

Jürgen Hübschen

DER LACK IST AB – NA UND?!

agenda

Jürgen Hübschen

DER LACK IST AB – NA UND?!

LEBENS- UND ÜBERLEBENSHILFE FÜR ALLE,
DIE AUCH VOM ALTER ÜBERRASCHT WURDEN



agenda Verlag
Münster
2007

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© 2007 agenda Verlag GmbH & Co.KG

Drubbel 4, D-48143 Münster

Tel.: +49-(0)251-799610 | Fax +49-(0)251-799519

www.agenda.de | info@agenda.de

Layout, Satz und Umschlaggestaltung: S. Vonderbank

M. Mackensen von Astfeld

Druck & Bindung: SoWa, Warschau/PL

ISBN 978-3-89688-325-4

INHALTSVERZEICHNIS

Warum gibt es dieses Buch?	7
Auf einmal 60, wie ist das eigentlich passiert?	10
Aus Kindern wurden Leute	23
Pension und Rente – was jetzt?	30
Wohnen, essen und schlafen	36
Gesundheitsvorsorge und Behandlung von Krankheiten	43
Die äußere Schönheit, Kleidung und Frisuren	49
Körperpflege und Altersverhinderung	55
Urlaub	59
Unterhaltung und Freizeitgestaltung	69
Sportliche Aktivitäten	77
Enkelkinder oder: Das persönliche Fitness-Programm	89
Nostalgisch-philosophische Schlussbetrachtung	95
Anhang	98

WARUM GIBT ES DIESES BUCH?

Mit dem Bücherschreiben habe ich schon 1991 angefangen, aber in diesen – aus meiner subjektiven Sicht – schriftstellerischen Meisterleistungen, die allerdings von der lesenden Bevölkerung unseres Landes nicht immer angemessen gewürdigt wurden, ging es immer um politische Themen, vor allem um die Nahmittelost-Region, weil meine Frau und unsere vier Kinder mit mir drei Jahre im Irak gelebt haben. Ich habe dort als Militärattaché dem Vaterland gedient.

Im Jahre 2006 wurde ich von Freunden und Bekannten dazu verführt, ein Buch über die Kindheit und Jugend im Münsterland zu schreiben. Und dieses kleine Büchlein mit dem Titel „Badetag und Wundertüte – Kindheit und Jugend im Münsterland 1950-1965“ hat vielen meiner Generation die Erinnerungen an eine Zeit zurückgebracht, die in ihrer Art einmalig war und sicherlich nie mehr wiederkommen wird. Da haben wir beim Lesen gemeinsam in Erinnerungen geschwelgt. Wir haben uns einerseits wieder ein bisschen jung gefühlt, aber wurden auf der anderen Seite etwas fassungslos mit der Tatsache konfrontiert, dass das alles offensichtlich schon 50 Jahre her ist.

Eigentlich wäre das ja nichts Schlimmes, wenn man nur nicht zur Kenntnis nehmen müsste, dass es weitere 50 Jahre für keinen von uns mehr geben wird. Wer schon lange auf der Welt ist, der hat eben eine intensive Vergangenheit, aber eine nicht mehr ganz so lange Zukunft.

Damit muss man jetzt wohl langsam aber sicher klar kommen. Und da habe ich mir gedacht, ich könnte doch mal versuchen, es dieser Nachkriegsgeneration etwas leichter zu machen, mit dieser Tatsache zurecht zu kommen.

Das Ganze geschieht nicht ohne Eigennutz, weil ich ja auch zu dieser einmaligen Generation gehöre!

Der Lack ist ab, daran gibt es nichts zu rütteln, aber genauso klar ist, dass wir deswegen noch nicht vollständig die Farbe verloren haben. Auch mit 60 und ein paar mehr Jahren ist das Leben ja Gott sei Dank noch nicht zu Ende; man muss nur neue Facetten entdecken und genießen. Dann kann man es eigentlich noch ganz gut aushalten.

Ein Freund von mir sagte mal ganz trocken, als es wieder um das bei Männern so beliebte Thema „Frauen“ ging und um die Erkenntnis, dass ja auch unsere Frauen mit uns älter geworden sind: „Man kann auch in einem alten Gebetbuch noch eine sehr schöne Messe lesen.“ Das war sehr liebevoll von ihm gemeint und weiß Gott kein Macho-Spruch von ihm, auch wenn das irgendetwelche Pseudo-Emanzen vielleicht so verstehen wollen, aber die lesen dieses Buch sowieso nicht. Machomäßig wäre es gewesen, wenn er gesagt hätte: Ein Mann ist so alt, wie er sich fühlt und eine Frau so alt, wie sie sich anfühlt. Hat er aber nicht gesagt, weil er ein genauso stiller, feiner Mensch ist, wie es in unserer Generation eben so ist!

Also: Mit dieser positiven Erkenntnis meines Freundes im Hinterkopf, will ich denen, die mit mir jung gewesen und jetzt so 40-50 Jahre älter geworden sind, mit diesem Büchlein ein paar Lebens- und Überlebenshilfen geben. Im Herzen muss man nämlich nicht alt sein, nur weil wir – rein äußerlich – jetzt zu den Faltenreichen gehören. Eigentlich sind es nämlich gar keine Falten, sondern es ist Profil!

Ich würde mich freuen, wenn diejenigen, die nach dem Lesen des ersten Büchleins gesagt haben: „Ja so war es“, nach der Lektüre der nachfolgenden Lebensweisheiten feststellen: „Ja, so isses!“

Ich widme dieses Buch meiner Frau Brigitte, mit der ich seit

1968 verheiratet bin, unseren Kindern Matthias, Jens, Henrik und Katja, unseren Schwiegertöchtern Emma und Anne, unseren Enkeln Johann und Sara und all unseren Freunden, die uns auf verschieden langen Wegstrecken in den vergangenen 50 Jahren begleitet und dadurch maßgeblich dazu beigetragen haben, dass ich von meinem jetzigen Lebensalter irgendwie ein bisschen überrascht worden bin.

Greven, im Sommer 2007

AUF EINMAL 60, WIE IST DAS EIGENTLICH PASSIERT?

Bei uns in der Familie gibt es seit der Geburt unseres ersten Kindes einen Geburtstagskranz. Da brennt für jedes Jahr eine Kerze, und für jedes Jahrzehnt wird in die Mitte des Kranzes eine dicke Kerze dazu gestellt. Also, damit Ihr das alle kapiert: Wenn ein Kind 11 Jahre alt wird, dann brennt auf dem Kranz eine dünne Kerze, und in der Mitte gibt es eine dicke zusätzlich.

Klar, dass es den Kindern am Anfang bis zur ersten dicken Kerze nicht schnell genug gehen konnte, aber das ändert sich im Laufe des Lebens ein wenig...Als bei mir in der Mitte des Geburtstagskranzes 6 dicke Kerzen brannten, da war es offiziell, nicht mehr zu leugnen und eben auch nicht mehr zu übersehen: Ich war 60 Jahre alt, und in diesem Jahr kommt schon die zweite dünne Kerze dazu.

Man könnte in diesem Zusammenhang durchaus von einem gewissen jährlichen Automatismus sprechen. Aber auch das muss man positiv sehen. Als mir eine Freundin einmal erzählte, dass sie gar keinen Geburtstag mehr feiern würde, weil man ja sowieso nur immer älter würde, konnte ich diese nicht zu überhörende, beginnende Resignation mit einem ganz einfachen, aber sehr überzeugenden Spruch relativieren, indem ich ihr sagte: „Sei froh, dass Du jedes Jahr älter wirst, sonst wärest Du nämlich bereits tot!“ Ich gebe zu, dass diese Feststellung etwas drastisch war, aber an ihrem Wahrheitsgehalt konnte die altersverzagte Dame auch nicht rütteln.

Also, am Geburtstag merkt man das Alter sozusagen offiziell, aber es gibt im Laufe des Lebens viele kleine Anzeichen

dafür, die man in jungen Jahren in der Regel allerdings nicht zur Kenntnis nimmt. Später entwickelt sich ein gewisser Verdrängungsmechanismus, der zugegebenermaßen unterschiedlich gut funktioniert.

Ich habe, soweit ich mich erinnere, zum ersten Mal kapiert, dass ich vielleicht doch nicht mehr ganz so jung bin, als unser ältester Sohn in die Schule kam. Da stand der Bursche mit einem ähnlichen Gesicht, wie sein Vater knapp 25 Jahre früher, mit einer großen Schultüte im Arm vor einem roten Backsteingebäude und fürchtete sich ein bisschen vor dem großen Ereignis, auf das er sich doch so gefreut hatte.

Und während ich ihn so anschaute, klickte es plötzlich bei mir irgendwo im Hinterkopf, und ich sah mich selbst mit dieser Tüte, in der allerdings unten ein Papierknubbel steckte, damit nicht so viel Süßigkeiten hineinpassten. 1952 hatten wir es eben alle nicht so dicke. Ich stand vor der Lamberti-Schule in Coesfeld und erwartete Fräulein Aulich. Fräulein war nämlich damals nichts Ehrenrühriges, sonder eine Lebenseinstellung!

Meine Mutter, die nun schon fast 20 Jahre tot ist, hielt meine kleine heiße Hand und hat vielleicht dasselbe gefühlt, wie ich an diesem ersten Schultag unseres Sohnes 1976.

Nach diesem Klick in meinem Hinterkopf verschwanden die Bilder auch bald wieder, und ich machte dem Jungen Mut, für den ja sozusagen jetzt der Ernst des Lebens begann. Außerdem war ich stolz darauf, dass ich schon einen Sohn hatte, der in die Schule ging! Ich war nämlich selbst erst 31 Jahre alt.

Vielleicht ist es dem Einen oder Anderen von Euch ähnlich gegangen. Ich glaube, dass man wohl generell sagen kann, dass man dann zum ersten Mal über sein Lebensalter nachdenkt, wenn die eigenen Kinder Entwicklungsschritte machen, an die man sich selbst noch erinnern kann. Alles, was vor der Schulzeit passiert ist, sind jedenfalls für mich mehr so gesammelte Kind-

heitserinnerungen, ohne dass ich da ganz konkrete Erlebnisse vor Augen habe. Vielleicht habe ich ja auch nur ein schlechtes Gedächtnis.

Komisch war im Rückblick, dass ich bei der Geburt unseres ersten Kindes – und auch bei den nächsten Dreien – keinerlei Reflexionen bezüglich meines Alters hatte. Das lag sicherlich auch daran, dass ich es irgendwie gar nicht so richtig kapiert hatte, dass ich jetzt Vater war, und mit welcher Verantwortung das alles verbunden war. Da machen sich die jungen Leute heute aus meiner Sicht viel mehr, um nicht zu sagen zu viel Gedanken. Wir haben die Kinder einfach gekriegt und sind mit Gottvertrauen oder auch einfach grenzenlosem Optimismus davon ausgegangen, dass alles schon irgendwie klappen würde. Die finanzielle Lage hat uns in diesem Zusammenhang genauso wenig interessiert wie irgendwelche politischen und wirtschaftlichen Entwicklungen, die möglicherweise hätten fatal werden können.

Vielleicht hatten wir in unserer Familie diese kölsche Weisheit: „Es hat noch immer joot jejangé“ oder so ähnlich – wie man das schreibt oder ausspricht kann ich als Münsterländer ja nicht wissen – irgendwie in den Genen; denn unsre Kölner Freunde, die uns dieses Lebensmotto hätten vermitteln können, haben wir erst kennen gelernt, als drei von unseren Kindern schon aus dem Haus waren.

Die Kinder waren im Laufe des Lebens immer wieder Anlass dafür, mal kurz und heftig zu registrieren, dass die ganz Jungen jetzt offensichtlich andere waren als meine Generation.

Das nächste Erlebnis war die Erstkommunion, auch daran erinnerte ich mich ganz genau, und ich sorgte dafür, dass unsere Söhne nicht diese albernen, dunkelblauen Anzüge mit kurzen Hosen tragen mussten, wie das im Münsterland üblich war. Bei unserer Tochter, unserem Nesthäkchen, – später wäre der Begriff „Nesthaken“ ab und zu durchaus zutreffender gewesen – war das

natürlich völlig anders. Sie wollte ich im weißen Kleidchen mit einer großen Kerze in der Hand und einer weißen Schleife im Haar sehen. Da war mir mein Alter völlig egal, und das lag nicht daran, dass ich niemals ein weißes Kleidchen getragen hatte! Ich fand das einfach nur total gut, dass dieses hübsche Mädchen – in unserem Fall hätte man ja auch sagen können „Hübschen-Mädchen“- unsere Tochter war. Da konnte man wirklich sagen: Der Name ist Programm, was sich bei ihr mit zunehmendem Alter nachhaltig bestätigt hat!

Um die Evangelischen, diese liebenswerte Minderheit im Münsterland, nicht zu unterdrücken, soll nicht unerwähnt bleiben, dass sie bei der Konfirmation ihrer Kinder wahrscheinlich ähnlich empfunden haben wie wir Katholiken bei der Erstkommunion.

Ich denke, jeder von Euch wird sich auch daran erinnern, als die Kinder ihren Schulabschluss machten. Als unsere Kinder ihr Abschlusszeugnis erhielten, da kam es mir jedes Mal wieder etwas merkwürdig vor, dass ich nicht als unmittelbar Beteiligter, sondern lediglich als Zuschauer an dieser Zeremonie teilnahm. Man hat dann immer ein bisschen nach links und rechts geschaut und sich leise die Frage gestellt, ob man selbst vielleicht auch schon so alt aussieht wie die anderen Eltern. Beim ersten Kind ging es bei uns ja noch, aber bei unserer Tochter, die 13 Jahre jünger ist als ihr ältester Bruder, musste ich mir eingestehen, dass ich nicht nur so alt aussah wie die anderen Eltern, sondern deutlich reifer als viele von ihnen, vor allem, was die langsam aber sicher schwindende Pracht meines Haupthaars anging...!

Aber vorher hatte ich noch ein echtes Schlüsselerlebnis, das wahrscheinlich der oder die eine oder andere von Euch mit mir teilt. Die Rede ist von der Tanzstunde unserer Kinder. Beim Abschlussball unseres Erstgeborenen sagte der Tanzlehrer:

„Und jetzt fordert die junge Dame den Vater ihres Tanzpartners auf und der junge Mann die Frau Mutter seiner Partnerin.“

Diese Ansage hatte ich in überhaupt keinem Zusammenhang mit meiner Person gesehen. Ganz im Gegenteil: Meine Augen ruhten mit Wohlgefallen auf den jungen Damen, und in meinen Gedanken befand ich mich im Saal der Gaststätte „Döbbeler-Brunn“ auf dem Coesfelder Berg, wo mein Tanzstunden-Abschlussball gefeiert worden war. Dass dieses Ereignis bereits 1962 stattgefunden hatte, war mir in diesem Moment nur sehr bedingt präsent. Stattdessen erinnerte ich mich mit diebischer Freude an einen ganz besonders gelungenen Coup.

Wir hatten nämlich, um den Wettbewerb um die Mädchen nicht zu hektisch werden zu lassen, auf meine Initiative hin unter den Jungen vereinbart, mit der Einladung zum Mittelball mindestens bis zur dritten Tanzstunde zu warten, um sich in aller Ruhe ein Gesamtbild machen zu können, bevor man seine Wahl traf. Damals, nicht anders als heute, gab es bei den jungen Damen und Herren natürlich „sonne und sonne“, eigentlich mehr „sonne“! Mit Kennerblick hatte ich das zur Kenntnis genommen und deshalb bereits nach der ersten Tanzstunde das aus meiner Sicht hübscheste Mädchen zum Schlussball eingeladen. Das war formal nicht gegen unsere Absprache, obwohl ich aus heutiger Sicht, sozusagen mit einem gewissen zeitlichen Abstand, zugeben muss, dass es dem Geist der Vereinbarung nicht ganz entsprach. Deshalb gab es auch ein ziemliches Theater mit entsprechenden Beschimpfungen seitens meiner Klassenkameraden, aber da musste ich durch. Als ich meine Tanzpartnerin und schon ein bisschen Tanzstunden-Liebe nach der dritten Tanzstunde fragte, ob sie schon zum Mittelball eingeladen sei, schüttelte sie den Kopf. Genau so hatte ich mir das ausgedacht, – ich muss zugeben, eigentlich war es ein Tipp von meinem älteren Bruder – und so lud ich sie, absprachegemäß! sofort auch zum Mittelball

ein. Als das rauskam, bekam ich noch größeren Ärger als bei der Einladung zum Schlussball!

Also: Genau bei diesem Ereignis war ich mit meinen Gedanken, als plötzlich eine hübsche junge Dame vor mir stand und mich um einen Tanz bat. Ich sagte natürlich freudig zu und kapierte in meiner Eitelkeit erst auf dem Weg zur Tanzfläche, dass ich in meiner Eigenschaft als Vater unseres Sohnes und nicht einfach so als toller Typ aufgefordert worden war...!

Das war wieder so ein Erlebnis, mit dem man hätte erklären können, dass es für dieses „auf einmal 60“ doch schon einige Vorwarnungen gegeben hat, wenn man sie denn hätte wahrhaben wollen!

Studienabschlüsse machten es unwiderruflich, dass man mittlerweile schon fünf dicke Kerzen in der Mitte vom Geburtstagskranz hatte.

Aber diese Erkenntnis – und ich denke, Ihr werdet mir alle recht geben – wurde noch deutlich getoppt, als man zum ersten Mal diese sehr spezielle Rolle der Braut- oder Bräutigam-Eltern zu übernehmen hatte. Man stand in der Kirche in der ersten Bank, und vorne am Altar heiratete das eigene Kind. Ich muss zugeben, dass das für mich ein ziemlicher Hammer war. Bei Töchtern, die man auch noch selbst zum Altar zu führen hat, sozusagen zur Übergabe, soll das ja noch intensiver sein. Aber dieses Ereignis steht mir noch bevor, wenn ich mal unterstelle, dass unsere Tochter diesen Weg gehen wird.

In der Kirche wird dann bei solchen Ereignissen auch noch geweint, bisweilen ausgesprochen ansteckend, wie zum Beispiel bei der Hochzeit unseres zweiten Sohnes. Da heulte nachher fast die ganze Festgemeinde, allerdings aus Freude und Rührung, wie man mir später glaubhaft versichert hat.

Und wenn man dann in der Gaststätte im dunklen Anzug diese Rede hält und dabei die vielen netten älteren Herrschaften sieht, mit denen man befreundet oder verwandt ist und diese vielen jungen Leute, die mit dem Brautpaar befreundet sind, dann lässt es sich auch nicht mehr verdrängen, dass man offensichtlich schon länger auf der Welt ist.

Und trotzdem oder gerade deswegen genießt man diese Lebensabschnitte der Kinder mit einer ganz dicken Freude im Bauch und auch einer großen Dankbarkeit für diese gemeinsamen Erlebnisse. Bei uns geht in solchen Momenten auch der Blick mal nach oben, weil es ohne die schützende Hand des Herrgotts so viel Glück niemals geben könnte. Jedenfalls glaube ich das!

Und das Tüpfelchen auf dem „I“ bei diesem Erleben des Älter Werdens, das ist das erste Enkelkind. Da schließt sich dann ein Kreis, und das ist etwas so Besonderes, dass es dafür in diesem Büchlein ein eigenes Kapitel gibt, ebenso wie für die Kinder, die mittlerweile ihr eigenes Leben leben.

Natürlich sind es „auf dem Weg zum Greise“, wie Curd Jürgens diesen Prozess einmal besungen hat, nicht nur die konkreten Lebensabschnitte der Kinder, die unmissverständliche Hinweise darauf geben, dass der Lack die ersten Sprünge bekommen hat. Es sind Ereignisse im Beruf und auch viele Kleinigkeiten im Alltag, an denen man merken könnte, wenn man es denn wollte, dass man – wie man so schön sagt – nicht mehr der Jüngste ist.

Von einigen dieser Erlebnisse will ich erzählen und damit Eure Phantasie anregen, Euch selbst zu erinnern, wie und wann bei Euch denn das Alter mal angeklopft hat. Größere Themenbereiche werden gesondert behandelt, aber das habt Ihr ja sicherlich beim Studieren der Gliederung bereits festgestellt.