

Mariella Ahrens: Nacktfotos mit 55 - Ein Aufruf zur Selbstliebe!

Mariella Ahrens (55) posiert erneut im „Playboy“ und ermutigt Frauen, ihr Alter zu akzeptieren und Selbstbewusstsein auszustrahlen.

Köln, Deutschland - Mariella Ahrens, die 55-jährige Schauspielerinnen, hat sich erneut für die April-Ausgabe des „Playboy“ ausgezogen und setzt damit ein kraftvolles Zeichen für Körperbewusstsein. Sie spricht in einem Interview mit dem Magazin darüber, dass Frauen in ihrem Alter oft das Gefühl haben, sie müssten sich verstecken. „Alter ist nur eine Zahl, nicht das Gefühl. Sinnlichkeit hat kein Verfallsdatum“, so die ehrgeizige Ahrens, die bereits in den Ausgaben von 2001 und 2004 für den „Playboy“ posierte. Wie **Bunte.de** berichtet, will sie mit ihren Nacktaufnahmen anderen Frauen Mut machen, stolz auf ihren Körper und die eigene Älterwerdung zu sein.

Im Interview erklärt Ahrens, dass jeder Mensch Veränderungen durchlebt, und es wichtig ist, Selbstbewusstsein auszustrahlen. „Ich finde, dass Frauen dafür sorgen sollten, dass sie sich selbst gut fühlen. Was andere denken, ist unwichtig“, betont sie. Die Schauspielerinnen, die kürzlich nach einer längeren Auszeit zurück ins RTL-Format „Gute Zeiten, schlechte Zeiten“ wechselte, plädiert dafür, dass innere Schönheit nach außen strahlt. „Ausstrahlung kommt durch Selbstbewusstsein“, fügt sie hinzu, wie **Krone.at** berichtete.

Ein lebensfrohes Statement

In ihrem dritten Shooting zeigt sich Ahrens von ihrer besten

Seite und ist stolz darauf, was sie erreicht hat. „Mit mehr Selbstbewusstsein hat man immer eine tolle Ausstrahlung“, erklärt sie und ergänzt, dass sie weiterhin sportlich aktiv bleibt und auf ihre Ernährung achtet. Diese positive Einstellung wird besonders wertvoll, da sie dazu anregen soll, die Angst vor dem Altern abzubauen und Frauen zu ermutigen, sich in ihrem Körper wohlfühlen.

Besonders bemerkenswert ist Ahrens' Abneigung gegen den Druck, den Gesellschaft und Medien oft auf Frauen ausüben. „Gerade in meinem Alter denken viele Frauen, sie müssten alles verdecken“, kritisiert sie. Somit ist ihr Auftritt nicht nur ein persönlicher Akt, sondern auch eine Botschaft an all jene, die vielleicht mit dem Älterwerden kämpfen.

Details	
Ort	Köln, Deutschland
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.krone.at• www.bunte.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at