

SUSAN REYNOLDS

# Davon krieg ich nie genug!

Lebenshilfe für Schuhverliebte

## *Buch*

Sind Sie Single und haben nicht ein einziges Paar High Heels im Schuhschrank? Dann sollte Ihnen das zu denken geben. Oder sind Sie Anwältin und tragen ausschließlich Chucks – nun, dann brauchen Sie sich nicht zu wundern, dass die Klienten ausbleiben. Denn mehr als jedes andere Kleidungsstück ist der Schuh der Spiegel unserer Persönlichkeit und dessen, was wir aus ihr machen. Stilettos schmeicheln dem Bein, geben uns eine geradere Haltung und einen feminineren Gang und lenken die Blicke der Männer auf uns. Das merkte schon Aschenputtel, als sie ihre plumpen Holzschuhe gegen die wunderbar weiblichen Tanzpumps tauschte – und sich dadurch prompt den Traumprinz angelte. In ihrem kurzweiligen, witzigen, informativen und mit vielen Anekdoten aus der Mode- und Filmwelt angereicherten Buch zeigt uns Susan Reynolds, wie frau das Aschenputtel in sich überwindet und herausfindet, welcher Schuhtyp sie ist und welcher sie eigentlich sein möchte. Denn, so Reynolds verblüffende Erkenntnis, wer sein Outfit von den Schuhen aus umkrem-pelt, wird seinen individuellen Look zielsicher finden. Dabei ist frau nicht auf einen Stil festgenagelt: Denn Schuhe kann man nie genug haben! Im Büro eignen sich Slipper von schlichter Eleganz, am Strand der legere Espadrillo, beim Stadtbummel Ballerinas aus superweichem Leder, beim Joggen der optimal gepolsterte Laufschuh, und am Abend darf es dann der supererotische Lackstiletto sein ...

## *Autorin*

Susan Reynolds schrieb 14 Jahre lang für die unterschiedlichsten Magazine über Schuhmode. Sie ist Autorin und Fotografin und lebt in Paris und San Francisco.

*Susan Reynolds*  
Davon krieg  
ich nie genug!

*Lebenshilfe für  
Schuhverliebte*

Roman

Aus dem Amerikanischen  
von Christiane Burkhardt

blanvalet

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2005 unter dem Titel  
»Change Your Shoes, Change Your Life. Strut Your Way  
to a Fabulous You!« bei Polka Dot Press.



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier  
*Holmen Book Cream* liefert Holmen Paper, Hallstavic, Schweden.

### 1. Auflage

Deutsche Erstaussage November 2007 bei Blanvalet,  
einem Unternehmen der Verlagsgruppe  
Random House GmbH, München.

Copyright © der Originalausgabe 2005 by Susan Reynolds

Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe 2007

by Verlagsgruppe Random House GmbH

Umschlaggestaltung: HildenDesign, München

Umschlagfoto: Randal MacKechnie/Getty Images

Redaktion: Henriette Zeltner

LW · Herstellung: Heidrun Nawrot

Satz: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN: 978-3-442-36852-5

[www.blanvalet.de](http://www.blanvalet.de)

## Widmung

Ich widme dieses Buch meinen verstorbenen Eltern:

Meiner Mutter Grace Sue Pennington,  
einer echten Südstaatenlady.  
In ihre Fußstapfen zu treten, ist gar nicht so leicht.

Meinem Vater Roy Joseph Reynolds:  
Ihm verdanke ich meine  
hoffnungslose Liebe zu *vagabond shoes* ...



# 1

## Verliebt in Schuhe

Ein Schuh soll beflügeln, uns in die Lüfte heben.  
Wer erst einmal auf Wolken geht,  
der wird auch andere Träume wahr machen.

Roger Vivier, französischer Schuhdesigner

Der legendäre Schuhdesigner Roger Vivier hegte eine solche Leidenschaft für Schuhe, dass er sie Träume nannte. Traumhaft sollten sie schließlich auch ihre Trägerinnen finden.

Millionen von Frauen sind vollkommen vernarrt in Schuhe und wissen, was für eine wichtige Rolle sie in puncto Mode, Stil und Auftreten spielen, ganz zu schweigen davon, was für ein Spaß mit ihnen einhergeht. Trotzdem bin ich fest davon überzeugt, dass die meisten Frauen in der Praxis viel weniger stilsicher sind, als sie denken. Und dabei eines übersehen, nämlich dass es durchaus heißen kann: *Neue Schuhe, neues Glück!*

*Echte Schuh-Maniacs* wissen, dass ihnen der Kauf neuer Schuhe einen unvergleichlichen Adrenalinkick beschert, von dem »normale« Frauen nur träumen können, wenn sie sich ein neues Kleid, eine neue Handtasche oder ein neues Paar Schuhe gönnen. Denn für sie sind es vor allem die Schuhe, die ihre Persönlichkeit unterstreichen, weil sie bestimmen, wie sie von anderen wahrgenommen werden, wie sie sich fühlen, ja sogar, wie sehr sie sich gerade amüsieren.

*Echte Schuh-Maniacs* stimmen ihre gesamte Garderobe auf die Schuhe ab, nicht umgekehrt. Sie kaufen Schuhe, die wahre Hingucker sind und ein modisches, persönliches oder erotisches Statement abgeben.

*Echte Schuh-Maniacs* nutzen die Schuhmode, um sich und der Welt zu demonstrieren, dass sie auf ihr Äußeres achten, Qualität zu schätzen wissen, sich weiterentwickeln und das gewisse Etwas besitzen. Sind Sie jemals in ein Paar eleganter Slingpumps von Chanel geschlüpft? Wenn ja, dann wissen Sie, wie sich ihre gesamte DNA dabei verändert: Sie spüren ein Kribbeln überall im Körper und brauchen nur ein paar Mal in diesen Schuhen auf und ab zu gehen, um sich in ein äußerst raffiniertes Geschöpf zu verwandeln. Sie brauchen nicht gleich eine Bank zu überfallen, um in den Genuss dieses Gefühls zu kommen: Danken Sie der Schuhgöttin für preiswerte Kopien und den richtigen Schuhgeschmack.

## ***It's the shoes, stupid ...***

Ist ein Fuß nur ein Fuß ...  
und ein Schuh nur ein Schuh?

Was ist also so besonders an Schuhen? Natürlich sind sie schon an und für sich wunderbar – trotzdem, Schuhe sind mehr als nur ein oberflächliches Vergnügen. Schuhe symbolisieren nämlich den Flug der Seele! Sie glauben mir nicht? Warum ließen sich die Menschen dann in vielen Kulturen mit ihren besten Schuhen begraben? Ganz einfach deshalb, weil sie glaubten, dass schicke Reiseschuhe den Aufstieg ins Paradies beschleunigen können! Auch wenn wir nicht so jenseitsfixiert sind wie sie – unsere Schuhe lieben wir trotzdem!

Meera Lester, Autorin und Schuh-Maniac, erzählt, dass Schuhe eine große Rolle in ihren Träumen spielen: »Ich führe ein Traumtagebuch, und immer wenn ich von Schuhen träume, hat das etwas Wichtiges zu bedeuten. Sie tauchen dann auf, wenn ich mich nicht wirklich geerdet fühle oder schwermütig



## Designerporträt

*Roger Vivier*

*Stardesigner und früheres Pendant  
zu Manolo Blahnik*

Roger Vivier studierte Kunst in Paris und war 35 Jahre lang der Schuhdesigner schlechthin. Zehn Jahre arbeitete er für Christian Dior (1953–1963). Vivier wurde für seine fantasievollen Schuhkreationen gepriesen. Mit Hilfe von bunten Glasperlen und Perlen machte er aus Schuhen die reinsten Juwelen. Seine Modelle waren Kleid, Mantel, Frisur und Schmuck auf einmal. Viviers Bewunderer nannten ihn auch den »Fabergé der Schuhe«. Anlässlich der Krönung von Königin Elizabeth II. im Jahr 1950 entwarf Vivier dezente Plateauschuhe aus goldenem Ziegenleder, die mit roten Granatsplittern besetzt waren, um die Vermählung der Königin mit ihrem Land zu symbolisieren. Der Franzose war der Stilpapst schlechthin. Viele setzten den Besitz von Vivier-Schuhen mit dem einer Couture-Robe gleich. Klassiker von Vivier sind im *Costume Institute* des *Metropolitan Museum of Art* in New York, dem *Victoria and Albert Museum* in London und dem *Musée de la Mode et du Costume* im Pariser Louvre zu sehen.

bin. Manchmal befehlen sie mir, vor einer unangenehmen Situation wegzulaufen, und manchmal, mich in eine schwierige Situation hineinzubegeben. Ich hatte auch schon Träume, in denen Schuhe für alte Überzeugungen standen, die ich abstreifen musste. Und in Träumen, in denen ich hohe Absätze trage, kommt immer ein fantastischer Mann vor.«

## Redewendungen rund um Füße und Schuhe

*Einen Fuß auf die Erde bekommen*

*Einen Fuß in die Tür bekommen*

*Mit dem falschen Fuß aufstehen*

*Jemandem zwei Schritte voraus sein*

*Siebenmeilenstiefel anhaben*

*Jemand einen Tritt geben*

*Stiefellecker*

*Wem der Schuh passt, der zieht ihn sich an*

*Einem anderen etwas in die Schuhe schieben*

*Wer barfuß geht, den drücken die Schuhe nicht*

*Jeder weiß selbst am besten, wo ihn der Schuh drückt*

*Das sind zwei Paar Schuhe*

*Zeig mir deine Schuhe, und ich sage dir, wer du bist!*

*Das hat Hand und Fuß*

*Zeigt her eure Füße*

*Auf leisen Sohlen*

*Eine kesse Sohle aufs Parkett legen*

*Vom Scheitel bis zur Sohle*

Die prominente Psychologin Marie-Louise von Franz hat ein faszinierendes Buch mit Märcheninterpretationen geschrieben. Sie sieht in Schuhen ein bedeutendes Symbol für Macht, für unsere Stellung in der Welt sowie für unsere Fähigkeit, sie zum Besseren zu verändern. Schuhe zeigen im wahrsten Sinne des Worts, welchen Stand wir haben.

Welch wichtige Rolle Schuhe für uns spielen, zeigt sich auch in vielen Redensarten (etwa »unter dem Pantoffel stehen« oder »in die Fußstapfen treten«). Sie gewährleisten, dass

wir festen Boden unter den Füßen haben, oder entführen uns in fremde Welten. Man denke nur an den griechischen Gott Hermes mit seinen geflügelten Sandalen, der die Seelen der Verstorbenen ins Jenseits begleitet. Da kommen einem doch gleich jene herrlichen federbesetzten Pumps von Christian Louboutin oder die mit Kolibrifedern verzierten Vintage-Schuhe eines Roger Vivier in den Sinn.

Ein anderer berühmter Psychologe, Bruno Bettelheim, erkennt in Märchen und Sagen Spuren von alten Initiations- oder Übergangsriten. Auf einer metaphorischen Ebene muss das alte, unzulängliche Selbst sterben, woraufhin ein neues, durch ein bestimmtes Symbol verkörpertes Selbst entstehen kann. Genau das passiert auch im Märchen von Aschenputtel, bei dem die Schuhe den gewünschten Verwandlungsprozess auslösen. Warum machen Sie es also nicht wie Aschenputtel, indem Sie sich ein neues Paar Schuhe gönnen und sich selbst ganz neu erfinden?

Ein Schuh ist also nicht nur ein Schuh. Wir schlüpfen mit unseren Füßen in wunderschöne Schuhe, weil sie das Fundament sind, auf dem wir stehen. Schuhe geben uns Halt, Trost und Schutz, erlauben es uns jedoch gleichzeitig, aller Welt zu zeigen, wer wir sind. Und das ist noch längst nicht alles: Schuhe inspirieren uns dazu, nach Höherem zu streben und unsere Träume wahr zu machen. Wenn Sie also das nächste Mal auf Ihre hoffnungslose Schuhleidenschaft angesprochen werden, können Sie mit gutem Gewissen sagen, dass das ein ganz altes, tief in uns und unserer Mythologie verwurzeltes psychologisches Bedürfnis und kein Grund zur Besorgnis ist, im Gegenteil:



Diejenigen, die in Schuhen nur ein notwendiges Übel sehen, brauchen wirklich Hilfe!

## Schuh-bi-du-bi-duh

### Was Schuhe über Sie aussagen

Unsere Schuhe verraten so einiges über unser Leben. Marjorie Myers, eine Schuhgroßhändlerin aus New York, erinnert sich noch heute gern an ein Paar Schuhe, das sie 1969 gekauft hat. »Ich hatte soeben meinen Uniabschluss in der Tasche und plante mit meinem Freund eine Tour quer durch Europa mit einem Budget von 5 Dollar pro Tag. Weil wir keine Schuhe fanden, die stabil genug waren, um so eine Reise zu überstehen, und gerade mal genug Geld für die Reise zusammengespart hatten, beschlossen wir, den Schuhkauf auf unsere erste Station, London, zu verschieben, zumal der Wechselkurs dort für uns mehr als günstig war. Wir fanden sportliche Lederschuhe mit Gummisohle für mich und halboffene Schnürschuhe für ihn und waren begeistert. Mit unseren Jeans, Armeejacken und langen Haaren wirkten wir unglaublich kosmopolitisch – genau wie die anderen Australier, Engländer, Dänen, Franzosen und Italiener um die zwanzig, die damals durch Europa trampelten. Zu unserer großen Überraschung hielt uns kein einziger Autofahrer für Amerikaner. »Das liegt an euren Schuhen«, bekamen wir zu hören. »Amerikaner tragen stets Schuhe, die aussehen wie aus Pappe.« Zum Glück waren die Amerikaner wegen ihrer Rolle im Zweiten Weltkrieg in Europa sehr beliebt, sodass man uns oft mitnahm und auch noch gratis übernachtete ließ! Wir verliebten uns nicht nur in unsere englischen Schuhe, sondern betrachteten sie auch als *die reinsten Glücksbringer* für diese Reise.

## Einer Königin würdig

Im 18. Jahrhundert spiegelten die Schuhe immer auch den gesellschaftlichen Rang ihrer Besitzerin wider. Königinnen trugen papierdünne Pantöffelchen, Dienerinnen dagegen hölzerne Sabots oder Sandalen. In Frankreich soll Kaiserin Josephine ihrem Schuster einmal ein kaputtes Paar hauchdünner Pantöffelchen zurückgegeben haben, der daraufhin sagte: »Aber Madame, Ihr seid darin gegangen!«

Wenn Sie immer noch nicht wahrhaben wollen, wie sehr Schuhe das Leben verändern können, dann sollten Sie sich folgende zwei Anekdoten aus meinem eigenen Leben anhören, in denen Schuhe die Hauptrolle spielen.

Zwei der aufregendsten Schuhe, die ich je besessen habe, waren meine Hochzeitsschuhe sowie hochhackige Designer-Sandalen, die ich für ein wichtiges Silvesterfest kaufte. Beide Male suchte ich nach etwas Elegantem, das mich größer und verführerischer, aber nicht ordinär wirken ließ. Da ich zum Zeitpunkt meiner Heirat als Modejournalistin in der Schuhbranche arbeitete, interviewte ich zufällig Pasquale di Fabrizio, den berühmten Schuhdesigner der Stars. Der bot mir freundlicherweise an, meine Hochzeitssandaletten zu entwerfen und von Hand anzufertigen. Er schuf ein Paar kostbarer, hochhackiger Riemchensandaletten – schlicht, elegant und sexy. Wegen der breiten, 7,5 cm hohen Absätze floss mein enges, sexy Hochzeitskleid gleich nochmal so elegant an meinen 1,65 m herunter, und weil die Schuhe so unglaublich bequem waren, konnte ich stundenlang darin tanzen. Di Fabrizio, der schon Schuhe für Sylvester Stallone angefertigt hatte, meinte, sie würden mir Glück bringen, und ich glaubte ihm. Sie gehören

## Die ultimative Schuhprinzessin

Die Geschichte vom Aschenputtel lässt sich bis ins China des 9. Jahrhunderts zurückverfolgen. Es gibt sie in mehr als 700 Versionen in zahlreichen Kulturen. Im deutschsprachigen Raum wurde sie vor allem durch die Märchensammlung der Gebrüder Grimm bekannt, während sie in Frankreich Charles Perrault verewigt hat. Auf diese aus dem 19. Jahrhundert stammende Fassung griff auch Walt Disney für seinen Zeichentrickfilm *Cinderella* zurück, der sie allerdings stark vereinfachte. Dabei gingen wesentliche Merkmale des Märchens verloren, die vor allem Aschenputtels Verwandlung betreffen. In den Versionen von Perrault und Disney gibt Cinderella ein ziemlich passives Bild ab. Sie lässt sich bereitwillig in die Küche verbannen, muss keinerlei unlösbare Aufgaben bewältigen, lässt sich nicht von ihrer verstorbenen Mutter inspirieren, drängt nicht darauf, auf den Ball zu gehen und beschließt zu keinem Zeitpunkt, ihr Schicksal selbst in die Hand zu nehmen. Stattdessen erfüllt ihr die gute Fee auch so jeden Wunsch. Die früheren Varianten dieses Märchens verlangen Aschenputtel oder Cinderella deutlich mehr ab – dafür ist die Belohnung am Ende umso süßer!

bis heute zu meiner sorgfältig zusammengestellten Schuhgarderobe.

Acht Jahre später kaufte ich mein zweites Paar Sandaletten. Bis dahin hatte ich zwei Kinder zur Welt gebracht, 30 Pfund zugenommen und führte ein wenig aufregendes Leben als Vorstadtmutti. Ich litt unter meinem dominanten Ehemann, einem schwindenden Selbstbewusstsein und immer schlim-

mer werdenden Depressionen. Von der unabhängigen, aufregenden, selbst- und stilbewussten Susan von einst war so gut wie nichts mehr übrig geblieben. Ich hatte vergessen, wie wichtig es ist, sich selbst zusammenzureißen und einen positiven Eindruck zu hinterlassen. Und ich hatte doch tatsächlich vergessen, wie wichtig Schuhe sind. Zum Glück betrat ich das örtliche Schuhgeschäft und entdeckte ein Paar transparente, strassgeschmückte Stilettosandalen, deren Absätze mit schwarzem Satin bezogen waren. Das waren zwar streng genommen keine Designerschuhe, sie stammten aber von einem amerikanischen Schuhdesigner, der für seine tragbaren Modelle bekannt ist. Sobald ich in diese Sandalen geschlüpft war, fühlte ich mich wie neugeboren. Ich weiß noch, wie ich durch das Geschäft stolzierte, in den Spiegel sah und dachte, »Das ist Susan!« Ich kaufte mir ein tolles Kleid dazu, gönnte mir einen Besuch bei der Kosmetikerin und beim Friseur und überraschte am bewussten Silvesterabend nicht nur meinen äußerst kritischen Mann, sondern vor allem mich selbst.

Ich habe diese sexy Schuhe auf einem Foto verewigt, das ich in mein Tagebuch klebte. Sie standen für alles, was ich sein wollte. Jedes Mal, wenn ich das Foto betrachtete, spüre ich die optimistische, starke, sexy Göttin in mir. Dass ich mir diese Schuhe gekauft und sie getragen habe, hat mein ganzes Dasein verändert. Damit habe ich mir mein Leben zurückerobert. Ich bin als selbstbewusste Frau aufgetreten, als echte Persönlichkeit, die ihre erotische Ausstrahlung nicht verstecken muss und die keine Angst davor hat, sich der Welt so zu zeigen, wie sie ist. Wie ein Ritter, der



seine funkelnde Rüstung zur Schau stellt, trug ich diese Sandalen und verwandelte mich in eine Johanna von Orleans auf High Heels.

## Märchenhafte Schuhe

In Märchen sind Schuhe häufig ein Mittel,  
um dem Alltag zu entfliehen ...  
Kleider (und Schuhe) symbolisieren  
entweder die **Persona** (die äußere Hülle)  
oder aber die innere Einstellung.  
Der Kleiderwechsel im Märchen symbolisiert  
eine Transformation,  
die mit ganz neuem Wissen einhergeht.

Marie-Louise von Franz, Psychologin  
und Autorin von Archetypische Dimensionen der Seele

Von dem Zeitpunkt an, als sie der guten Fee begegnet, bis hin zu jenem, als sie auf der Schlosstreppe den berühmten Pantoffel verliert, ist Cinderella wirklich die Schuhkennerin schlechthin. Sie ergreift die Gelegenheit beim Schopf, sich maximal in Szene zu setzen, und schaffte es auf diese Weise sogar, einen verwöhnten Prinzen zu beeindrucken. Cinderellas gute Fee wusste ganz genau, welche Wirkung Schuhe haben können und welche entscheidende Rolle sie an Cinderellas großem Abend spielen würden. Sie ließ nicht zu, dass



das Mädchen ihren Fuß in einen Kürbis steckte, sondern verwandelte ihn in ein fantastisches Paar Pantoffeln. Damit hat auch Cinderellas Verwandlung statt-



## Die Bedeutung von Aschenputtels Schuhen

Die schönen Pantöffelchen stehen für ihre Weiblichkeit. Für den Prinzen symbolisiert der zierliche Schuh alles, was an einer Frau begehrenswert ist, und erfüllt ihn mit einer tiefen Liebe. Außerdem ist er die Lösung für sein Problem, die richtige Braut zu finden. Sobald der Prinz den Wert des Pantoffels erkennt, kann er auch Cinderella wertschätzen – selbst dann noch, als er sie tief erniedrigt in Gestalt einer Küchenmagd vorfindet. Sobald Cinderella sich bewusst von ihren Holzpantinen befreit, die ihren Alltag in der Küche bestimmen, und in den goldenen Pantoffel schlüpft, entpuppt sich die für den Ball ausgeliehene Persönlichkeit als ihr wahres Selbst. Dass ihr der Schuh wie angegossen passt, symbolisiert ihre Verlobung mit dem Prinzen.

gefunden. Doch erst die Entdeckung des einzelnen, geheimnisvollen Pantoffels bringt den Prinzen dazu, nach jener Frau zu suchen, der als Einziger dieser Schuh passt.

In der Version der Gebrüder Grimm hat Aschenputtel zunächst ein durchaus privilegiertes Leben geführt. Erst nachdem der Vater wieder geheiratet hat, zwingen es Stiefmutter und Stiefschwester in die Rolle der Magd, verpassen ihm einen grauen alten Kittel und Holzpantinen und lassen es in der Asche neben dem Herd schlafen. Als sein Vater auf Reisen geht und seine Töchter fragt, was sie sich wünschen, verlangen die Stiefschwester nach Edelsteinen, Perlen und schönen Kleidern. Aschenputtel dagegen wünscht sich nur das erste Reis, das ihm auf seinem Heimweg an den Hut stößt. Das pflanzt es auf das Grab seiner Mutter und kümmert sich derart hingebungsvoll darum, ja benetzt es sogar mit ihren

Tränen, dass es zu einem wunderschönen Baum heranwächst. Ein weißes Vöglein lässt sich auf seinen Zweigen nieder und belohnt Aschenputtel, indem es alle seine Wünsche erfüllt.

Als der Ball bevorsteht, bittet Aschenputtel seine Stiefmutter, hingehen zu dürfen. Aber die Stiefmutter wirft Linsen in die Asche und stellt ihm die unlösbare Aufgabe, sie nicht nur alle wiederzufinden, sondern sie auch noch in gute und schlechte Linsen zu sortieren. Doch mit Hilfe des weißen Vögleins bittet Aschenputtel sämtliche Turteltauben unter dem Himmel um Unterstützung, und sie helfen ihm. Als es die Aufgabe erfüllt hat, erschwert die grausame Stiefmutter sie noch weiter. Aber als es Aschenputtel gelingt, sie wieder innerhalb der vorgegebenen Zeit zu erfüllen, verweigert ihm die Stiefmutter erneut die Erlaubnis, zum Ball zu gehen. »Du hast keine Kleider und kannst nicht tanzen, wir müssten uns deiner schämen.«

Aber das Aschenputtel der Gebrüder Grimm gibt nicht auf. Nachdem Stiefmutter und Stiefschwester zum Ball gegangen sind, eilt es zum Grab seiner Mutter und weint: »Bäumchen, rüttel dich und schüttel dich, wirf Gold und Silber über mich«. Das weiße Vöglein wirft ein Kleid aus Gold und Silber zu ihm herunter sowie mit Seide und Silber bestickte Pantoffeln. (In einer sehr frühen Version trug Aschenputtel Fellpantoffeln, Perrault machte daraus Glaspantoffeln, und die Gebrüder Grimm beschreiben drei Paar immer prächtiger werdende Pantoffeln, wovon das letzte und bedeutendste Paar ganz aus Gold besteht.) Als Aschenputtel auf den Ball kommt, sieht es so schön aus, dass man es für die Tochter eines fremden Königs hält. Der Prinz verliebt sich auf den ersten Blick und nennt es »meine Tänzerin«.

Am Ende des Abends beschließt Aschenputtel, seine wahre Identität zu verbergen. Am nächsten Abend kehrt es zurück

## Hausaufgabe

Weil sich auch Ihr Leben ändern soll, gibt es in jedem Kapitel dieses Buches eine *Hausaufgabe* und ein *Schuh-Date*, damit Sie herausfinden, welchen Schuhgeschmack Sie haben und wie sich der erweitern lässt. Vielleicht wollen Sie Ihre Beobachtungen ja in einem Schuhtagebuch festhalten. Ihre erste Aufgabe besteht darin, aufzuschreiben, wann Sie sich das letzte Mal so richtig in Szene gesetzt haben. Beschreiben Sie bis ins Detail, was Sie anhatten, und konzentrieren Sie sich dabei besonders auf Ihre Schuhe. Was haben die Schuhe zu Ihrer beeindruckenden Erscheinung beigetragen? Wenn Sie sich gar nicht mehr erinnern können, wann Sie sich das letzte Mal richtig aufgestylt haben, wartet in der Tat einiges an Arbeit auf Sie! Tragen Sie Ihre Beobachtungen in Ihr Tagebuch ein, damit Sie Ihre Entwicklung bis zum Ende dieses Buches nachvollziehen können. Und ganz wichtig: Bitte nicht urteilen, nur aufschreiben!

und trägt ein weiteres Paar prächtiger Pantoffeln und am übernächsten die goldenen! Am dritten Abend hofft der Prinz, es am Verschwinden hindern zu können, indem er die Schlossstufen mit Pech bestreichen lässt. Als Aschenputtel den Ball verlässt, bleibt ein goldener Pantoffel daran kleben. Das gibt dem Prinzen die Möglichkeit, nach seiner wahren Braut zu suchen.

In der Originalversion schneiden sich die Stiefschwester Teile ihrer Füße ab, um in den Pantoffel zu passen. Erst als der Prinz und Aschenputtels Stiefschwester an dem Baum vorbeikommen und hören, wie der Vogel ruft: »Rucke di guh, rucke di guh, Blut ist im Schuh«, merkt der Prinz, dass er die

falsche Braut erwischt hat. Als er ein zweites Mal zurückkehrt, erklärt ihm die Stiefmutter, bis auf die Küchenmagd sei niemand mehr da. »Das kann unmöglich die Braut sein.« Der Prinz lässt trotzdem nach ihr schicken. Als sich Aschenputtel auf einem Schemel niederlässt, seinen schweren Holzschuh abstreift, den ihm die Stiefmutter aufgezwungen hat, und in den goldenen Pantoffel schlüpft, sitzt er wie angegossen.

Als das wiedervereinte Paar am Haselnussbaum vorbeikommt, rufen zwei Tauben: »Rucke di guh, rucke di guh, kein Blut ist im Schuh. Der Schuh ist nicht zu klein, die rechte Braut, die führt er heim.« Am Tag der Hochzeit hacken die Vögel den Stiefschwestern die Augen aus (ein Detail, das in den Versionen von Perrault und Disney überhaupt nicht mehr vorkommt).

Warum ist das alles so wichtig? Cinderella ist die ultimative Schuhprinzessin, aber in der härteren Version der Gebrüder Grimm gelingt ihr die Verwandlung nur, weil sie selbst die Verantwortung dafür übernimmt. Die Grimmsche »Cinderella« musste klug sein und ihre Erniedrigung mit Hilfe einer Reihe von Prüfungen überwinden:

- Sie muss ihren Selbstwert erkennen, und zwar trotz der gegebenen Umstände.
- Sie muss Anteile an ihrer Persönlichkeit entdecken, die sie weiterbringen.
- Sie muss Gutes von Schlechtem unterscheiden können.
- Sie muss ihre Identität schützen, bis sie so weit ist, sich in der Öffentlichkeit erkennen zu geben.
- Sie muss lernen, auf die Erfüllung ihrer Wünsche zu warten.
- Sie muss sicherstellen, dass sie der Prinz auch in ihrer Erniedrigung erkennt und trotzdem liebt, bevor sie seine Braut werden kann.

## Designerporträt

*Beth Levine*

*Die freche Amerikanerin*

Die amerikanische Schuhdesignerin Beth Levine entwarf die sexy Stretch-Lackstiefel, die in den 1960er-Jahren Furore machten. Levine beschritt oft neue Wege und benutzte so ungewöhnliche Materialien wie Kunstrasen und Froschhaut. Ihre weißen Go-go-Boots für Nancy Sinatra, in denen diese im Fernsehen »These Boots Are Made for Walking« sang, machten sie weltberühmt.

Aber was noch viel wichtiger ist: Sie muss die Gelegenheit, die Holzpantinen abzustreifen und in die goldenen Pantoffeln zu schlüpfen, erkennen und beim Schopf packen. Zur Belohnung darf sie das prächtige Leben führen, das sie verdient, und einen Prinzen heiraten.

Und die Moral von der Geschichte? Wir ändern uns von innen heraus. Vorübergehende Phasen der Erniedrigung spiegeln nicht unser wahres Selbst wider. Ganz tief herabzusinken ist ein notwendiger Schritt auf dem Weg zur Entfaltung unserer Persönlichkeit. Man wird vor schwierige Aufgaben gestellt, bevor man ein Happy End verdient hat. Was sich in der Realität abspielt, ist nicht so wichtig wie das, was in unserem Kopf vor sich geht. Und zu guter Letzt: Wenn man sich selbst treu bleibt, wird man am Ende triumphieren!

Dass es auf der ganzen Welt mehr als 700 Versionen des Aschenputtel-Märchens gibt und sich das Original über 1100 Jahre gehalten hat, liegt nicht zuletzt auch daran, dass wir alle uns in Aschenputtel wiedererkennen können: Wir

## Schuh-Date

Sinn und Zweck des Schuh-Dates besteht darin, mit ein oder zwei Freundinnen auf Schuh-Entdeckungstour zu gehen. Betrachten Sie diese Freundinnen als »Gute (Schuh-)Feen«, die Ihnen den Weg ins Schuhparadies weisen. Greifen Sie zum Telefon, und laden Sie eine Freundin ein. Verabreden Sie sich auf einen Kaffee, und erklären Sie ihr das Konzept dieses Buches. Indem Sie sich von ihren Erfahrungen zum Thema Schuhe erzählen, können Sie es vertiefen und in Sachen Schuhgeschmack einen großen Schritt nach vorn machen. Viel Spaß dabei!

alle kommen perfekt und wunderschön zur Welt, müssen aber darauf gefasst sein, als Aschenputtel zu leben. Nicht nur wegen der Schicksalsschläge, die das Leben für uns bereithält, sondern auch wegen der Aufgaben, die es uns stellt und die wir mit viel Eigeninitiative lösen müssen, wenn wir Erfolg haben und eine eigenständige Persönlichkeit entwickeln wollen. Ob uns dieser Verwandlungsprozess gelingt, hängt zu einem großen Teil von unserer inneren Einstellung, unserem Auftreten und davon ab, ob wir es schaffen, die schweren Holzpantinen abzustreifen, in unsere ganz persönlichen, einzigartigen goldenen Pantoffeln zu schlüpfen und unser wahres Selbst zu finden. Indem wir unser altes Erscheinungsbild aufpolieren, Gutes von Schlechtem unterscheiden, unser Leben mit neuen Augen sehen und endlich damit aufhören, uns unbewusst selbst zu sabotieren, können wir unser ganzes Leben verändern und unser Schicksal selbst in die Hand nehmen.