

DÉSIRÉE NICK

**SPIEGEL  
Bestseller**

**DER LACK  
BLEIBT DRAN!**

*Mein ultimatives Anti-Anti-Aging-Buch*

**GRÄFE  
UND  
UNZER**

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tofino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

# Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2020

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2020

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Zustimmung des Verlags.

Projektleitung: Simone Kohl

Redaktion und Lektorat: Alexandra Bauer (textwerk, München), Karin Leonhart für textwerk, München

Covergestaltung: independent Medien-Design, Horst Moser, München

eBook-Herstellung: Lena-Maria Stahl

 ISBN 978-3-8338-7478-9

2. Auflage 2020

Aktualisierung 2020/002

Bildnachweis

Coverabbildung: Frank Zauritz

Fotos: Hendrik Gergen; André Riva; privat

Syndication: [www.seasons.agency](http://www.seasons.agency)

GuU 8-7478 06\_2020\_02

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter [www.gu.de](http://www.gu.de)  
Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter,  
auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können  
wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr  
übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets  
der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten  
verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen  
vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich  
ändern.

 [www.facebook.com/gu.verlag](http://www.facebook.com/gu.verlag)

GRÄFE  
UND  
UNZER

---

*Ein Unternehmen der*  
GANSKE VERLAGSGRUPPE



## *Désirée Nick,*

in Berlin als Désirée Amneris Saskia Pamela Aida Nick geboren, ist eine der gefeiertsten Entertainerinnen Deutschlands. In 35 Jahren im Showbusiness hat sich die alleinerziehende Mutter eines Sohnes immer wieder neu erfunden. Ihre zahlreichen Bücher waren allesamt Bestseller.

*Dieses Werk sei unserem lieben Onkel und Wegbegleiter  
Manfred S. gewidmet - weil er es verdient hat!*

*Das Leben ist kurz, also genießt jeden einzelnen  
Tag und erfreut euch an den gottverdammten  
Rosen.*

*Und hier noch ein Tipp: nie mehr abbeißen, als  
man schlucken kann!*

# DIES IST DAS BUCH, DAS KEINER SCHREIBEN WOLLTE!

Ein Leben nach 40, ein Leben nach 50 ... das mag ja noch eine vielversprechende Aussicht sein: Man ist über den Berg, der Aufstieg war mühsam, aber die Aussichten sind spektakulär. Aber ein Leben nach 60? Klingt nicht unbedingt sexy! Da kommen doch Themen wie Frührente, Rheuma, Rücken ins Spiel. Galten Junggebliebene in diesem Alter einst nicht gar als rüstig, agil, flott?

Das Schöne ist: Rücken, Versorgungsamt, Umschulung, Schuppenflechte, Laktoseintoleranz, Nussallergie, Neurodermitis, Plattfuß – die Verbreitung dieser »Alterserscheinungen« gibt es bereits in der werberelevanten Zielgruppe der 16- bis 39-Jährigen und befindet sich seit zehn Jahren stabil auf einem Allzeithoch! Wir über 60-Jährigen sind darüber also schon hinweg und werden davon nicht mehr betroffen sein. Immerhin haben wir HIV, Rinderwahn, Vogelgrippe und die Wende überstanden, uns also unmerklich zu Langstreckenläufern entwickelt.

Somit ist eines gewiss: Die Generation der Babyboomer wird das Leben ab 60 neu erfinden, so wie sie auch sonst alles auf den Kopf gestellt hat. Und aus jenen, die zwischen 1955 und dem Pillenknick gegen Ende der 60er-Jahre geboren sind, besteht nun mal unsere Gesellschaft zu 25 Prozent. Macht rund 20 Millionen Bürger, die von mir Autogramme und ein Selfie möchten und mit mir im selben Boot sitzen! Wenn die alle ins Rentenalter kommen und über 60 sind, kommt keiner mehr an uns »Better-than-ever-Agern« vorbei! Da waren die *Golden Girls* so was wie unsere Warm-up-Vorgruppe ...

Und genauso wie meine Generation einst aus politischen Gründen ihre BHs verbrannt, Emanzipation, Gleichstellung, LGBTQ-Communitys und die Wende initiiert hat, werden sich die Revoluzzer von damals auch im Rentenalter neu definieren. Immerhin stehen uns ab 60 noch 40 glückliche Jahre bevor. 100 Jahre alt zu werden galt einst als utopisches Ziel, ist heute aber in vielen Ländern kein Thema mehr. Wir sollten alle schon jetzt anfangen, unseren 100. Geburtstag zu planen ... solange wir noch bei Trost sind. Denn 60 ist kein Alter – zumindest, wenn man 100 ist!

Ich werde in Talkshows oft gefragt: »Was sollen die Leute in 100 Jahren einmal über dich sagen?« Ich will, das man sagt: »Wow! Sieht die aber gut aus für ihr Alter!« Bis jetzt hat es ja geklappt, all den Klischees ein Schnippchen zu schlagen und nicht den üblen Weissagungen zu entsprechen, die generell jedem Leben nach 40 prophezeit werden:

- »Warte nur, bis du in die Wechseljahre kommst, da gehst du auseinander wie ein Hefekloß.«
- »Bei Oma kamen der Muttispeck und die dicken Beine auch erst nach 50.«
- »Wir haben alle nach dem Klimakterium Krampfadern bekommen und eine Wampe.«
- »Na wart's nur ab, als Frau jenseits der 50 wirst du unsichtbar.«

Bullshit, kann ich da nur sagen! Nichts von dem hat sich bislang bewahrheitet, und genauso attraktiv, gut gelaunt und erhaben werde ich den nächsten 40 Jahren entgegensehen. Nicht nur dass ich ab 40 sowieso immer attraktiver geworden bin, ich sah nie besser aus als heute. Mag am Typ liegen, für mich ist es beschlossene Sache, dass ich mit 80 Jahren von allen die Schönste sein werde. Und ich weiß genau, wie das geht! Diese Geheimnisse will ich nicht einmal für mich behalten, sondern selbstlos und großzügig

mit Ihnen teilen! Muss ich gar nicht, aber ich tue es gern: Denn ein Wandel findet statt – und ich bin die Gallionsfigur! Suchen wir nicht alle das Leben hinter dem Regenbogen? Woher kommt bloß der Zauber dieser Sehnsucht und warum vergessen wir die Ausrüstung? Wir sollten nämlich daran denken, einen Schirm mitzunehmen, wenn wir den schillernden Farben des Traums von der Unsterblichkeit folgen! Ohne dunkle Wolken gibt es nun mal keinen Regenbogen! Man muss sich schon bewusst für die rechten Pfade des Lebens entscheiden. Und zum Leben gehört auch, dass es nicht immer leicht ist. Nur an Herausforderungen können wir wachsen, einzig der Charakter verleiht Substanz. Die Individualität zu bewahren und dem eigenen Stil treu zu bleiben mag zwar nicht der bequeme Weg sein, aber er ist der aufrichtige und auf lange Sicht der mental und emotional gesündere. Und irgendwann hat eben jeder das Gesicht, das er verdient. Bei mir hat sich das Äußere im Lauf der Jahre der inneren Schönheit angepasst! Wäre ich ein Buch, dann mit Sicherheit ein haptisch einladendes Coffee-Table-Hochglanzwerk. Und in diesem offenen Buch lasse ich Sie gern lesen.

Aber bitte beurteilen Sie mich nicht nur nach dem Cover, nein, ich vermittele wirklich wertvolle Inhalte. Manche Leute spielen Klavier, andere machen Sudoku, schauen Netflix-Serien, kochen asiatisch oder gehen auf Dinnerpartys. Ich schreibe gern Bücher. Es ist ein direkter, persönlicher Austausch mit dem Publikum, ein Gespräch unter Vertrauten und Freunden, die sich füreinander Zeit nehmen und etwas zu geben haben.

In diesem Buch werde ich praktische Anleitungen, Tipps und Methoden vermitteln, die für jeden umsetzbar sind. Und zwar ohne dass man erst eine neue Küche einbauen oder den ultimativen Weber Grill anschaffen muss. Kennen wir doch alle: Man hat sich vorgenommen, ein perfektes Dinner

aufzutischen, und im Lauf der Vorbereitung bemerkt man: Mist, ich habe ja nicht mal die richtige Ausstattung dafür! Wie oft scheitern Projekte vermeintlich schon daran, dass man gar nicht das hochgestochene Equipment, den richtigen Mörser, den Alleskönner Thermomix mit zehn Funktionen und einem Anschaffungspreis von 1.000 Euro besitzt, um Rezepte umsetzen zu können. Was nützen all diese schicken Empfehlungen, wenn einem die eigene Lebenswirklichkeit einen Strich durch die Rechnung macht? Menüs, die drei Stunden Vorbereitung erfordern, die Anschaffung einer Eismaschine für 400 Euro voraussetzen, für ein seltenes Gewürz einen Ausflug in die Delikatessenabteilung nötig machen – das können Sie alles vergessen. Hier hingegen liefere ich wertvolle praktische Ratschläge völlig kostenfrei, und bevor es losgeht, braucht man nicht mal einen Vertrag zu unterschreiben! Legen Sie die Beine hoch, machen Sie sich eine schöne Tasse Tee und seien Sie gewiss: Unser Jungbrunnen entspringt unseren Gedanken! Selbst Heidi Klum hat mich nach meinem Erfolgsrezept gefragt. Die Antwort ist einfach: Ich bin wach, wenn andere schlafen!

Wir können den Lauf der Welt nicht verändern und das Alter nicht bezwingen, aber wir können die Segel setzen und in den richtigen Gewässern schippern. Uns neu aufstellen, von Ballast befreien, selektieren, den Thermostat neu einstellen, Überflüssiges entsorgen, neue Horizonte erobern. Dinge angehen, von denen wir immer geträumt haben, die wir irgendwann verworfen oder ad acta gelegt haben: Das ist unser Programm für die nächste Dekade! Alles eine Frage der richtigen Haltung, der Aura und der Attitüde.

Reisen Sie in ein Land, das Sie bislang nicht interessiert hat. Sie werden erstaunt sein! Besuchen Sie ein Rockkonzert, wenn Sie noch nie eines erlebt haben. Erobern Sie Strände, Städte und Regionen, die Sie bis heute übersehen haben.

Legen Sie sich ein Hobby zu, kleiden Sie sich komplett neu ein, lernen Sie online eine Sprache, ja, ändern Sie Ihren gesamten Lebensrhythmus. Solche Aktionen setzen ungeahnte Energien frei und geben neue Impulse. Mein eigener lang gehegter Traum ist es, einem Gospelchor beizutreten. Und das werde ich auch tun, sobald es die Zeit erlaubt! Und danach lerne ich jodeln, Ski fahren und reiten. Der Wind, der mir dabei möglicherweise ins Gesicht schlägt, ist Teil der Herausforderung. Ich weiß das nur zu gut, da es mir nie leicht gemacht wurde. Als Person, die »polarisiert«, wie es nur allzu gern euphemistisch umschrieben wird, weiß ich nur zu gut, was Neid bedeutet. Auch ich schaue wehmütig auf zu Menschen, deren sagenhaften Reichtum ich mir ein Leben lang erträumt habe, deren verführerischer Lifestyle genau das ist, was ich mir von einer guten Fee wünschen würde. Jedoch habe ich erfahren dürfen, dass es Verschwendung von mentaler und moralischer Energie ist, diese Superreichen zu beneiden. Und ich verrate Ihnen gern, warum: Egal ob man einen 20 Jahre alten Toyota fährt oder den coolsten Aston Martin: Am Ende des Tages stehst du damit im selben Stau!

Es ist wahrlich nicht leicht, in einer Welt aus Tand und Talmi ein funkelnder Diamant zu sein. Wie ich mir mein Feuer bewahre und meinen Glanz und Glamour erhalte, das präsentiere ich Ihnen, meinen Fans, Followern, Freunden und Feinden in tiefer Verbundenheit mit diesem Regelwerk! Legen Sie los, werden Sie die beste Version Ihrer selbst! Noch ist es nicht zu spät - wir sind erst 60!

Von Herzen, Ihre  
*Désirée la Nick*

**IMAGE**

# DAFÜR BIN ICH ZU ALT

Das Allerbeste am 60. Geburtstag ist, dass man wohlonduliert und voller Selbstbewusstsein aus tiefster Überzeugung zu allem, was unpassend oder nervig scheint, sagen kann: »Danke schön, dafür bin ich zu alt.«

Mit dieser selbstbewussten Haltung unverhohlen ein solches Bekenntnis kundzutun wurde hart erkämpft. Und genau diese Aussage wurde mir zum persönlichen Mantra. Was für eine Errungenschaft ist es doch, ja welcher Luxus, alles, was mir schon immer auf den Zeiger ging, mit solch einem knappen Statement abzutun, während ich mich früher eher mühselig aus der Affäre gezogen hätte. Denn die Botschaft, die man damit liefert, bedeutet viel mehr, als für irgendetwas zu alt zu sein. Im Klartext heißt es nämlich nicht, zu alt zu sein, sondern schlau zu sein! Es ist ein Understatement, das eigentlich vermittelt: »Dafür bin ich zu smart!«

Und warum nicht gleich zur neuen Lebensphase stehen? Das hat nichts mit Alter zu tun! Eine Dreijährige ist nämlich auch schon für vieles zu alt: zum Beispiel zu alt fürs Fläschchen. Eine Vierjährige ist zu alt für den Kinderwagen, eine Elfjährige zu alt fürs Nuckeltuch – würde ich mal behaupten! Und wir sind nun mal zu alt für Blödheit! Man muss ab der Mitte des Lebens einfach gnadenlos selektieren. Sollen sich doch andere für ihren Muttispeck schämen, für ihren Truthahnhalbes entschuldigen und die grauen Haare als Abschied von der Jugend betrachten – nicht ich, ich bin zu alt dafür!

Ich habe mich schon als 14-Jährige zu alt gefühlt! Für mein exzentrisches Profil, meine langen Arme und Beine und meinen Schwanenhals habe ich mich auf dem Gymnasium

geschämt – ja, es hat mich in der Pubertät verunsichert, anders auszusehen als die breite Masse. Ich war der Paradiesvogel der Schule, musste mit einer Handvoll Gays kooperieren, die mit ihrem Coming-out zu kämpfen hatten. Habe ich mich einer kritischen Betrachtung im stillen Kämmerlein unterzogen, gab es kaum etwas, was mich nicht verunsichert hätte: Nichts wurde ausgelassen! Mein Haaransatz? Horror! Warum hatte ich Geheimratsecken mit zwölf? Mein Körper? Zu mager! Meine Finger? Zu lang! Meine Nase? Nach heutigen Insta-Maßstäben ein Fall für den Chirurgen. Ich habe sie mir nur deshalb nie operieren lassen, weil ich damit verdammt gut riechen kann. Und im Schatten meiner Nase ist so manches Starlet verblasst! Nichts fühlte sich in meiner Jugend richtig an, okay, vielleicht meine Fesseln. Das war aber auch schon alles, was ich vorm Spiegel absegnen konnte. Meine herrlichen hüftlangen Haare bezeichnete ich als »straßenkötterfarben«.

Was für einer Tortur wir uns unter dem Druck des allgemeinen Regimes doch aussetzen ... wenn andere uns schon nicht unattraktiv finden, dann reden wir es uns selbst ein! Selbstzweifel sind wie kleine Dämonen, die auf unserer Schulter hocken und uns Unsicherheiten und Erniedrigungen ins Ohr flüstern, sobald wir uns mit anderen vergleichen.

Auch dieser 80er-Jahre-en-vogue-Look der total abgemagerten Heroin-Models war wenig tröstlich für mich. Die Supermodels sahen zwar speziell und androgyn auf eine neue, ungewöhnliche Art und Weise aus, aber auch das anarchisch gestylte Topmodel war unerreichbar: Denn es war die Ikone Kate Moss! Auf einmal waren Augenschatten in!

Das gängige Schönheitsideal wurde irgendwann neu interpretiert, aber leider fiel ich auch da wieder durchs Raster. Für eine Claudia Schiffer war ich zu unsexy, für eine Naomi Campbell nicht exotisch genug, für eine Tatjana Patitz

nicht ebenmäßig genug, für eine Cindy Crawford nicht glamourös genug. Keine der Steilvorlagen sah aus wie ich! Mit aller Gewalt hätte man aus mir vielleicht noch eine Elle Macpherson machen können, aber ich hatte seinerzeit auch keinerlei Ambitionen, so was Billiges und Dubioses wie ein Wäschemodel zu werden.

Nun ja, wenn jeder modeln könnte, dann wären wir ja alle erfolgreiche Supermodels.

Jüngst habe ich eine alte Kiste ausgemistet, die jahrelang vergessen war. Sie stand auf dem Dachboden, und ich wusste nicht einmal mehr, dass ich sie noch besaß. Aber ein verregnetes Wochenende bewog mich dazu, den Dachboden zu entrümpeln, und bei der Gelegenheit knöpfte ich sie mir vor. Da saß ich nun mit meinen Fotoalben von 4 bis 40. Und ich stellte voller Überraschung fest, dass ich selbst in Zeiten tiefster Depression und größter Unsicherheiten zu jeder Zeit schön war! Immer blasser als alle anderen, mit Porzellanhaut und riesigen Augen, graziösen Gliedmaßen und einer Ausstrahlung voller Anmut und Zartheit. Genauso meine abgebildeten Freundinnen und Kolleginnen: alle bildschön! Nicht anders, als es meine Großmutter mir immer gesagt hatte: »Du bist wunderschön!« Aber ich habe es ihr nie geglaubt. Weil ich mich selbst nicht mochte. Das hatte sich geändert! Dieses einst unbefangene Lächeln meiner Jugend entwickelte sich zu dem rasanten, aparten Strahlen von heute, das von Kraft und Lebensfreude strotzt.

Nehmt es euch zu Herzen, all ihr Fans, die ihr euch noch zur Jugend zählen dürft: Warum Zeit und Energie mit Unsicherheiten verschwenden? Ich habe nicht den geringsten Zweifel daran, dass ich einmal im Alter von 80 Jahren meine aktuellen Fotos von heute betrachten und feststellen werde, wie jung, wie attraktiv, wie erfüllt mit Freude, Lebenslust und Schönheit ich doch als 60-Jährige ausgesehen habe. Sagenhaft attraktiv - mit einem

Traumkörper und unschlagbarer Eleganz! Eine echte Diva, ob ich will oder nicht!

Ich betrachte es als Segen, einen gesunden Körper zu haben, mit dem ich anstellen kann, was ich will, sei es Tanzen, Langlaufen, Eislaufen, Schwimmen, Singen – der mich überall dort hinbringt, wo ich sein will, und der in Größe 38 einfach grandios wirkt. Ich schäme mich nicht mehr dafür, dass ich mich selbst cool und schön finde. Ich seh Hammer aus! Was gibt es da zu verstecken? Ich fühle mich nicht zu alt für Skinny-Jeans, 6-Inch-Plateau-Stilettos, Tattoos oder grüne Haare. Ich verzichte aus anderen Gründen darauf, aber nicht, weil ich mich zu alt dafür finde! Nuttenlook steht mir einfach nicht. Ich entscheide mich lieber für Klasse, Stil und Eleganz.

Gewichtszunahme? Schlabberhaut an den Oberarmen? Das ist doch kein Drama! Einfach weniger mit Ben & Jerry's abhängen, lockere Kleidung wählen, welche die Problemzone kaschiert, und vor allem nichts tun, was einem die Laune verdirbt. Dafür bin ich nämlich zu alt! Immerhin habe ich noch Oberarme – andere haben schon ab 40 stattdessen Spannweite!

Mobbing im Büro? Sexismus? Intrigen? Neid? Gehässigkeiten? Niedertracht? Bin ich zu alt dafür! Wer ein Arschloch ist und genau das von mir selber hören will, dem sage ich es auch.

Das Wichtigste sind der ganz normale Alltag und die Arbeit, mit der wir unser Leben verbringen! Macht der Beruf Freude und bringt Hoffnung? Ist er ein Jungbrunnen für die Seele? Arbeit sollte schwer und faszinierend zugleich sein, uns Herausforderungen bieten, an denen wir wachsen können. Damit wir uns ständig weiterentwickeln. Dies verhindert, dass man vor sich hinschrumpelt.

Ich bin zu alt für einen schlechten Geist, für vergiftetes Klima, für Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung. Wenn alle von einem inspirierenden Spirit getragen wären, würde diese Welt eine andere sein. Die Schlüssel zu persönlicher Kraft sind Widerstandsfähigkeit und Durchhaltevermögen. Immer wieder wird man umgehauen und hintergangen, ausgebootet sowie verraten. Aber das Einzige, was zählt, ist das Wiederaufstehen. Der allgemeinen Niedertracht sind heutzutage keine Grenzen gesetzt ... Am Ende zählt nicht, wie viele Schlachten man verloren hat, sondern nur, wer den Krieg gewinnt. Und ich habe so manchen Krieg gewonnen, oh ja! Kriege gegen Borniertheit, Standesdünkel, Demütigungen, Erniedrigungen, gegen Amateure, Dilettanten, Nichtskönner, Spießler und Dummköpfe.

Bereits in der Mitte des Lebens wird man eine gewisse Routine erlangt haben, wenn es darum geht, Widersacher zu beseitigen. Wer mich nicht unterstützt, hat einfach keinen Platz in meinem Leben. Negative Kräfte, destruktive Atmosphären, das hat in meinem Umfeld nichts zu suchen. Ja, Widerstandsfähigkeit ist der Schlüssel dazu, sich wieder wie 16 zu fühlen. Und ab 50 ist man zu alt, um die Kraft darauf zu verschwenden, andere Menschen verändern zu wollen. Sie bleiben nun mal so dumm, so bekloppt, so borniert und so einfältig, wie sie sind. Dann sucht man sich eben neue Freunde. Heute weiß ich, dass man mit den Fehlern und Defiziten vorliebnehmen muss, an denen man sich einst die Zähne ausgebissen hat – ändern kann man den Charakter anderer nicht. Und sich selbst zu verändern, das hieße, sich zu unterwerfen und anzupassen. Ich baue mich doch emotional nicht um, damit ich den Psychosen anderer entspreche! So mancher macht sich selbst zum Mitwirkenden in einer Tragödie! Ich steige aus zermürbenden Freundschaften, Beziehungen, Verhältnissen etc. einfach aus. Und zwar so höflich, dass es oftmals nicht

mal bemerkt wird. In dem Moment weiß man wenigstens, dass es den mentalen Kraftakt nicht wert war, den man über Jahre geleistet hat. Welch eine Erleichterung!

Natürlich kann man sein Verhalten auch modifizieren und sich geschmeidig den jeweiligen Bedingungen anpassen. Aber dieses grundsätzliche Wehklagen und Gejammere über Enttäuschungen mit Männern, Liebhabern, Ehepartnern ... es ist immer dasselbe Lied! Der Mann war am Anfang schon genauso furchtbar und verlogen wie heute, das war anfangs nur überlagert vom Glanz unserer romantischen Träumereien. Man muss erst mal bereit sein, sich verletzen zu lassen, und das bin ich einfach nicht mehr! Ich bin dafür schlichtweg zu alt!

Toxische Freundschaften? Verwöhnte, verbitterte Leute? Brauche ich nicht! Immer wieder dieselben Gespräche und Probleme? Bin ich zu alt dafür! Auch Freundschaften kennen Ebbe und Flut, sie haben ihre Gezeiten und Wetterlagen - das ist nur organisches Wachstum und Entwicklung in neue Lebensphasen. Wertvolle Freunde wachsen mit. Sie rufen auch immer wieder an, ob man sich zum Geburtstag meldet oder nicht!

Bornierte Egomanen? Narzissten? Selbstsüchtige Egozentriker? Bin ich zu alt dafür!

Interessante Menschen treten immer wieder in unser Leben, wenn man es nur zulässt, und man hat immer wieder erneut das unerwartete Gefühl, als würde man sich schon ein Leben lang kennen. Ja, man ist nie zu alt für neue Leidenschaften! Am seichten Ende des Dating-Pools sieht man doch vieles wesentlich entspannter! Die Katastrophen und Enttäuschungen, die man im Gepäck hat, sind zum Schutzschild der Verwundbarkeit geworden. Man weiß halt Bescheid und hat gelernt, sich selbst zu schützen. Das war früher leider nicht der Fall.

Schlechte Manieren? Unzuverlässigkeit? Rücksichtslosigkeit? Arroganz? Kleingeistigkeit? Impertinenz? All die niederen Eigenschaften, mit denen Leute sich selbst am unteren Ende der Nahrungskette einsortieren? Bin ich zu alt dafür!

Miserable Fernsehprogramme? Dann bitte unbedingt jetzt die Beethovensonaten durchhören, die wir so sehr mochten, als wir jung waren! Gehen Sie ins Konzert, legen Sie ein Puzzle mit Enkeln, Freunden, Nachbarn - und schauen Sie endlich all die Filme, die Sie verpasst haben!

Buchen Sie einen Malkurs! Restaurieren Sie Möbel! Gehen Sie auf Flohmärkte! Bauen Sie Scheunen um! Werden Sie Rucksacktourist! Buchen Sie sich eine Woche lang in ein Fünfsterneresort ein! Entschlacken, wandern, töpfern Sie ... denn wir sind zu alt, um uns mit Dingen aufzuhalten, die nicht wertvoll sind.

Mindestens einmal die Woche komme ich in eine Situation, die mich in jungen Jahren komplett aus der Bahn geworfen hätte - oder zumindest zur Folge gehabt hätte, dass mein Leben aus der Balance gerät. Heute wittere ich Ärger schon zehn Kilometer gegen den Wind. Und das ist ein Riesenfortschritt. Ich erspare mir sehr viel Kummer, indem ich Problemen schon mal prophylaktisch aus dem Wege gehe. Langweilige Partys? Miese Premierenfeiern? Billige Modenschauen? Bleib ich lieber zu Hause und stricke mal wieder einen wunderschönen Schal!

Zold4this - ein Stinkefinger zu allem, was nervt, Kraft absaugt, Energie verschwendet und uns frustriert, das fehlt noch bei all den Emojis dieser Welt! Denn was diese negativen Tendenzen bewirken sollen, ist, dass sie uns zurückhalten, ausbremsen und schwächen. Und für Unterwanderung bin ich zu alt!

Wäre Zold4this nicht eine tolle App für ein junges Start-up? Gott sei Dank brauche ich sie nicht, denn auch dafür bin ich