



Quelle: telegraph.co.uk / Haidar Alwan-Walker

Wann ist man eigentlich alt?

Vorgestern traf ich einen Nachbarn, den ich nicht allzu häufig sehe. Wir grüßten uns nett und plötzlich sah er mich nachdenklich an, wiegte den Kopf und sagte „Ah, morgen ist ja der 6., da hast du ja Geburtstag!“ Ich war überrascht, dass er das wusste und nickte. Bevor ich antworten konnte, meinte er mit tiefergelegter Stimme „ja, da kann man nichts machen, wir werden halt alt“. Ja, stimmt - und ich freue mich darüber! Jetzt noch mehr als früher.

Wer nicht alt werden will, muss jung sterben.

Wer will das schon? Wenn jemand in jungen Jahren stirbt, ist die Betroffenheit bei denen, die zurückbleiben, groß. „Sooo jung, mein Gott, er/sie hat ja noch gar nichts vom Leben gehabt!“, oder „Warum sterben die Netten immer so früh“, oder „Wie alt war deine Mutter? 75? Das ist aber jung...“

Ich denke seit vorgestern über das Thema „Alt werden – oder alt sein“ nach. Erstmal finde ich, ist beides nicht das Gleiche. Ich kann alt werden, und trotzdem nicht alt sein. Und ich kann schon sehr früh sehr alt sein, auch wenn in meinem Ausweis ein relativ niedriges Alter angegeben ist. Ehrlicherweise finde ich es etwas seltsam, wenn Menschen sich das Jungsein-Etikett anhängen und Dinge sagen wie „ich bin 75 Jahre jung“ – aber sie wollen vermutlich immer noch jung sein. Wirklich Junggebliebene sagen das aber so nicht, sondern stehen zu ihrem biologischen Alter.

Wann sind Menschen alt?

Diese Definition ist vermutlich eine sehr persönliche. Ich finde Menschen alt, wenn sie ...
Nicht mehr neugierig sind. Nur noch alte Kleidung tragen. Immer von ihren Krankheiten und Wehwehchen sprechen. Nicht mehr singen. Viel Beige tragen. Oder Grau, also richtig müdes Grau. Wenn sie sich kaum noch bewegen. Keinen Sport treiben. Keinen Spaß haben. Moderne Technik (PC, Handy) komplett ablehnen. Früher alles besser fanden. Sich nicht mehr schönmachen. Nichts Neues mehr lernen wollen. Ihre Ansichten nicht mehr in Frage stellen. Rechthaberisch sind. Alles seinen geregelten Gang gehen soll, ohne Ausnahmen. Spontanität ein Fremdwort ist. Alles mit Termin geplant werden muss. Das Leben aus Ritualen besteht. Die Wohnung nicht gelüftet wird. Sie alles immer schon so gemacht haben. Ständig seufzen. Müffeln. Sich für nichts mehr begeistern können. Den ganzen Tag Kreuzworträtsel lösen. Keine Bücher mehr lesen, nur noch Boulevardpresse, weil es nicht so anstrengend ist. Nicht mehr diskutieren. Keine neuen Gerichte essen. Wenn sie intolerant sind oder es werden. Das Leben eine Last ist. Wenn sie langweilige Frisuren und langweilige Haarfarben haben. Sich nicht schminken. Sich nichts gönnen. Mit 50 das letzte Sofa ihres Lebens kaufen. Dauernd das Ende vor Augen haben. Wenn sich alles nicht mehr lohnt.

Wann sind alte Menschen nicht alt?

Wenn ihr Alter nur eine Zahl ist. Sie ihre Zeit nicht mit Jammern verplempern. Fröhlich sind. Laut lachen. Wenn Ihnen nicht alles egal ist. Sie sich für Neues interessieren. Reisen. Junge Menschen gerne mit ihnen zusammen sind. Wenn sie weise sind. Wenn sie aktiv sind, körperlich und geistig. Wenn ihnen ihr Alter egal ist und sie machen, was sie wollen. Wenn sie sich nicht mit ihrem körperlichen Verfall beschäftigen. Wenn sie sich pflegen, aufbrezeln, schönmachen. Schöne Wäsche tragen. Schmuck kaufen. Wenn sie Sport treiben, egal was: Tanzen, Schwimmen, Radfahren, Marathon laufen, Aerobic, Gymnastik, Yoga - weil es ihnen wichtig ist, sich zu bewegen und beweglich zu bleiben. Diskutieren. Wenn sie sich noch für das andere Geschlecht interessieren. Gerne Sex haben. Feiern. Gerne mal ein Gläschen trinken. Auch schon mal eines zu viel. Wenn sie den Tag auskosten. Gerne mit anderen Menschen zu tun haben. Gut essen. Freundschaften pflegen. Unternehmungslustig sind. Falten akzeptieren. Schicke Schuhe kaufen. Sich nicht liften lassen. Herzlich und offen sind. Ihr Alter genießen, weil es sie frei macht. Schöne Kleidung anziehen. Neues ausprobieren. Humor haben. Das Leben genießen.

Bedaure nicht, dass du älter wirst. Es ist eine Gnade, die vielen verwehrt bleibt.

Ok. Ich bin nicht alt. Ich werde älter, aber ich werde nicht alt. Versprochen.