress.

## Lyt altid til din kropssignaler!

Det er vigtigt at huske, at alle disse kropslige reaktioner kan være symptomer på mange andre ting end stress. Men lyt altid til din kropssignaler! Det kan være skadeligt at glemme livsfarligt at overhøre din kropssignal. Stress kan skade dit immunforsvar, så du er mere udsat for at udvikle sygdomme, som du måske har anlæg for, mens duellers ikke vil have udviklet. Stress giver f.eks. ikke mavesår! Men stress kan være med til at overvinde limhindens modstandskraft mod mavesyren og derved øger risikoen for mavesår. På samme måde er det med en række andre sygdomme.

De psykiske og følelsesmæssige symptomer på stress kan du se mange eksempler på i fablens tegninger.

Et almindeligt symptom på stress er nedsat evne til at koncentreres og fokusere på selv meget enkelte opgaver. Kænguru-mor springer morgenmaden over og glemmer at hente sit barn i børnehaven om eftermiddagen. Den manglende evne til at fokusere kan resultere i, at du ikke kan prioritere dagens opgaver ordentligt. Opgaverne bliver ikke løst, og du er mere stresset, end da dagen startede. Kender du følelsen af at have knoklenen heldag og alligevel føle, at

du ikke har nået særligt meget? Hvis du har detsådan for ofte, bør du standse op og mærke efter, om du har ramt af stress.

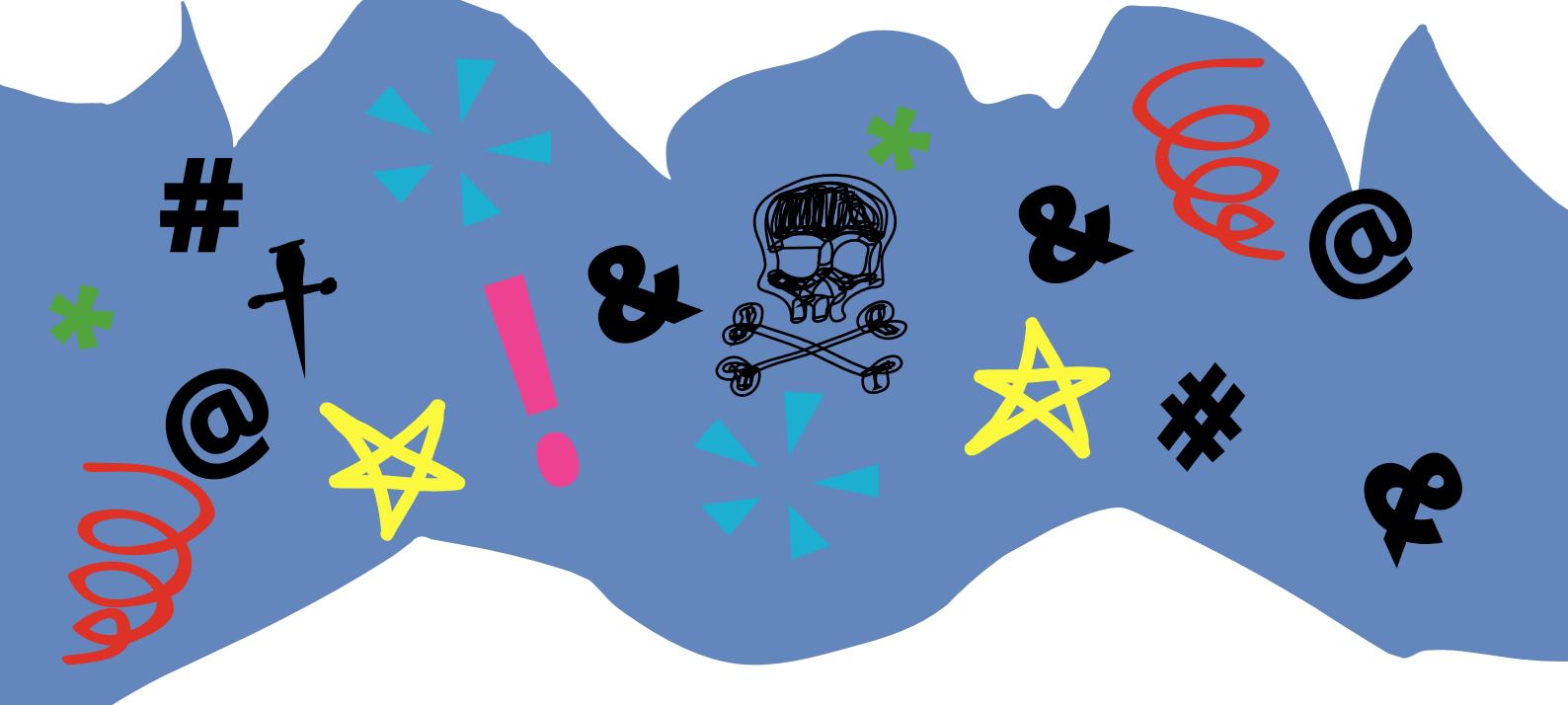
Se på hesten i trykkeriet. Han virker ugodelig og uengageret. Det kan være et symptom på stress. Hvis du oplever, at du har mistet lysten til dit arbejde. Hvis du ikke længere interesserer dig for, om kvaliteten af jeres produkter iorden, og at det går din virksomhed godt. Så kendetegnene på stress. Måske har du følelsen af, at det ikke betyder noget, om du gør en ekstra indsats. Vi fører et regnskab oppe i vores hoved mere eller mindre bevidst. Det er et simpelt regnestykke, hvordumåler det din virksomhed giver dig, hvis du holder til den nedsatte pris du lægger i firmaet.

## De andre er nogle lalleglade fjolser

I stressede perioder lægger du en meget stor indsats. Og bliver det ikke gengældt med forskellige former for belønning – penge, fritid, ros osv. – så mister du lusten til arbejdet. Det er utilfredsstillende for dig, og det er dårlig forretning for din virksomhed. Det er dyrt for firmaet at have uengagede medarbejdere.

Det kan også være et symptom på stress, hvis du føler at du i en periode er mere anspændt og irriteret end du plejer. Hvis du selv føler dig presset, vil det måske være til irritation for dig, at andre er glade og tilfredse ud. Du føler at din irritation er berettiget, fordi de andre er nogle lalleglade fjolser, som ikke forstår noget.

Måske har du ret, men hvem gider gå og være sur hele dagen? Hvis du føler dig mere anspændt og irriteret end du plejer, så gik indad og mærke efter, hvad det er der går dig på. Du opnår intet ved at give andre skylden for dit dårlige humør eller ved at lade det gå ud over dem.



### "En ny dag truer"

Erdustressetilængeretidkandet resultere isymptomer som modløshed og tristhed. Går der en lang periode, hvor du ikke kan se lys for enden af tunnelen og du tænker "ennydagtruer", såskaldine alarmklokke ringe. Modløsheden er en negativ følelse, som vil give dig en fornemmelse af, at du ikke har kontrol over dite getliv. Det vil betyde en stigning i mængden af Kortisol i kroppen. Og det vedtænger et tidspåvirkning af den form for negativ stress, at det kan begynde at blive direkte sundhedsskadeligt. Langtidsstress har vist sig at kunne give skader på vævet i hjernen.

Modløsheden kan iværstet til fælde udvikles i til langst og depressioner. En depression kan komme snigende langsomt, eller den kan blive udløst pludseligt af en voldsomhændelse. Dets somdråben, der får bægeret til at flyde over. Værder for opmærksom på om du i perioder føler håbløshed, angst eller går rundt med følelsen af, at du er ved at miste forstanden. Deter signaler, som skal få dig til at stoppe op og tale med nogen om din situation.

### "Søvnvanskigheder er et andet vigtigt symptom..."

Manglende lyst til nærhed og sex kan også være symptop på, at der er noget i arbejdslivet, som påvirker dig negativt. Det er klart at disse symptomer meget nemt kan komme til på virkede privatliv, hvis du eller din partner ikke får talt godt sammen om årsagen til problemerne.

Søvnvanskigheder er et andet vigtigt symptom på stress. Du ligger måske og spekulerer på alt det du ikke nåede i dag og derfor er nødt til at gøre i morgen. Spekulationerne og bekymringerne vil opfattes af stress-systemernes somreelle trusler. Stress-systemerne kender ikke forskel på virkelighed og fantasi.

Bekymringene sender stress-hormoner rundt i kroppen og gør det endnu sværere for dig at få ro. Et godt råd til dig der ligger engang imellem og ikke kan falde i søvn er: Lad være med at prøve. Det bliver du endnu mere frustreret og stresset af. Sæt dig i en stol og læs en god

bog. Det kan hjælpe din tankervæk fra bekymringerne og give dig den nødvendige ro. Det mådesuden frarådes at ligge og falde i søvn og sove et par timer mens fjernsynet kører.

Vigtigheden af engod sammenhængendes øvnkanikke understreges kraftigt nok. Det er mens du sover, at du skal hente psykisk og fysisk energi til næste dags eller natsudfordringer. Det er svært at få det tilstand, du evt. har været i.

De adfærdsmæssige symptomer du kan opleve hos dig selv bliver bekrevet i det følgende. Det kræver stor selvindsigt at se det i øjnene, hvis du har et eller flere af symptomerne. Du vil ikke nødvendigvis se dem som problematiske. Derfor vil jeg beskrive dem som symptomer du kan lægge mærke til hos andre. Når du har øvet dig i det, kan du måske bedre se dem hos dig selv.

## 10 Tegn på stress

### 1. Hjernen

Stress øger produktionen af adrenalin, som gør dig anspændt, og kortisol, som giver en generel ulyst. De første psykiske symptomer på stress er derfor typisk irritabilitet, uro og rastløshed, svigtende hukommelse og koncentration.

### 4. Vægten

Stress påvirker appetitten og giver mange af os en større trang til sukker, salt og fedt. Har du tendens til undervægt, vil du oftest tage dig. Har du omvendt tendens til overvægt, vil du derimod typisk tage på.

### 7. Hjertet

Når noradrenalin og adrenalin frigives fra nerveceller og binyremarven under en stresstilstand, stiger hjertefrekvensen og blodtrykket. Blodkarrene i muskulaturen og hjertet udvides.

### 2. Huden

Frigørelsen af adrenalin får hudens små blodkar til at trække sig sammen, hvilket får os til at se blege ud. Svedudskillelsen stiger, når vi bliver stressede, så kroppen kan komme af med overskydende varme. Stress nedsætter også immunforsvaret og kan give en opblussen af infektioner.

### 5. Øjene

Øget adrenalinproduktion, som opstår under stress, gør pupillerne store. Det er urtidens kæmp-eller-flygt-refleks, der giver sig til kende her.

### 8. Maven og tarmene

Ved længerevarende stress kan du opleve problemer med fordøjelsen. Tarmene kan blive irriterede og trække sig krampagtigt sammen og give smertes i maven. Hos nogle kommer stress også til udtryk som diarré. Tendens til mavesår kan forværres under stress. Opblussen af infektioner.

### 9. Kredsløbet

En stigning af stresshormonet kortisol øger mængden af fedtstof i blodet. Det kan bl.a. medvirke til åreforkalkning, dårligt kredsløb og blodpropfer.

### 3. Hænder

Mange fryser, når de bliver stressede og oplever særligt kolde fødder og hænder. Hyperventilation kan derudover give kramper i fingrene, fordi kuldioxidindholdet i blodet bliver for lavt.

### 6. Hovedet

Et klassisk stresssymptom er hovedpine. Det kan være en følge af et øget blodtryk eller muskelspændinger i nakke og skuldre. Har du tendens til f.eks. migræne, kan dette forværres, når du lider af stress.

### 10. Blæren

Stress kan øge din tissetrang, så du oftere må løbe på toilettet – i perioder nærmest hele tiden.

JOKEREN:

# FULDVOKSEN DANSKER

ORD: MICHAEL JOSE GONZALEZ · BILLEDER: MORTEN RYGAARD

DANSK RAPS GODFATHER, STORBYSTODDEREN OVER DEM ALLE,  
GIGOLO JESUS – JOKER J ER TILBAGE. EFTER FEM ÅR MED  
JOKER-MASKEN I SKABET ER JESPER DAHL NU KLAR TIL  
IGEN AT SLIPPE SLAGTERHUNDEN LØS.

Jeg rejser ud for at møde Jokeren i den mexicanske by Ciudad Juarez, og her skulle han i forbindelse med tv-udsendelsen. Farerezonen interviewe en lejemorder – en massemorder, der havde slået over 50 mennesker ihjel. Den professionelle hitman havde korrumpe folk inden for politiets rækker til at holde vagt, mens Jokeren stillede sine spørgsmål.

“Han var benhård og havde is i øjnene og bandana over munden, så man ikke kunne kende ham. Da kameraerne slukkes, siger tolken til mig: ‘Jeg har sagt til ham, at du er rapper, så han vil gerne lige høre dig rappe.’ Så jeg rapper et par linjer for ham, og han bliver helt glad og siger: ‘sygt nok! Jeg rapper også!’ Og så begynder han at stå og freestyle for mig – og det jeg kunne forstå af det, handlede om at være morder. Bagefter trak han mig til side og spurgte: ‘Hvorfor gør du egentlig det her? Det er jo skide farligt.’ Og så sagde jeg: ‘Fordi, jeg får penge for det,’ og så begyndte han og grine og sagde:

‘Haha, det er også derfor jeg laver det, jeg gør!’”

Nej Jesper Dahls liv har på ingen måder været en kedelig affære siden hans sidste udgivelse som Jokeren, Den Tørstige Digter fra 2009, og som han siger:

„Jeg tager verden, som jeg oplever den, gennemtygger den og spytter den ud, og det er klart, at hvis man oplever nogle meget voldsomme ting, kommer der også noget voldsomt musik ud af det. Jeg har været ude at afsøge nogle grænser – og har i den proces også overtrådt nogle grænser, og da jeg hørte den plade, der var kommet ud af det, tænkte jeg: ‘Det kan jeg ikke stå inde for, det her, og jeg kunne heller ikke forestille mig, at der var nogen i Danmark, der gad lytte til det’“

Sådan fortæller Jokeren om det meget hårde og mørke gangster-album, han skrev og indspillede i kølvandet på sine oplevelser med netop Farezonen, hvor han var rundt og besøge nogle af verdens farligste steder i blandt

andet Miami, Rio de Janeiro og Honduras. År forinden var han lige blevet far og som følge af denne oplevelse af verden, skrev og indspillede han det, han kalder sit »skifte ble«-album. Begge plader er siden blevet droppet, og i stedet er en af dansk raps mest markante skikkelselser tilbage med albummet Dansk.

## GIK RUNDT I UNDERBUKSER OG SÅ FAMILY GUY

Af en mand at være, der har taget for sig af livet med glubende appetit, holder Jokeren sig ret godt her i sit 41. leveår. Der er ingen tegn på vom, markante rynker eller vigende hårgrænse, og da GAFFA møder manden er han sprængfuld af energi. Som man kunne forvente står munnen kun yderst sjældent stille på en af dansk raps mest markante fader-skikkelselser, der efter sin omgang med citater og diverse referencer at dømme er mere end bare almindeligt velbevandret, når det kommer til kunst, litteratur og

selvfølgelig musik.

„Da jeg var færdig med at turnere med Den Tørstige Digter, hang jeg Joker-masken i skabet og prøvede at finde ud af, hvem Jesper Dahl er. I den proces gik jeg ret meget rundt derhjemme i underbuks og røg smøger og så Family Guy, men lige pludselig begyndte jeg at skrive digte – og fandt ud af, at jeg syntes, det var sjovt – og jeg begyndte at skrive for nogle forskellige medier. Og det resulterede i min bog fra 2012, Det Er Bare Ord, fortæller Jokeren og nævner i flæng sin novellesamling Sengen Er Giftig, Farezonen og de tre spoken word-jazzplader, han har lavet med Grafisk Musik som nogle af de ting, han har bedrevet i eget navn siden Jokeren blev lagt på hylden.

## JEG ER EN VOKSEN MAND, OG DET HER JEG VÆRET LÆNGE

„Det er fem år siden, min sidste solo-plade udkom, og ud over, at jeg har været rundt i nogle af verdens farligste ghettoer, så har jeg

også været på legepladser sammen med min datter herhjemme. Den pause, jeg har holdt fra at udgive Jokeren-plader har været super sund, og forskellen på denne her plade og mine tre andre solo-plader er, at det her er min første voksenudgivelse. Jeg er 41 og jeg har en datter på syv år, så jeg er en voksen mand, og det har jeg været længe – det er helt indiskutabelt. Jeg har været rundt og se mig omkring i verden, og jeg har eksperimenteret med forskellige udtryksformer – blandt andet er jeg også begyndt at tegne. Jeg har udforsket nye sider af mig selv, og det tror jeg, man kan høre på Dansker.“

„Hvad har inspireret titelnummeret til pladen?“

„Nummeret er blevet til midt på Nørrebro, hvor jeg en dag sad sammen med nogle af mine arabiske venner, og teksten er skabt i erkendelse af, at det er et multietnisk og -kulturelt samfund vi lever i – og i øvrigt har været det i flere tusind år. Den danske nationalstat er jo også en konstrueret størrelse – vi har jo været et meget større land, end vi er nu. Vi har aldrig været mindre, og det er som om, at jo mindre, vi er blevet, jo mere magtpålæggende er det som om, det er blevet for os at hævde vores nationalitet.“

„Hvad så med far-nummeret Kun Os To?“

„Kun Os To er et nummer om at være far, men det er også en sang, der er skrevet ud af savn. Jeg er jo en del af en generation, hvor det er helt normalt at gå fra hinanden, efter man har fået børn – det er nærmest mere reglen end undtagelsen, at man bliver skilt og splejes sammen på nye måder og går og savner den hverdag, man aldrig fik, mens man måske er far for nogle andres børn. Men når jeg savner min datter, husker jeg på alle de hyggelige ting, vi laver sammen, og sangen er helt overordnet en hyldest til det samvær vi alle sammen har med vores børn.“

#### JOKEREN OG JESPER

„Det her er et Jokeren-album, hvor jeg har taget masken på igen, og som jeg ser Jokeren i 2014 og '15, så har jeg væretude og afsøge grænserne og står nu i midten af det hele og er den slagterhund, jeg skal være – en rod med et glimt i



øjet.“

„Hvornår er du Jokeren og hvornår er du Jesper Dahl?“

„Jeg er Jesper Dahl når jeg skriver bøger, tegner og udgiver plader med Grafisk Musik. Jokeren er mit rap-udtryk, og her har jeg stadig gade-perspektivet med, samtidig med far-perspektivet og det følsomme kærlighedsperspektiv.“

„Men hvad siger din datter til din musik? Det er jo langt fra alt det, du har lavet, der er for små børneører...“

„Hun har ikke hørt alt, jeg har lavet, haha! Der er en tid til alting, og jeg tror på at bevare barndommens uskyld. Men hun kan godt finde på at sige: 'Far, du bander for meget', men så må jeg forklare hende, at når far er på arbejde, må han godt bande, for far er rapper. Så hvis hun vil bande, må hun skrive en rap.“

„Hvordan vil du beskrive forskellen på dig selv som 21-årig, som 31-årig og nu som 41-årig“ - Som 22-årig var jeg langhåret og røg joints. Jeg rappede faktisk ikke så meget og fokuserede mere på at producere. Men i længden kunne jeg ikke lade være med at

## JOKEREN ER MIT RAP-UDTRYK, OG HER HAR JEG STADIG GADE-PER- SPEKTIVET MED, SAMTIDIG MED FAR-PERSPEKTIVET OG DET FØLSOMME KÆRLIGHEDSPERSPEKTIV.

blive inspireret af al den rap, der var omkring mig. Der var jo ikke internet dengang, så vi var nødt til at tage til USA for at opdage tingene, så da vi kom tilbage, var vi jo lysår foran alt andet, der foregik på den danske scene. Da jeg så nærmede mig de 30 genopdagede jeg rappen, jointsene havde jeg for længst lagt på hyliden, og jeg blev mere udadvendt og entertainer-agtig, efterhånden som vi begyndte at spille jobs med Den Gale Pose i stedet for bare at sidde derhjemme og lave sange. Så fra at være en indadvendt nord som 21-årig var jeg udadvendt entertainer som 31-årig. Men hvis du spurte mig

som 31-årig, hvem jeg var, ville jeg svare: 'Jeg er Jokeren', men hvis du spørger mig i dag, siger jeg: 'Jeg er Jesper Dahl'. Jeg har flere forskellige udtryk nu, og Jokeren er to af dem: entertaineren og rapperen.“

One hit wonder og sprogfornyanelse

På spørgsmålet om hvilke af hans gamle numre, der betyder noget særligt, falder snakken uundgåeligt megahittet Spændt Op Til Lir, der for alvor satte Den Gale Pose og dermed Jokeren på det musikalske landkort tilbage i 1998.

„Det nummer vfra den ene dag til den anden, men heldigvis har jeg jo med sange som Hav-

nen og Godt Taget og den slags vist, at jeg heldigvis har haft mere end bare et enkelt hit oppe i ærmet, haha!“

„Når du har været meget eksponeret for offentligheden, har du så oplevet uønsket opmærksomhed? Er der for eksempel nogle, der har stalket dig?“

„Nej, kun piger – og det har bestemt ikke været ubehagligt, haha!“

“Fair nok. Hvad så i koncertsituationer – har der været nogle ubehagelige tilfælde?“

“Ja, men det er aldrig noget, der har rystet mig. Jeg kan huske engang, vi gav koncert med Den Gale Pose på RUC, hvor jeg med fem minutters mellemrum fik en fadøl i smasken, rappede videre, og bang! en fadøl i smasken igen. Og der stoppede vi musikken, og Nick sagde: Er der nogen, der vil noget? Og så kom der en fyr op, men han fik en skalle og røg ned igen, og så spillede vi videre. Men det har jo allermest været positive oplevelser, og det har været fedt at kunne sætte både musikalske og sproglige fingeraftryk. Udtrykket spændt op til lir blev jo for eksempel pludselig



noget, man gik og sagde. Og det er også noget af det, hiphoppen kan – forny sproget. Dengang var det jo bare et skater-udtryk, og i dag tager vi udtryk til os fra en fyr som Sivas, for eksempel. Ghettosproget breder sig.“

“Og du har jo væretude i en del ghettotter rundt omkring i Verden. Hvad har ellers været af de vilde oplevelser i forbindelse med Farezonens-programmerne?”

„I nogle af programmerne lavede vi interviews med kidnappere, folk der kidnappede forretningsfolk og turister - og journalister... Og vi var jo bare et lille hold: mig, en kameramand og en producer, og en dag skulle vi tale med nogle af kidnappere på en skummel industrihavn - og der var altså ikke skyggen af vagter eller nogen form for securiar jo pludselig her og der og alle vegne, og det jagtede mig lidt i starten, hvor jeg tænkte: Ej, jeg gider ikke være sådan et one hit wonder, der skal stå og spille Spændt Op Til Lir på en trækvogn, når jeg bliver 40 år. Vi gik jo fra at være ukendte og undergrund til at være hvermandsøjne ty - og så skulle vi mødes med en flok fyre, der lever af at kidnappe sådan nogle som os. Der tænkte jeg sgu: Får jeg penge nok for det her?“

»Hvordan mobiliserer man is nok i maven til sådan en situation?«

“Man tager lige en hurtig snak med Gud, og så siger man: 'Fuck it, nu gør vi det sgu!' Det er jo også spændende og man får også et kick ud af det.”

#### RUMSKIBET ER LANDET

“Hvis man læser det pressemateriale, der følger med den nye plade, kan man få indtrykket af, at du har været nede på bunden at vende. Har du det?”

“Jeg tror ikke, jeg har været nede at vende. Til gengæld har jeg nok været rigtig højt oppe at flyve, haha! Jeg har drønet rundt på bedste Jim Morrison-maner og lavet digte i ørkenen med fotomodel-kæreste, kørt rundt i BMW og taget masser af stoffer, mens jeg har tegnet og malet og skrevet. Nej, jeg har ikke været nede at vende, jeg har været oppe at flyve, men nu tror jeg lige så langsomt, jeg har fået landet rumskibet. Jeg har fundet ud af,

hvor højt jeg kan flyve, før voksne smelter.“

“Men kan man leve af at skrive digte i ørkenen?”

“Hvis man har en modelkære ste, der er god for en sjat millioner, så kan man godt... Men jeg har jo også lavet både Toppen Af Poppen og de der Talent-udsender i løbet af årene.”

“Men hvad stofferne angår, så ved jeg, du har haft en hashpsykose. Har du stadig den?”

“Ja, den har jeg stadigvæk, men det er en mikropsykose - nærmest højest en slags neurose, og det er vel noget, de fleste kunstnere har. Jeg er ikke mere vanvittig end de fleste andre kunstnere. Nogle gange sætter jeg endda pris på at være lidt småpsykotisk, fordi det giver mig adgang til nogle lag i min bevidsthed, man ellers ikke normalt lige kan dykke ned i.”

“Hvordan har du det med den yngre generation af rappere, der blomstrer op i disse år? Der virker til at være en del respekt din vej...”

“Noget af det vigtigste for mig er - lige meget hvad man laver - at man skal være original, og det synes jeg, folk som Sivas, TopGunn, Gilli og Kidd er. De kommer alle sammen med noget, man ikke har hørt før. Jeg følger også godt med, hvad der sker på scenen, og synes jeg har et godt øje for det - for eksempel havde jeg Kidd og TopGunn til at varme op for Den Gale Pose tilbage i 2011. De er pissegrytige, og de er originale. De lyder hverken som mig eller L.O.C. - de lyder som sig selv, og det er super fedt!”

„Møder du nogle gange fordomme over at være vokset op i et akademiker-hjem i Hillerød?“

„Ja, det gør jeg, for folk kender ikke min psykosociale arv. Jeg er vokset op i et hjem med klaver i en familie af ressourcestærke akademikere, men det betyder ikke, at det er hele min arv, eller at jeg er vokset op med en solvske i munnen og alt har være lutter lagkage. Min far sagde engang til mig: 'Jesper.

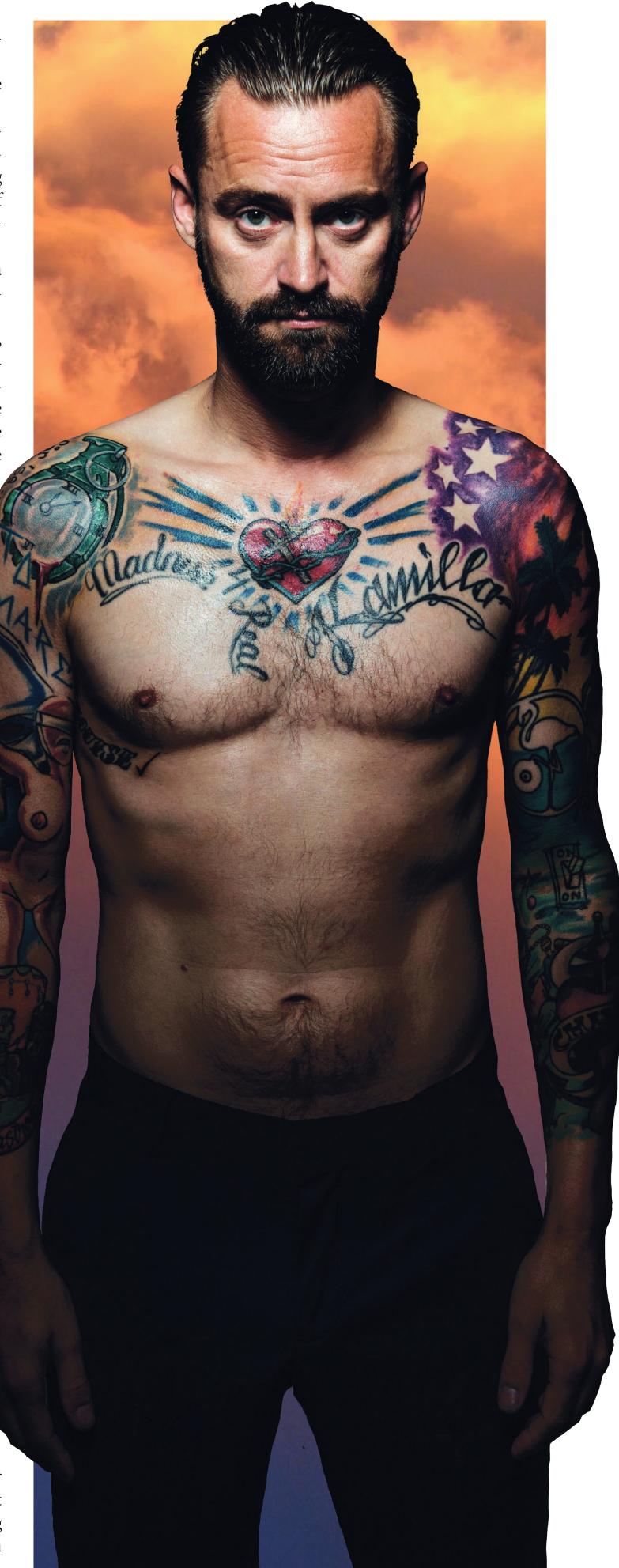




Foto: Malte Kristiansen fra BT

Der er forskel på at være klog og intelligent? Det er vise ord, og noget jeg har taget til mig her i livet. Jeg er født og boede som lille på Nørrebro, men primært vokset op i Hillerød, og da jeg var 37 år, havde jeg boet 37 forskellige steder. Jeg har flyttet meget rundt og levet en lidt omtumlet tilværelse på nogle områder.“

„Har det sat sig?“

„Ja, det har sat sig som erfaring og indtryk. Jeg har spist af livet med glubende appetit, og jeg skal have input for at lave output. Og jeg har hele vejen igennem haft en kontinuerlig produktion. Også når jeg ikke har udgivet plader – så har folk bare ikke hørt

det, fordi det har været jazz eller bøger – ting der ikke ryger på P3. Men nu er jeg der, hvor jeg virkelig har haft lyst til at rappe og lave en rap-plade igen – og til at komme ud og spille for folk. Jeg har en masse energi, der skal ud, så jeg føler mig vildt klar og i gear! Jeg laver musik, når jeg har lyst til det. Og det er derfor jeg har holdt en pause. Det her er ikke et album, jeg har lavet for at holde gryden i kog, det er et album, jeg har lavet, fordi jeg har lyst til det. Og jeg er allerede i gang med den næste!“

## FYRET PÅ GRUND AF KOKAINHISTORIER

»Da jeg bloggede fra Cover skrev jeg i sin tid nogle indlæg, der gjorde, at jeg blev fyret, fordi de ting jeg skrev generede et par BT-overskrifter. Jeg skrev blandt andet et indlæg om modeugen, der lå samtidig med ramadanen – og det er jo fandme modsætninger, der mødes med religiøs faste på den ene side og fuldkommen overfladisk dekadence på den anden. Og jeg mener jo, der skal være plads til dekadence og til at gå linen ud, men så har man brug for at fastebagefter. Det var det, den handlede om, men så var der en bisætning, hvor der stod: 'Hvorfor er det synd, når My Girl tørrer en fingespids colombiansk flake af på mit røvhul, mens jeg læner mig ind over bordet med en stråhat på?' Det var et eksempel på noget, der var lang ude.«

»Et andet indlæg lød: 'Jeg er vel teknisk set for høj til at køre, men omvendt passer det jo meget godt til de 200 km/t jeg normalt kører med på motorvejen.' Dels gjorde det, at jeg blev fyret fra Cover – ikke fordi Cover var snerpede, men de var nødt til at give efter for krav fra sponsorene – og dels gjorde det, at jeg følte, jeg blev nødt til at skrive en bog, som man ikke var i tvivl om, var fiktiv, fordi hovedpersonen i Det Er Bare Ord var min stagepersona, Jokeren, som de forvekslede med mig, forfatteren, Jesper Dahl. Derfor skrev jeg så Sengen Er Giftig.«

### TIDSLINJE FOR JOKEREN

2001 UDGIVER ALBUMMET DEFINITIONEN AF EN STODDER

2003 JOKEREN GÅR SOLO MED ALBUMMET ALPHA HAN, DER KASTER HITTENE HAVNEN OG KVINDE DIN AF SIG

2004 UDGIVER SINE SAMLEDE TEKSTER 2003-1994 – MED VILJE OMVENTD KRONOLOGISK – I BOGEN STORBY STODDER

2005 STARTER SIT EGET PLADESELSKAB FLAMINGO RECORDS

2005 UDGIVER DEN GALE POSE-OPSAMLINGEN LIR & LEFTOVERS

2005 UDGIVER SIT ANDET SOLO-ALBUM GIGOLO JESUS, HVORFRA GODT TAGET OG GRAVØL HITTER

2006 MEDVIRKER I HELLA JOOF-KOMEDIEN FIDIBUS

2009 UDGIVER SIT TREDJE SOLO-ALBUM DEN TØRSTIGE DIGTER

2009 ER DOMMER I TV-PROGRAMMET TALENT 2009

2010 ER DOMMER I TV-PROGRAMMET TALENT 2010 2010 UDGIVER SAMMEN MED GRAFISK MUSIK JAZZ/SPOKEN WORD-ALBUMMET GRAFISK MUSIK

2011 MEDVIRKER I TV-PROGRAMMET TOPPEN AF POPPEN

2011 UDGIVER SAMMEN MED GRAFISK MUSIK JAZZ/SPOKENWORD ALBUMMET ANGSTMARINERET

2011 LÆGGER STEMME TIL KARAKTEREN ULF I ANIMATIONSFILMEN JENSEN OG JENSEN

2012 UDGIVER DIGT OG ESSAY-SAMPLINGEN DET ER BARE ORD

2012 UDGIVER SENGEN ER GIFTIG (NOVELLESAMLING)

2013 GRAFISK MUSIK – BALLADEN I UGLEMOSEN (JAZZ/SPOKEN WORD-ALBUM)

2013 TEGNE – WEBSITE WWW.JESPERDAHL.DK

2014 DANSKER (ALBUM)

# KATEGORI: RAPPERE FRA DANMARK

A A'typisk, Abbaz Al,  
Agami Negash, Ali AndyOp  
Ankerstjerne, (rapper) Ataf, AMP  
(rapgruppe)

B Bai-D Baya, David Bertelsen,  
Toke Lars Bjarke Bossy,  
Bo Tommy Bredsted,  
B.A.N.G.E.R.S. Benal, Bumsestilen

C Cas (rapper), Cha D, Thomas TC  
Christensen, Clemens

E Eagger, Mass Ebdrup, Eloq

F Fabeldyret, Fantomet

G Geolo Geo, Niels Henrik Gerts,  
Gilli, Gisli

H HighHouse

J Benny Jamz, Jo-C-Fine, Jøden  
Johnson, Jokeren, Jooks

K Ali Kazim, Oliver Kesi,  
Kidd Klumbern, Danny Kool, Kælderdan, Kinski

L L.O.C., LasG, Lasse Lindholm  
Nielsen, Linkoban

M Magermayn, Majid, Marwan,  
Street Mass, Anders Matthesen, MC  
Meller, Mikl, Eiqu Miller,

Stanley Most, Mund De Carlo,  
Kenneth Møller, Malk de Koijn,  
MFS (musikgruppe)

N Natasja, Niarn, Niklas

O O-Jay, Ole Omkvæd, Orgi-E  
P Peacefull James, Pede B, Nikolaj  
Peyk, Kalle Pimp, Pimp-A-Lot

R Jeppe Rapp, Raske Penge, Remee

S Shaka Loveless, Sivas,  
Jarl Smart, Emil Stabil,  
Strøm, Styggtann, Sukker Lyn,  
Supajan, Supardejen Suspekt,  
Sound of Seduction, Spæraeren,  
Sund Fornuft

T Danni Toma, TopGunn, Troo.L.S,  
Joe True

U USO (rapper)

V Per Vers, Anna Vigsø

W Casper Wildner, Henning  
Winther, Wood

Y Yepha

Z Zaki, Zjakalen

Rap er rytmisk sang med rim og  
en vital figur i hiphop-kulturen.  
En person der synger rap kaldes en  
rapper.

Rap kan leveres over et beat, eller  
uden et. Rap omhandler mange  
ting som f.eks. snak, poesi og sang.  
Den stammer fra Afrika, Caribien  
og USA. Siden har rappen bredt  
sig vidt omkring siden starten af  
1970'erne.

Den bedste rap i nutiden leveres  
med komplekse tekster, over et godt  
og avanceret beat, med mange multiritm,  
og andre hip hop elementer.  
Det forklarer tit gadelivet, og emnet  
breder sig ud om bl.a. kærlighed,  
stoffer og byture.

**2017 Roskilde Festival**

**Need a ticket? get yours now!**

**Buy ticket to Roskilde Festival 2017 – 24. juni – 1. juli**  
**A Full Festival Ticket covers the whole period, but we also offer one-day tickets.**  
**Do check out our special camping offers – sold as add-on tickets**

**Full Festival ticket**  
**8 days of festival incl. free acces to camping**  
**DKK 1940,-**

**Flexpay ticket**  
**Full festival ticket – paid little by little**  
**DKK 1940,-**

**One-day ticket**  
**Available for Wednesday, Thursday, Friday, Saturday**  
**DKK 1940,-**

**Special camping**  
**Add-on offers: Get A Tent, Get A Place, Tenthouse, Rockwool Shelter**  
**DKK 980,-**

**Gift card**  
**Buy a gift card for Roskilde Festival**  
**From DKK 50,-**

**WWW.ROSKILDE-FESTIVAL.DK**

**THE SOUND of ROSKILDE**  
A MUSIC QUIZ GAME

**ROSKILDE FESTIVAL**