



Handbuch der mit 45 möglichen Gefühle

Mit 45 ist es leider möglich und durchaus an der Tagesordnung, dass mann...

- über sein Alter nachdenkt
- sich morgens im Spiegel an den grauen Haaren stört
- sich morgens im Spiegel eh nicht ausstehen kann
- sich zu lange sinn- und ergebnislos im Badezimmer aufhält
- schlecht schläft
- von gewissen Dingen ein schlechtes Gewissen kriegt
- die regelmässigen Magenprobleme ignoriert und verdrängt
- zu tief und gut schläft und deshalb schnarcht
- schon den einen oder anderen "Seitensprung" hinter sich hat
- grundsätzlich bereut, dass man schwanzgesteuert ist
- sich überlegt, weshalb Sex so wichtig scheint
- nicht mehr immer nur an Sex denkt
- beim bloggen keine zündenden Ideen hat
- sich fragt, ob das seit 6 Jahren jetzt die Midlife-Crisis ist
- öfters den Vorsatz hat, etwas für die Fitness zu tun
- unmotiviert im Büro sitzt
- unmotiviert im Auto sitzt
- sich unmotiviert fühlt
- sich von den Kunden längst nicht mehr alles bieten lässt
- kleine Depro-Phasen gewohnt ist
- zu viel Geschwindigkeits-Bussen per Post erhält
- sich aufregt, wenn die Depro-Phasen zur Gewohnheit werden
- sich wünscht, mal wieder in einem mentalen HOCH zu wandeln
- zuviel Espresso trinkt
- mit dem Steueramt Probleme hat
- unruhig auf das Handy schießt und ein SMS erwartet
- stinksauer wird, wenn das SMS nicht eintrifft
- froh ist, dass die Handy-Rechnung übers Geschäft abläuft
- die Frau des besten Freundes bumst und sich verliebt
- sich nicht zurecht findet in der brutalen Welt



- sich im eigenen pubertierenden Sohn wieder erkennt
- bei der Tochter eigene Charakterzüge feststellt
- sich in die beste Freundin der Frau verliebt und sie vögelt
- 18 Jahre verheiratet ist, und diese Ehe nochmals aufleben lässt
- just in dem Moment eins auf den Deckel kriegt
- merkt, dass die Partnerin einem hintergeht
- darob stinksauer und eifersüchtig wird
- diesem "Konkurrenten" Gift geben könnte
- die Ehefrau ja selbst mal hintergangen hat
- findet, das man zeitweise ein Kotzbrocken war
- diese Selbsterkenntnis erfreut zur Kenntnis nimmt
- alles und jedes hinterfragt
- abends gerne in ruhigere Bars geht
- Pizza immer noch gerne hat
- der eigenen Frau vermehrt SMS und e-Cards schickt
- gerne Konzerte von Bands besucht, die der Sohn nicht kennt
- nicht mehr so häufig kifft, es aber vermisst
- gerne (viel) Rotwein hat
- sich vornimmt, sich intensiver um die Familie zu kümmern
- sich auf die Schulter klopft, wenn man einen Auftrag geholt hat
- sich dauernd Sorgen um die Umsatzzahlen macht
- gerne ins Openair-Kino geht
- dem Geliebten der Frau artig "Hallo" sagt
- dabei cool und locker bleibt
- das nur mit gesundem Selbstvertrauen hinkriegt
- am liebsten mit der eigenen Frau schläft
- der eheliche Sex momentan absolut Spitze ist
- Kollegen verliert, weil man sie vernachlässigt
- neue Kollegen findet, weil man die alten vernachlässigt
- meint, man brauche weniger Schlaf
- gerne bloggt und das therapeutisch wertvoll findet
- die poetische Ader entdeckt und Gedichte schreibt
- andere Bücher liest als noch vor 2 Jahren
- mit der Frau offen und ehrlich und konstruktiv diskutiert



- die weiblichen Anliegen ernster nimmt
- sogar in der Lage ist, sich zu ändern
- teilweise stur und bockig ist
- öfters mal gefühlsmässig am Anschlag ist
- gerne andere Blogs liest und froh ist, ähnliches zu lesen
- nicht mehr so wortkarg ist wie früher
- sogar gerne mit der Frau redet und diskutiert
- merkt, dass man reifer geworden ist
- Seelenverwandte schätzt und braucht
- sich fragt, was reifer sein denn nun für Vorteile bringt
- sich vermehrt selbstkritisch hinterfragt
- vieles nicht mehr so wichtig nimmt
- sich fragt, ob die Ehe wirklich Sinn macht
- mit der Ehefrau traumhafte Ferien verbringt
- sich fast ein wenig verliebt vorkommt und verhält
- seine Memoiren schreiben möchte
- nicht weiss, ob das je ein Schwein interessieren würde
- zu faul ist, und drum halt weiterbloggt
- sich doof findet
- das TV-Programm doof findet
- sich ob sinnlosem SPAM aufregen kann
- E-Mails gerne schreibt und liest
- Bordeaux-Weine noch immer nicht liebt, weil man zu jung ist
- lieber Italiener und Spanier trinkt
- gerne noch mal 36 wär
- das Buch "35" von Rolf Dobelli liest und sich wieder erkennt
- immer noch auf Kriegsfuss steht mit der Rechtschreibreform
- die eigenen infantilen Züge peinlich findet
- "11 Minuten" von Coelho gelesen hat und doch kein Coelho-Leser ist
- trotzdem Pimboli und andere Plüschtiere liebt
- denkt, man sei im falschen Film
- im Kino gerne die komplizierten Beziehungsdramen sieht
- solche Listen problemlos über 20 Seiten lang hinkriegen würde
- diese dann auch noch im Blog publiziert
- sich dabei "birno" vorkommt



- gerne wieder mal eine Woche alleine durch Europa rasen würde
 - nicht genau weiss, wie die "Geschichte" zu Hause enden wird
 - zu wenig locker ist, das auf sich zukommen zu lassen
 - sich wundert, dass man immer noch am schreiben ist
 - immer wieder neue Einfälle hat
 - Grappa als Nachtisch lecker findet
 - die eigenen Kinder schon recht erwachsen findet
 - viel, oft und ausgedehnt in den Ausgang geht
 - sich weiterhin schwer tut, Dates mit gewissen Personen abzumachen
 - geschäftlich viel in Zürich unterwegs ist
 - unternehmerisch nicht immer ganz kosher entscheidet
 - gerne seine Ruhe hat
 - die Nerven teilweise blank liegen
-
- endlich zum Schluss kommt...

Sorry, dass ich hier nur die männlichen Gefühlsregungen überbringe...