

# *Vorwort*

Einer meiner größten Träume war es immer, irgendwann einmal ein Buch zu schreiben. Mit sechzehn, als ich nach meinem ersten, furchtbaren Herzschmerz meine Gefühle niederschrieb, gefiel mir die Vorstellung, Autorin zu sein. Autorin! So was von cool. Sagen zu können: »Ich habe ein Buch geschrieben!« So was von cool. Sein eigenes Buch jemanden in der S-Bahn lesen zu sehen! So was von cool. Ich dachte, schreibe ich ein Buch, dann wäre ich endlich jemand. Und

Mann, wäre ich mit sechzehn gerne »jemand« gewesen. Ich wäre gern irgend»jemand« gewesen – Hauptsache, nicht ich selbst. Denn ein Buch schreiben, das können nur ganz besondere Menschen, und ich wollte doch so gerne besonders sein.

Ich schrieb viel – aber niemals ein Buch. Ich schrieb verschleierte Herzscherz-Botschaften auf MySpace, Einser-Aufsätze in der Schule, endlose Chat-Nachrichten auf ICQ, Kurzgeschichten auf meiner Knuddels-Homepage und bis vor einigen Jahren sogar noch einen Blog – aber ein Buch schrieb ich nie. Es dauerte eine Zeit, bis ich verstand, dass meine Beweggründe falsch waren. Ich wollte kein »Buch schreiben« – ich wollte »ein Buch geschrieben haben«. Ich wollte kein »Buch schreiben«, ich wollte jemand SEIN, der

Bücher schreibt. Denn ich wollte den Stempel der Autorin für meinen viel zu kleinen Selbstwert.

Um es aber gleich mal vorwegzunehmen: Ich find's schon immer noch ziemlich nice, dass ich gerade ein Buch schreibe. Machen wir uns mal nichts vor. Ein bisschen 16-jährige Angela ist wohl immer noch in mir, und das ist okay. Man soll sein inneres Kind doch in den Arm nehmen, dann darf ich jetzt auch mal das Ego meines Teenager-Ichs streicheln. Ich klopfe ihr also hiermit auf die Schulter. Gut gemacht!

Der Unterschied zu meinen Beweggründen von damals ist, dass ich heute geradezu darauf brenne, endlich einen Ort für meine Gedanken, Gefühle und Erkenntnisse zu erschaffen. Da ist so viel in mir, das nur darauf wartet, endlich

mal in halbwegs strukturierter Form zu Papier gebracht zu werden. Ich schreibe dieses Buch also nicht *ausschließlich* für euch – sondern auch ein bisschen für mich. Denn das Schreiben ist auch heute noch wie eine Therapiesitzung mit mir selbst. Ich setz mich hin und trinke einen Kaffee mit meinen Gefühlen. Und wenn du magst, dann setz dich doch zu mir.

## *Was ich mit diesem Buch versuchen möchte*

Ganz kurz und vielleicht etwas platt gesagt: Ich war früher, als Teenager und auch noch weit in

die Zwanziger hinein, kein besonders glücklicher Mensch. Heute bin ich es viel mehr. Was dazwischen passiert ist und wie ich da hingekommen bin, soll dieses Buch erzählen.

Mir geht es auch heute nicht *immer* gut. Ich bin nicht *immer* glücklich. Ein großer Teil meiner Entwicklung aber bestand auch darin zu akzeptieren, dass das Leben Polarität, ein Auf und Ab, eine Gefühlsachterbahn zwischen Gut und Schlecht ist. Der Unterschied zu damals aber ist, dass ich gelernt habe, im freien Fall die Arme hochzureißen, und manchmal denke ich sogar daran, den Fallschirm zu öffnen. Die Tiefs fühlen sich nicht mehr ganz so tief an, dafür aber koste ich die Hochs mit all meinen Sinnen aus.

Trotzdem fühle ich mich nicht befugt, einen