

ich bin keine Psychologin, aber ich werde euch von meinen Erfahrungen erzählen.

Übrigens, wer hofft, in diesem Buch etwas über meinen Mann zu erfahren, den muss ich an dieser Stelle enttäuschen. Hier geht es um *mein* Leben und um *meinen* Weg bis zu dem Punkt, an dem ich heute stehe. Natürlich spielt mein Mann, ebenso wie mein Sohn, eine zentrale Rolle in meinem Leben. Aber den Weg, den ich hier beschreibe, bin ich allein gegangen. Ich bin selbst für mein Glück verantwortlich und mache es auch von niemandem (mehr) abhängig.

Lange Zeit war ich mir selbst mein größter Feind. Ich stand mir im Weg. Litt unter Prüfungsangst, in der Schule, beim Abitur, an der Uni – ich wollte viel, manchmal zu viel, alles, bloß nicht versagen. Ohne Selbstvertrauen versank ich immer tiefer in einem Strudel. Letztlich ist es mir gelungen,

mich daraus zu befreien und mich mit mir selbst zu versöhnen, zu lernen, mich zu akzeptieren. Heute kenne ich mich. Wie aus dem Ich, meinem Feind, mein bester Freund wurde, auch davon werde ich ehrlich berichten. Die Schwere, die ich durchlebte, ist ausschlaggebend dafür, warum ich so bin, wie ich bin. Manchmal denke ich, wie wohl alles gekommen wäre, wenn ich mit fünfzehn oder sechzehn unbeschwerter gewesen wäre. Vielleicht wäre mir die dunkle Phase meines Lebens erspart geblieben. Wer weiß das schon. Ich will nicht klagen; ich bin dankbar dafür, wie mein Leben verlaufen ist, und nur wer mal unten war, der weiß, wie man es schafft, aufzustehen und weiterzugehen. Und genau dazu möchte ich euch ermutigen: Habt Selbstvertrauen. Geht euren Weg. Verfolgt eure Träume. Seid stark und seid schwach. Seid mutig, echt und einzigartig.

2

Wie alles losging



cathyhummels • Folgen



cathyhummels Der Dresscode war rot ... zumindest etwas rot 🤔😏
❤️ Mit Mama & Papa ❤️ #tb
#birthdayparty

124 Wo.



Gefällt 15.759 Mal

7. FEBRUAR 2018

Der dreißigste Geburtstag ist für die meisten eine wichtige Wegmarke. Mit dreißig ist man irgendwie erwachsen, oder sollte es sein, ist im

Leben angekommen. Ausreden zählen nicht mehr. Meinen runden Geburtstag feierte ich ganz groß in München, mit meiner Familie, Freunden, die mich seit vielen Jahren begleiten, mit Menschen, die mich auf meinem bisherigen Weg unterstützt haben. Ich wurde dreißig und ich wurde auch Mutter – gab es einen besseren Grund für eine Party?

Mein Fest hatte ein Motto: Rot und Glitzer. Ich wollte die Liebe feiern, und die Farbe der Liebe ist nun mal Rot, und der Glitzer, na ja, der war das kleine, aber feine i-Tüpfelchen obendrauf. Ich habe es ja immer schon gern ein bisschen glitzern und glamourösen lassen, meine Familie kann davon ein Lied singen.

Die Gäste erfüllten den Dresscode mit Bravour. Mein Vater trug ein cooles rotes T-Shirt, meine Mutter eine rote Federboa. Die beiden sind seit 1982 verheiratet, darauf können sie wirklich stolz sein. Ich bin es

jedenfalls. Sie sind, auch wenn jede Ehe Höhen und Tiefen durchschreitet, für mich das beste Beispiel, wie erfüllend eine lebenslange Beziehung sein kann. Und deswegen fand ich es besonders toll, dass sie gemeinsam mit mir feierten und sich dem Motto entsprechend in Schale schmissen.

Meine Kindheit war sehr behütet. Gemeinsam mit meinem Bruder Sebastian und meiner Schwester Vanessa wuchs ich in Unterschleißheim auf, einer Kleinstadt im Norden Münchens, und ich weiß noch, wie frei und leicht das Leben sich damals anfühlte. Wir drei haben immer etwas mit anderen Kindern unternommen, meine Mutter achtete darauf, dass wir viele andere Gleichaltrige um uns hatten, am liebsten spielten wir natürlich draußen. So etwas wie Langeweile jedenfalls gab es nicht. Und wann immer sich eine Gelegenheit ergab, packten uns unsere Eltern