

## „Rabenaas“ für andere 60-Jährige

(go) Irgendwann war sie da, die Angst vor der magischen 60. In dem näher rückenden runden Geburtstag sah **Henrike Müller-Moll** keinerlei Grund zur Freude, ganz im Gegenteil. „Mich schreckte weniger der Gedanke an die äußerlichen oder gesundheitlichen Einschränkungen, die das Alter mit sich bringt. Eher plagte mich das Gefühl, nicht mehr ausreichend Zeit und Ruhe zu haben für vieles, was ich noch in mein Leben packen möchte.“ Sich das alles einmal von der Seele zu schreiben, würde ihr helfen, vermutete sie. Und so entstand 2009 das Büchlein „Ein Rabenaas wird 60“. Untertitel: „Heitere Betrachtungen über das Älterwerden und andere Phobien“.

Etliche Lesereisen und zahllose zustimmende Kommentare von „Leidengenossinnen“ ermunterten die Autorin jetzt zu einem Hörbuch. Kaum war die Idee geboren, kam eines zum anderen: Auf der Suche nach einem Tonstudio stieß die Ratingerin auf den Düsseldorfer Musikproduzenten **Achim Wolf** und fand sofort Gefallen an seinem Domizil in der Altstadt. Doch wer sollte den Text einlesen? „Einen Sprecher konnte ich mir nicht leisten“, sagt sie. Auf Wolfs Vorschlag, das einfach selber zu machen, ging Henrike Müller-Moll erst nach einigem Zögern ein. Schließlich nahm sie allen Mut zusammen und biss sich durch. Zwei Tage Studioarbeit, zwei Tage Spannung und höchste Konzentration – dann war das Hörbuch fertig und ist nun auf dem Markt.

Den aufmüpfig-ironischen Titel vom „Rabenaas“ hatte sie aus egoistischen Motiven gewählt. „Viel zu lange war ich brav, anständig und angepasst“, sagt sie. „Ich hatte plötzlich Lust, ein kleines Rabenaas zu werden.“ Heißt: sich Widerspruch leisten, wenn man ihn spürt. Seine Meinung zu sagen, auch wenn sie unbequem ist. Und eigene Wünsche nicht länger zu unterdrücken. Heute ist sie 63 und hat die ersehnte Gelassenheit erreicht. Die Angst vor dem Alter ist weg.



Hat sich mit ihrem Alter 60+ arrangiert: Henrike **Müller-Moll** hat jetzt in einem Tonstudio in der Altstadt ihr Buch selbst eingelesen. RP-FOTO: ANDREAS BRETZ

„Das schafft man nur mit Freundinnen und Gleichgesinnten“, glaubt sie und rät zu frühen Netzwerken und ständigem Austausch. „Dann wird man ja gemeinsam älter, das ist der beste Trost.“ Die gebürtige Bonnerin Henrike Müller-Moll besuchte einst die Modeschule Düsseldorf, wurde unmittelbar danach als Designerin nach Südafrika vermittelt. Sie blieb einige Jahre in

Kapstadt, kehrte aus Heimweh zurück, arbeitete als Mode-Journalistin und PR-Beraterin. Nach zwei Kinderbüchern wandte sich die Mutter eines Sohnes mit dem „Rabenaas“ erstmals der eigenen Generation zu. Auch ihr zweites Buch, das im Herbst erscheint, befasst sich mit Frauen um die 60. „Aber dann ist auch gut“, sagt sie, „danach schreibe ich nur noch Krimis.“