

Von **Jutta Christoph**

*Gabriela Biasini, verheiratet mit Daniel Biasini (Romy Schneiders zweiter Ehemann von 1975-1981) weiß aus eigener Erfahrung, dass Schönheit nicht nur im Show-Business Türen öffnet. Nach ihrer Laufsteg-Karriere wurde sie Heilpraktikerin und entwickelte eine Methode, wie man sein jugendliches Aussehen bis ins hohe Alter bewahrt. Über „Natürlich Falten weg“, ein Lifting ohne Schmerzen und Narben, hat die 60-jährige Mallorca-Residentin jetzt ein Buch veröffentlicht.*

#### **Frau Biasini, finden Sie sich schön?**

Gabriela Biasini: Früher ganz sicher. Heute *fühle* ich mich schön, und das zeigt sich auch äußerlich.

#### **Was heißt für Sie Schönheit?**

Mich in meiner Haut wohlfühlen. Das Schönheitsbild verändert sich natürlich mit der Zeit. Früher, als ich für Chanel lief, durften Models keinen Busen haben, heute ist das anders. Das Wichtigste ist aber, seine Ausstrahlung zu kultivieren, sonst geht die Jugendlichkeit verloren.

#### **Und wie bekommt man Ausstrahlung?**

Man hat Ausstrahlung, wenn man mit sich im Einklang lebt. Dafür müssen Sie das tun, was Sie lieben, und Ihrem Körper das geben, was er liebt, also Bewegung, gute Nahrung, Kuscheleinheiten, mit dem Hund oder der Katze spielen. Das stärkt Selbstbewusstsein und Selbstwert. So wie in meinem Buch beschrieben.

#### **Tun Frauen mehr für ihr Aussehen, weil sie Angst haben, ihren Mann zu verlieren?**

Ich sehe das im biologischen Zusammenhang. Frauen geben durch die Fähigkeit der Geburt neues Leben in die Welt. Das ist auf natürliche Weise hochattraktiv für das männliche Geschlecht. Zeichen von Falten und Geweberschlaffungen repräsentieren die schwindende Kraft dieser Anziehung. Das kann auf bestimmter Ebene für die Frau als bedrohlich empfunden werden. Das ist übrigens kein neuzeitliches Phänomen, schon im China der Ming-Dynastie, also vor rund 500 Jahren, wünschten sich die Menschen, für immer jung auszusehen. Glatte Haut stand für Schönheit, Anerkennung, Reichtum. Am kaiserlichen Hof wurden die Frauen von ihren Ehemännern verstoßen, sobald sich bei ihnen die ersten Fältchen um Augen und Mund zeigten.

#### **Warum sind Männer mit Falten und grauen Haaren von der Gesellschaft akzeptiert, Frauen, die ungeschminkt und mit grauen**



■ Daniel und Gabriela Biasini im Garten der Apartmentanlage in Sol de Mallorca, wo sie wohnen. FOTO: TERRASSA

## „Wir sehen uns nicht altern“

Gabriela und Daniel Biasini leben unbeobachtet auf Mallorca. Das Ex-Model hat jetzt ein Anti-Aging-Buch geschrieben

#### **Haaren herumlaufen dagegen eher nicht?**

Das liegt am Jugendwahn, der durch die Medien geschürt wird. Da braucht es mittlerweile schon eine sehr selbstbewusste, innere Gegenbewegung, um sich bewusst abzugrenzen. Gleichzeitig gehört es zu unserer Natur, dass wir am liebsten zu der Gruppe gehören wollen, die wohlwollend betrachtet wird. Aber auch das ist eine Frage des Alters: Früher ließ ich keine Jetset-Party aus, heute brauche ich das nicht mehr.

#### **Wie altert man als Frau eines berühmten Mannes, fällt es da besonders schwer Falten zu akzeptieren?**

Daniel Biasini (65): Ich bekomme doch auch Falten! Die Zeit vergeht so schnell, dass wir uns nicht altern sehen. Wir leben damit und sprechen nicht darüber. Viel wichtiger als Falten ist die Gesundheit, die steht an erster Stelle. Wir haben uns einen gesunden Lebensstil angewöhnt, schenken uns gegenseitig Liebe – der Rest

ist nur eine Frage der Ausstrahlung. Es hat mich nie interessiert, was andere über mich denken. Als Mann ist es nicht kompliziert, älter zu werden. Ich sehe das gelassen und sage mir, es ist so, wie es ist.

Gabriela Biasini: Ich nehme heute auch gezielt Einfluss auf mein Denken und Fühlen. Denn seelische Verstimmungen wie Angst, Traurigkeit, Kränkung, Wut und Sorgen hinterlassen im Gesicht eindeutige Spuren.

#### **Mit Kraft der positiven Gedanken kann man laut Ratgeber-Ecke ja alles erreichen. Warum wirken sie auch gegen Falten?**

Neurologische Studien beweisen, dass man Zellen durch bewusstes Visualisieren dazu anstoßen kann, sich selbst zu regenerieren. Ich unterstütze diesen Prozess, indem ich zum Beispiel denke und laut sage „Meine Zellen regenerieren sich in jeder Sekunde“. Alles lässt sich durch Selbstwahrnehmung verändern. Habe ich negative Gedanken,

sage ich laut „Stopp“ und denke bewusst etwas anderes, Positives. So programmiere ich mein Gehirn um, verjünge und regeneriere mich von innen nach außen.

#### **Kamen eine Schönheits-OP oder Botox für Sie nie in Frage?**

Nein, denn Botox lähmt die Gesichtsmuskulatur, Akupressing aktiviert sie und unterstützt das Zellwachstum. In Kombination mit der Eigenhandmassage aus meinem Buch glätten sich vorhandene Falten, das Gesicht bekommt eine entspannte und jüngere Ausstrahlung.

#### **Wie sind Sie denn auf Akupressing gekommen?**

Ich entdeckte schon während meiner Modelzeit die sanfte Form des Faceliftings durch Akupunktur. Damals buchte ich zehn Sitzungen bei Dr. med. Sao Vu-Dinh in Paris, einem japanischen Meister der Akupunktur, und war vom Ergebnis begeistert. Nach der Behandlung war meine Haut glatter und spannte sogar leicht. Das Gesicht sah frischer und jünger aus, was an der besseren Durchblutung lag, und ich fühlte mich wohler, schöner. Als Heilpraktikerin fand ich heraus, dass man die Gesichtsmuskulatur statt mit Nadeln auch durch Pressen mit den Fingerkuppen oder dem Druckstift stärken kann.

#### **Wenn es so einfach ist, gehen die Schönheitschirurgen dann bald pleite?**

Das ist mir egal, wenn ich nur einen Teil der Frauen überzeugen kann, sich nicht unters Messer zu legen

und die Regenerationsfähigkeit ihres Körpers und ihres Geistes wiederzuentdecken. Mit meiner Methode zeige ich, dass man nicht invasiv vorgehen muss. Je früher man damit anfängt, umso länger kann der Alterungsprozess hinaus gezögert werden – unabhängig von Geld.

#### **Wie alt würden Sie gerne werden?**

Daniel Biasini: Darüber denke ich nicht nach. Ich lebe im Hier und Jetzt!

Gabriela Biasini: Ich möchte mich nicht auf ein bestimmtes Alter festlegen und der Natur ins Handwerk pfuschen. Ich wähle für mich, vital und flexibel bis ins hohe Alter zu bleiben. Nach dem Gesetz der Anziehung hat jeder Mensch die Möglichkeit, bewusst seine eigene Realität zu erschaffen, danach zu leben und auf diese Weise seine Gene förderlich zu beeinflussen.

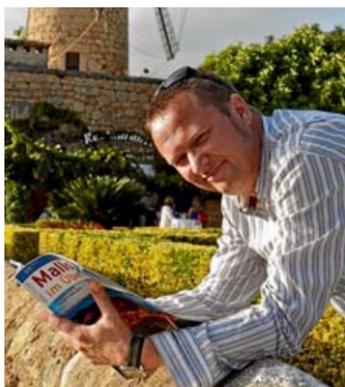
#### **Woher nimmt man die Disziplin für die vielen Übungen im Buch?**

Ich habe einfach meine alten Gewohnheiten durch neue ersetzt. Außerdem mache ich nie alle Übungen auf einmal, ich teste aus, was ich heute brauche. Es gibt auch Tage, da mache ich nur das Maintenance-Programm: die Fünf Tibeter, Meditation und Übungen, um die Meridiane zu öffnen.

*Gabriela Biasini: Natürlich Falten weg. Akupressing, die sanfte Methode für ein jugendliches Aussehen. Südwest, 16,99 Euro (www.beautyohnescapel.com).*

### ALLES LOKAL

Wer sich umfassend über die schönsten Seiten der Insel informieren möchte, kann in dem neuen Heft von **Mallorca im Überblick** blättern. Die vierte Ausgabe des Magazins wurde vergangene Woche im Restaurant **Moli des Torrent** in Santa Maria del Camí vorgestellt. In dem Heft haben die Autoren, darunter auch MZ-Mitarbeiter, Neues zu Urlaubsorten, Aktivitäten am und im Wasser sowie auf dem Land, Wellness und Kulinarischem gesammelt. Das Magazin ist ab sofort für 9,80 Euro im Handel erhältlich.



■ Andreas Huber mit dem aktuellen Insel-Guide. FOTO: BENDGENS

Der **Rotary Club Calvià International** lädt am Samstag (26.9.) zum traditionellen **Charity-Walk** ein. Die Startgebühr von 5 Euro für Kinder und 10 Euro für Erwachsene kommt Wohltätigkeitsorganisationen zugute. Treff- und Startpunkt ist der Katmandu Park in Magaluf. Die Registrierung beginnt um 9 Uhr.

Wer in seiner Wohnung oder in seinem Kleiderschrank Platz schaffen möchte, kann sein Hab und Gut beim **Benefiz-Flohmarkt vom Lions Club Palma** verkaufen. Die Standmiete von 10 Euro pro Meter setzt der Lions Club für den guten

Zweck ein. Der Flohmarkt findet am 3. Oktober von 8.30 Uhr bis 17 Uhr unterhalb von Palmas Kathedrale statt (Anmeldungen unter E-Mail [info@lionsclubpalma.com](mailto:info@lionsclubpalma.com)).

Die **Fundación Rana** baut bereits am Samstag (26.9.) Stände ihres Solidaritätsflohmarkts auf. Den Erlös setzt die Stiftung für die Betreuung von Opfern sexuellen Missbrauchs und dessen Vorbeugung ein (8.30 bis 18 Uhr an der Ecke Passeig Sagrera und Avenida Antoni Maura).

Bei der **Houseclubbing-Party vom Inselradio 95,8** können Sie

den Sommer feiernd verabschieden oder den Herbst gebührend begrüßen. Auf der Terrasse des Museums Es Baluard gibt es am Freitag (25.9.) ab 20 Uhr gediegenes Ambiente und Musik von Blank & Jones. Der Eintritt ist frei, allerdings müssen sich alle Gäste unter [party@inselelradio.com](mailto:party@inselelradio.com) anmelden.

Neue **Spanischkurse** gibt es ab Montag (5.10.) in **La Residencia** in **s'Alqueria Blanca**. Der Unterricht findet in drei Gruppen montags und mittwochs am Vormittag statt (Anmeldung bei Lehrerin Ana Castellán Scherr, Tel.: 652-08 24 56).