

lange konnte ich nicht mehr wirklich benennen, was mir fehlte. Doch in diesem Moment wusste ich es komischerweise ganz genau. Es kam mit einer klaren Bestimmtheit aus meinem tiefsten Inneren. Vollkommen alleine. So weit weg wie nur möglich. Das wollte ich in diesem Moment am meisten. Ich sagte die wichtigste Messe meiner Branche – DAS Event des Jahres – ab. Ich ließ meine Follower, die sich extra Tickets gekauft hatten und nach Köln gereist waren, um mich zu treffen, im Stich, so auch meine Werbepartner. Es tat mir im Herzen weh. Aber es ging einfach nicht mehr anders.

Aber wie konnte es nur so weit

kommen? Was war passiert? Was genau hatte zu diesem Moment geführt? Es ist wie ein Puzzle mit vielen Teilchen, die zusammengefügt werden müssen, um ein logisches Ganzes zu ergeben. Aus diesem Grund habe ich dieses Buch geschrieben. Um vor allem Klarheit zu schaffen, mit vielen Missverständnissen und Gerüchten aufzuräumen, aufzuklären und vor manchem sogar zu warnen. Alles, um bestenfalls anderen damit helfen zu können, die sich vielleicht in einem ähnlichen Dilemma befinden.

Vor meinem Verschwinden teilte ich fast fünf Jahre mein Leben über meine Social-Media-Kanäle mit der Öffentlichkeit. Von außen betrachtet

lief alles super und ich bekam von anderen häufig zu hören, wie natürlich, echt und authentisch ich doch sei ... Doch tief in mir wusste ich, dass da etwas nicht stimmte, denn in manchen Dingen war ich alles andere als authentisch. Und das war der Knackpunkt. Was sich wirklich hinter den Kulissen abspielte, wie es mir wirklich ging – das habe ich all die Jahre für mich behalten. Bis jetzt.

Dieses Buch beschreibt alle Puzzleteile, die zu meinem persönlichen Rock Bottom geführt haben. Es ist in diesen letzten Jahren einfach so unglaublich viel passiert. Das reicht womöglich für ein ganzes Leben. In den fünf Jahren meiner

Karriere hatte sich langsam, aber stetig ein Strudel aufgebaut, der mich am Ende erfasste und mitriss. Wie bei einem Tornado, der immer schneller um sich selbst rotiert und dabei eine immer stärkere Sogwirkung entwickelt. Jeder von euch, der sich mit Social Media beschäftigt, weiß, dass man dort häufig nur die schönen Dinge zeigen möchte, die einem widerfahren. Das angeblich »perfekte« Leben. Die Erfolge, die »Highs«. Bis ich selbst dazu bereit war, auch meine »Lows« zu teilen, musste erst sehr viel Zeit vergehen.

Eines dieser vielen Puzzleteile ist DER Anruf, der mich am späten Nachmittag auf der Fahrt nach Köln

erreichen sollte. Ich saß am Steuer und freute mich schon auf mein Hotelbett. Die letzten Wochen waren sehr anstrengend für mich gewesen, ein einziger Kampf, denn schon länger hatte ich das Gefühl, etwas (war es eine höhere Macht?) würde sich gegen mich stellen. Irgendwie klappte alles nicht mehr so wie zuvor. Ich wollte mich nach der langen sechsstündigen Fahrt nur noch ausruhen und Kraft für die nächsten vier Tage auf der Messe schöpfen. Ich dachte mir: Egal, wie erledigt und ausgelaugt ich auch gerade sein mag, wenn ich meine Follower in den Arm nehmen kann, bin ich eh wieder angeknipst. Auf dem Beifahrersitz saß Ercan, der mich wie