

Marianne Heine

Glücklich älter werden – alles eine Frage der Einstellung!

[...] Das kann doch nicht alles sein! Leben muss doch in jedem Alter Spaß machen. Natürlich ist Gesundheit wichtig, aber Gesundheit ohne Spaß ist das Glück? Ich will lebendig sein, Neues lernen bis zu meinem letzten Atemzug. Spaß haben, etwas erleben, wobei das nicht die großen Dinge sein müssen, einfach den Augenblick genießen. Wie sang Udo Jürgens damals „mit 66 Jahren da fängt das Leben an“. Das Alter ist nur eine Zahl, diese sagt nichts darüber aus, wie Du Dich fühlst, nicht was Du noch darfst, ob das was Du gerade tust deinem Alter angemessen ist. Du allein entscheidest was Du daraus machst - wie lebendig Du bleibst. [...]

www.marianneheine.de