



Man muss die Vorteile eines jeden Lebensabschnitts sehen wollen – und man muss sie geniessen können.

ANJA BÄCKER / MAURITIUS

Endlich nicht mehr müssen

Ein «Massaker» sei das Älterwerden, es werde immer alles nur noch schlimmer. So tönt es in letzter Zeit, vor allem von männlichen Autoren. Warum im Alter nicht die Gnade sehen? VON BÄNZ FRIEDLI

Es beginnt im Kleingedruckten: «Senior», steht auf einem Rückforderungsbeleg für die Krankenkasse so winzig, dass es nur mit Lesebrille zu entziffern ist, und gemeint bin ich. In Kleiderboutiquen siezt einen das Personal, die Augenärztin schlägt vor, die Lider operativ zu straffen. Und all dies ist – wunderbar. Denn es bedeutet, dass man ein Alter erreicht hat, in dem man ungeniert alles zugeben kann: dass man SRF 1 hört, daheim Finken trägt, zuweilen einen Mittagsschlaf hält.

Älterwerden befreit. «Musical, du?!», schrieb mir unlängst ein junger Kollege bestürzt, mit dem ich mich gewöhnlich über aufwieglerische Black Music austausche. «Warum nicht?», schrieb ich zurück. Und beschied ihm, wie angetan ich von «Mein Name ist Eugen» in der Musical-Fassung war. Hätte ich mir mit vierzig nicht erlaubt. Eine Bereicherung, im Vergleich zu der die paar Blessuren – Tinnitus, Hüftschmerzen, Fersensporn – unerheblich sind.

Man muss den Hinweis als Erleichterung verstehen: endlich Senior.

Digitale Herausforderung

In den Edelbeilagen wird mir allerdings dauernd gesagt, wie schlimm das Altern sei. Den Anfang machte der Kolumnist des «Zeit-Magazins», Harald Martenstein, unter dem Titel «Über das Älterwerden und Fremdsein». Wer fünfzig werde, dem stehe «die schlimmste Zeit des Lebens» bevor, schreibt er. «In den Jahren nach fünfzig weisst du, dass du gegen das Alter nicht gewinnen kannst.» Dass es gar nicht ums Gewinnen geht, möchte man ihm entgegenen. «Das Land, in dem ich geboren wurde, gibt es nicht mehr», fährt er fort. Die Städte sähen anders aus, es gälten neue Regeln. «Und es gibt keinen Weg zurück. Alt werden bedeutet, ein Fremder zu werden.»

Selber schuld. Fremd wird nur, wer sich entfremdet. Wir Älteren geniessen alle Freiheiten, nur diese eine Pflicht haben wir: à jour zu bleiben. Es mag ein bisschen anstrengend sein, mit der digitalen Entwicklung Schritt zu halten, aber ist es für Grossmütter nicht fabelhaft, mit ihren Enkeln in Neuseeland skypen zu können? Dass es das Land, in dem man geboren wurde, irgendwann nicht mehr gibt – und so, wie man es erinnert, womöglich gar nie gegeben hat –, gilt seit je für alle. Doch wozu weinerlich werden? Jeder hat es selbst in der Hand, nicht fremd zu werden. Ja, man sollte «Pokémon Go» kennen; spielen muss man es nicht.

Wer sich auf die Jugend einlässt, lernt neue Denkweisen kennen, er staunt

über ihre soziale Reife, ihr spielerisches Sprachverständnis und die Art, Dinge kurz und klar zu benennen. Kontakt zu Heranwachsenden ist der beste Schutz vor Kulturpessimismus. Aber offenbar gefällt man sich in der Leidenspose.

Seit Martensteins Vorlage raunen zahlreiche Essayisten, wie furchtbar das Altern sei. Von «Bewältigen» und «Aushalten» ist die Rede, von «Kampf», «Krieg» und «Niederlage» gar, ein reichlich männliches Vokabular. Gern wird ein Satz von Philip Roth zitiert: «Das Alter ist ein Massaker.» Doch die Aussage ist, aus dem Zusammenhang des Romans «Jedermann» gerissen, bloss eine Phrase.

Das Alter ist kein Massaker. Es ist eine Gnade. Älter werden heisst, zu sich zu kommen. Oder wie Züri West so schön singen: «Irgendeinisch weisch, wärd bisch.» Gewiss, ich blieb von schlimmeren Krankheiten bisher verschont. Enge Freunde, die fünfzehn Jahre älter sind, liessen sich Krampfadern und Melanome entfernen, wurden am Darm operiert. Doch sie klagen nicht, sondern imponieren mir mit ihrer Gelassenheit. Und ihrem Tatendrang. Einer wurde soeben pensioniert. Was er denn nun tun wolle? «Velokurier werden!» Und es war kein Scherz. «Dann hab ich Bewegung und bin an der frischen Luft.»

Älter werden heisst, man muss nicht mehr: dazugehören, mitmachen, sich beweisen. Man darf nur noch. Nach fünfzig bricht die Zeit des Wollens an, des Wissens und Schöpfens. Welch Privileg, «von früher» reden zu können! Welche Wohltat, nicht mehr immer dabei sein zu müssen, es freilich zu dürfen, wenn man Lust hat – etwa am Zürcher Konzert des Rappers Macklemore vor ein paar Wochen. Keiner zeichnet ein genaueres Bild der durch Polizeigewalt und Draufgängerparolen verunsicherten US-Gesellschaft, kaum einer hat Hip-Hop je lebendiger dargeboten. Mag sein, dass die Tausende Jugendlichen an dem Abend das Prickeln der Erstmaligkeit erlebten – dafür aber konnten sie nicht ahnen, wie phantastisch das Konzert war; sie hatten ja keine Vergleichswerte.

Wer sagt denn, dass sich das Leben im Alter zum Schlechten verändert? In einer reifen Liebe kennt man die eigenen Bedürfnisse und diejenigen der Partnerin. Wundervoll! Die eigenen Kinder sind nun junge Erwachsene, im Familien-Chat auf Whatsapp wird beherrzt über Trump und Clinton debattiert. Grossartig! Da sind die gelegentlichen Wort- und Namensfindungsschwierigkeiten doch nicht weiter störend. Jedenfalls nicht, solange Freund Hanspeter und ich uns noch verstehen, wenn wir über Country-Musik reden: «Dieses Trio, weisst ... mit irgendetwas

wie «Gun» im Namen ...» – «Du meinst die Dings ... wart rasch! Ähm, die «Pistol Annies» aus Texas!» – «Genau! Aber sind sie nicht aus Tennessee?»

Eigenartig: Die Wirtschaft setzt auf erfahrene Kräfte, Mode- und Reisebranche umgarnen uns als kaufkräftige «Best Ager» – doch die schreibenden Männer hadern, und schreibende Frauen verfassen eifertig Ratgeber, wie das Älterwerden zu meistern sei. Himmel, wo ist das Problem? Wir brauchen weder Gejammer noch Ratschläge, nur die richtige Haltung: Freude am Älterwerden, basta.

Kindlich bleiben

Wer wollte denn zurück? Die Jugend, seien wir ehrlich, ist furchtbar aufreibend. «Vorreì passare dai dieci ai trenta», rappete der Italiener Jovanotti, er hätte am liebsten die Jahre zwischen zehn und dreissig übersprungen, weil all die Erstmaligkeiten – erste Drogen, erste Liebe, erster Verrat – so schwierig seien. Mag sein, dass sie zum Teil auch aufregend sind, aber möchte man da noch mal durch? Nein. Schon gar nicht durch die Jahre, die nach dreissig folgten, durch all das Rangeln, Sich-Positionieren, Sich-beweisen-Müssen in Beruf, Familie und Sport. Man ist froh über die inzwischen gewonnenen Einsichten. Die Kindlichkeit kann man sich ja trotzdem bewahren. Jovanotti selber wird bald fünfzig und verriet jüngst, wie sich das anfühlt: «Ich bin zweimal zwanzig- und einmal zehnjährig.» Fünfzig ist er aber auch, sprich: Er verfügt über alle Register. Denn fünfzig ist nicht «das neue vierzig» und schon gar nicht «das neue dreissig». Fünfzig ist fünfzig.

Zugegeben, mir ist etwas bange vor dem Tag, da ich werde einsehen müssen, dass Snowboarden nichts mehr für einen, sagen wir, 64-Jährigen ist. Aber immerhin habe ich das Verzichten schon gelernt, längst springe ich im Freibad nicht mehr vom Sprungturm, den empfindlichen Ohren zuliebe. Dafür genieße ich alles, was noch drinliegt, viel tiefer und bewusster. Jede Reise, jedes

Konzert, jedes Fussballspiel, an dem ich mittun darf.

Es mag sein, dass man ab fünfzig öfter an den Tod denkt. Vater war fünfundfünfzig, als er sich zu Tode gelebt hatte, dann blieben mir jetzt noch vier Jahre. Aber hat nicht die lokale Kirchgemeinde alle meines Jahrgangs zu einer Feier der «Hälfte des Lebens» eingeladen? Da bleibt ja noch etwas Zeit! Und gehört der Tod nicht ohnehin zum Leben, vom ersten Atemzug an? Man darf ihn bloss nicht fürchten.

Überhöhungen, positive wie negative, sind sowieso albern. Man muss die Vorteile eines jeden Lebensabschnitts sehen wollen, und man muss sie geniessen können – ohne das jeweilige Alter zum einzig wahren zu verklären. Älter werden hat etwas Zartbitteres. Mich stört, dass alle nur über die Bitterkeit schreiben und niemand über das Zarte. Fällt es uns nicht leichter, Fehler zuzugeben und Ratlosigkeit? Sind wir nicht offener, neugieriger als mit zwanzig, frei nach Bob Dylans «I was so much older then, I'm younger than that now»? Es geht nicht darum, in Gestalt und Fitness «forever young» zu bleiben, sondern im Geist. Dann macht das Altern Spass.

Warum sollte ich mich fremd fühlen in der digitalen Welt? Sie erschliesst mir traumhafte Möglichkeiten: Filme, Musik, Texte, an die ich nie herangekommen wäre und die für mich schieres Glück bedeuten.

Die Jahre nach fünfzig die schlimmsten? Ich halte mich lieber an Peter Bichsel. Nun breche das beste Lebensjahrzehnt an, sagte der Schriftsteller mir, als ich fünfzig wurde: «Ds Läbe isch verbi, aber du bisch no nid tot.» Ich verstand zunächst nicht, was er meinte. Eine Art Mikroprogramm war's, das der Altmeister der kleinen Form mir auf den Weg gab, und allmählich entschlüssle ich es: Er meinte die Zeit des Nicht-mehr-Müssens und Nur-noch-Dürfens. Wenn Sie also zum ersten Mal «Seniorin» oder «Senior» im Kleingedruckten lesen und merken, dass Sie gemeint sind – empfinden Sie es als Erleichterung!

Es gibt so viele Entdeckungen, über die man sich nach fünfzig freuen kann. Jahrzehntlang hatte ich stets bedauert, wenn die Saison der Tulpen zu Ende war. Dabei blühen danach die Pfingstrosen, und die sind noch viel reichhaltiger, weil sie sich in der Vase verändern und schliesslich welk am schönsten sind, kurz vor dem Auseinanderblättern.

Bänz Friedli (51) lebt als Autor und Kabarettist in Zürich. Zurzeit tourt er mit seinem neuen Programm «Ke Witz! Bänz Friedli gewinnt Zeit».