

Die Gefühle meines Lebens

Eine Liste, 99 Gefühle. Wir bitten Prominente, davon die fünf auszuwählen, die sie ausmachen

Protokoll Janis Voss



Ein Obdachloser wird ermordet – von drei Jugendlichen. Wie geht man als Mutter mit Schuld, Verantwortung und Liebe um? Claudia Michelsen erforscht in „Totgeschwiegen“ ein moralisches Dilemma (21.9., 20.15 Uhr, im ZDF)

Die Gefühle anderer Prominenter finden Sie auf emotion.de/gefuehle-meines-lebens

Diesen Monat:
Claudia Michelsen, 51,
Schauspielerin

1. Mut

„Sei immer ein wenig mutiger, als du es dir eigentlich zutraust“, hat mein weiser Ziehvater Rolf Hoppe mal zu mir gesagt. Ich versuche, mich oft daran zu erinnern. Sowohl bei Figuren, deren Geschichte ich erzählen darf, als auch in Momenten im eigenen Leben, wenn es darum geht, zuzugreifen.

2. Glück

Glück verändert sich mit der Zeit. Es ist wie eine Freundin, die einen immer wieder aufsucht. Dabei muss man es auch pflegen und gut auf es aufpassen. Es ist jeden Tag an unserer Seite, oft dann, wenn man es gar nicht vermutet. Das große Glück steckt in den alltäglichen, kleinen Dingen.

3. Vergebung

Zu vergeben musste ich lernen, und ich möchte diesen Lernprozess nicht missen. Vergeben zu können bedeutet für mich wahre Größe und öffnet immer Türen für neue Wege und Möglichkeiten. Es ist inzwischen einfach für mich.

4. Glaube

Der Glaube an das Gute, an Energien und die Wunder dieser Welt begleitet mich schon immer. Die Täler des Lebens sind leichter zu durchschreiten, wenn unser Glaube, welcher Art auch immer, uns stärkend nach vorne treibt.

5. Dankbarkeit

Dankbarkeit hat für mich mit Bewusstsein zu tun. Bewusst zu „sein“ und sehen zu können, was ist. Wo man „sein“ darf und in welche Welt man das Glück hatte, hineingeboren worden zu sein. Ich versuche das jeden Tag zu üben!