

Denise Buser
Die Altenboomer

Autorin und Verlag danken für die Unterstützung:

walter haefner stiftung

Der Zytglogge Verlag wird vom Bundesamt für Kultur mit einem Strukturbeitrag für die Jahre 2021–2025 unterstützt.



© 2025 Zytglogge Verlag, Schwabe Verlagsgruppe AG, Basel

Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Karin Reber

Korrektur: Philipp Hartmann

Covergestaltung: Hug & Eberlein, Leipzig

Layout/Satz: 3w+p, Rimpar

Druck: CPI books GmbH, Leck

Herstellerinformation: Zytglogge Verlag, Schwabe Verlagsgruppe AG,

St. Alban-Vorstadt 76, CH-4052 Basel, info@zytglogge.ch

Verantwortliche Person gem. Art. 16 GPR: Schwabe Verlag GmbH,

Marienstraße 28, D-10117 Berlin, info@schwabeverlag.de

ISBN: 978-3-7296-5206-4

www.zytglogge.ch

Denise Buser

Die Altenboomer

Was das Leben jetzt verspricht

ZYT G L O G G E

Inhalt

I. Aufmunterung als Vorwort	7
II. Vergänglichkeit im Bild	17
1. Akt der alten Frau: Die letzte Kühnheit	17
2. Je ne regrette rien	30
3. Schönheit selbst definieren	49
4. Verletzlichkeit zeigen	69
Erster Zwischenhalt: Überforderung	81
III. Filme/Oper	89
1. Aus der Rolle fallen und improvisieren	89
2. Totentanz aufführen	103
3. Kostbare Momente schenken	109
Zweiter Zwischenhalt: Würde im Alter	117
IV. Politik/Glaube	123
1. Herzblut	123
2. Trost und Hoffnung	127
V. Ausblick	137
Dank	145
Anmerkungen	147

I. Aufmunterung als Vorwort

«Bist du wieder in der Wohnung hinter dem Friedhof untergebracht?», will mein Bekannter aus Berlin beim Wiedersehen wissen.

«Ja, alles ist gleichgeblieben, es gibt nur ein paar neue Gräber.» Oh, der perfekte Auftakt für das Alters-Essay.

Der leicht ironische Unterton betrifft vielleicht die Frage, ob es der richtige Zeitpunkt ist, im 66. Lebensjahr ein Essay über den letzten Lebensabschnitt zu schreiben. Darüber, was die zweitausendsechshundert Jahre alte Zeile der griechischen Dichterin Sappho «alterslos kann man nicht werden» für meine Generation bedeutet, die sich von Babyboommern in Altenboomer verwandelt hat.

Ich muss nicht mehr darüber rätseln, ob ich tatsächlich biologisch, psychologisch, sozial und/oder kulturell alt bin, sondern es geht um die interessantere Frage, was nun werden soll. Überraschenderweise fühlt sich die Frage keineswegs beängstigend an. Im Gegenteil! Als ich neunzehn Jahre jung war und gerade mit dem Studium beginnen wollte, verlor mein Vater seine Arbeitsstelle und sollte nie mehr eine neue finden.

Für mich begannen die Gänge aufs Stipendienamt und die miserabel bezahlte Aushilfsarbeit an der Kasse eines Warenhauses. Der Einstieg in die lang ersehnte Welt des Wissens war anstrengend und

verlangte mir wegen fehlenden Verbindungen und eher bescheidenem Talent sehr viel Fleiß ab. So aufregend die nachfolgenden Jahre wurden – und interessant waren auch die schwierigen Zeiten –, sie gingen nicht ohne Beklemmungen, Stress und Unsicherheiten vonstatten. Solchen Sorgen und Krisen kann man im Alter mit größerer Gelassenheit begegnen.

Jeder Blödsinn wurde schon gesagt über das Alter – und natürlich auch jede Weisheit. Der philosophische Coach Seneca schreibt in seinem 18. Brief an den Rat suchenden Lucilius, dass der Arme sorgenfreier sei als der Reiche, weil keine Ungunst des Schicksals ihm noch etwas entreißen könne. Im Reichtum tue man deshalb gut daran, Armut immer wieder einzuüben, um zu erkennen, dass die Beschränkung eigentlich gut auszuhalten sei. «Das bedeutet, den Schicksalsschlägen zuvorzukommen», schreibt Seneca und rät Lucilius noch: «Beginne mit der Armut vertraut zu werden.»¹

Senecas Grundlage ist die Gelassenheit gegenüber dem Leben, die Stürme zu akzeptieren, um sie besser zu ertragen. Das Rezept taugt auch für das Alter. «Lasst es [das Alter] uns annehmen und lieben, es ist voller Freude, wenn man es zu nützen versteht»,² frohlockt Seneca. *Chill mal*, bringt es die heutige Formel auf den stoischen Punkt.

Was heißt das nun für das heutige Altsein? Wie kann ich es einüben? Wie entdecke ich die Freuden des Alters? Wie kann ich lernen, dass seine Be-

schränkungen nicht nur zu ertragen, sondern in aller Regel gut auszuhalten sind? Und zwar vor dem Hintergrund, dass das Alter heute so viel länger, die Mentalität alter Menschen insgesamt selbstbewusster, erlebnisoffener, aktiver ist, und die Möglichkeiten, es zu erleichtern, so viel zahlreicher sind.

Manchmal erhellt das Gegenteil den Ausgangspunkt. Auf dieser Spur suchte ich in Bibliothekskatalogen nach Büchern von der Jugend über die Jugend. In einer Pause im Park sah ich ein Bild von Anmut und Lässigkeit, das zwei picknickende junge Frauen auf einer Parkbank neben einer blühenden Glyzinie abgaben. Die eine hatte das Bein unter ihre Sitzfläche gezogen und aß ihren Snack, ohne das Plaudern mit der Freundin zu unterbrechen. Diese befand sich ebenfalls rittlings auf der Bank, so dass sich die jungen Frauen wie auf einer Wippe gegenüberübersaßen. Ihre Haare hatten sie zu langen Pferdeschwänzen gebunden, die auf und ab hüpfend dem Bild einen symmetrischen Anflug gaben, eine doppelte Lebendigkeit, eine zweifache Geschmeidigkeit, die von der einen zur anderen hin und her sprang.

Das ist das genaue Gegenteil von Alter, ging mir durch den Kopf. Kämen diese jungen Menschen je auf die Idee, ein Essay über die Jugend zu schreiben? Sie leben diese gerade und müssen nicht darüber nachdenken. Würden sie das Wesen der Jugend sezieren, würde zwar ein Zuwachs an Bewusstheit resultieren. Die beiden jungen Frauen begannen vielleicht, ihre Jugend auf eine altkluge Weise zu

genießen – so, wie man sich im Alter vorstellt, ihnen zuzurufen: «Hey, kostet diese verrückt kurze Zeit des Aufbruchs mit dem ganzen Wissen um ihre Einzigartigkeit und Unwiederbringlichkeit aus!» Doch ginge der Preis für dieses hyperbewusste Erleben der Jugend nicht unweigerlich auf Kosten der großartigen Entspanntheit und Frische, die nur Jugend ausstrahlt, ohne sie erklären zu müssen?

Den letzten Akt des Lebens begehen wir mit den Erfahrungen, die wir zeitlebens angesammelt haben. Unbekümmertheit ist nicht mehr möglich, dafür wissen wir zu viel. Das ist gut so. Mit zunehmendem Lebenslauf wird ein Kipppunkt überschritten, an dem Bewusstheit nützlich wird und sinnvoll eingesetzt werden kann. Denn der überschäumende Instinkt, mit dem die Jugend Probleme löst, oder auch nicht löst und sie trotzdem überwindet, ist aufgebraucht. Im Alter ist dieser instinktive Problemlösungsautomatismus ausgeleiert. An seiner Stelle hilft uns jetzt der bewusste Umgang mit den gesammelten Erfahrungen, und zwar so sehr – und das ist eine These dieses Essays –, dass er mindestens ebenso wie das experimentelle Gegenwartserleben in der Jugend befriedigend und beglückend sein kann. Es geht darum, Bewusstheit als Genuss zu erkennen und diese Einsicht nach Lust und Laune einzusetzen und zu verfeinern.

Doch warum soll man aus dem allmählichen Ausleiern der Kräfte ein bewusstes Altersprojekt machen und sich wieder abmühen? Es hindert uns nichts da-

ran, zuerst einmal auszuschlafen und dann darüber nachzudenken. Mit dem Ausschlafen hat man bereits die erste Lektion des Genusses bestanden.

Mich hat das Ende des Weckerklingelns von fünf- und zwanzigjährigen Schlafproblemen befreit. Zwar haben viele Nächte immer noch große Löcher, aber statt sofort nach Tabletten zu greifen, um irgendwie auf sechs Stunden Notschlaf zu kommen, damit das Pflichtpensum des Folgetags bewältigt werden kann, knipse ich nun die Lampe an und lese in einem Lieblingsbuch oder höre im Dunkeln leise Radio. Es kann bis zu 1,5 Stunden dauern, aber früher oder später klappen die Augenlider sanft zu, und ich erwache erst wieder, wenn die Regeneration abgeschlossen ist. Guten Morgen – die Sonne steht zwischen 8 und 9 Uhr immer noch sehr verjüngt da, der perfekte Start in einen neuen Tag.

Genügend Schlaf ist ein Geschenk, und ich packe es jeden Tag sorgfältig aus.

Das Gute nicht für selbstverständlich nehmen. Das Bewusstsein entwickeln, solche Geschenke als Privilegien des Alters zu erleben. So heißt diese zweite Lektion, und wie gezeigt, kann man sie im Schlaf lernen.

Und noch eine gute Nachricht: Du bist in diesem Altersprojekt deine eigene Lehrmeisterin, bestimmst den Stoff, die Intensität des Lernens und die Länge der Pausen selbst. Haben wir uns in der Jugend nicht so eine Schule erträumt?

Die nächste Lektion heißt das Bächlein-Syndrom. Ich kann mich am Anblick eines glucksenden Bächleins so sehr ergötzen, dass es mir selbst lustig vorkommt. Wasser hat mich schon immer fasziniert. Früher musste es ein Meer sein, doch das bedeutet *nicht*, dass ich mich heute mit einem Bächlein *begnüge*. Das Meer zieht mich nach wie vor an, aber das Bächlein ist jetzt eine eigene Genusskategorie geworden, die ich mir tagtäglich verschaffen kann.

Es kommt immer wieder vor, dass mir jemand eine neue Spaziervariante verrät, mit einem noch unbekannten Bächlein, dem Muschelbach beispielsweise. Es durchrieselt mich ein Glücksschauer, wenn ich den neu entdeckten *Panta rhei* (alles fließt) entlang schlendere und ein Schwarm *Nasen* eine Weile neben mir herschwimmt, bis die Fische in den Lichtreflexen eines plötzlich einfallenden Sonnenstrahls verschwinden.

Weil ich viel mehr Zeit habe, gehe ich nur noch schöne (Um-) Wege zum Ziel und denke dabei an die jugendlichen Traceurs, die ihren Kitzel gerade aus dem Gegenteil beziehen, indem sie auf schnurgeradem Weg von A nach B alle Hindernisse mit ihrer schieren Sprungkraft überwinden. Mich fordert jetzt die Suche nach der schönsten Route heraus, mag sie auch doppelt so lang sein, um mit dem Fahrrad auf möglichst zusammenhängenden Naturwegen in die Stadt zu gelangen. Bei Regenwetter spaziere ich durch den Park, wo die Tropfen wie ein geplatzttes Diamantenkollier auf den Grashalmen

zittern. Dafür nehme ich in Kauf, erst bei der übernächsten Tramhaltestelle einzusteigen.

Das zunehmende Alter hat mir noch einen anderen Sinn geschärft. Den Sinn für Entdeckungen von Großartigem fünf Minuten unterhalb der Superlative. Die berechtigte Dominanz von Spitzenwerken in Kunst und Kultur soll hier keine Sekunde in Abrede gestellt werden. Aber ich habe keine Lust auf endlose Warteschlangen mehr, um in die tausendfach geteilte Nähe der Meisterwerke und seltenen Meisterinnenwerke zu gelangen. Denn es gibt berührende Kunstwerke von übersehenen kreativen Menschen (z. B. in kleinen, selten besuchten Museen), faszinierende Wechselausstellungen in nur einer Vitrine, Hervorragendes aus der Provinz – kurz: herrliche Trouvaillen, glücklich machende Zufallsentdeckungen, die es kaum aus Gründen der Qualität nicht oder noch nicht in die große Öffentlichkeit geschafft haben.

Zum ersten Mal habe ich das in einem afrikanischen Museum für moderne Kunst entdeckt, in dem ich stundenlang die einzige Besucherin war. Damals war ich geradezu schockiert über das Missverhältnis der Erstklassigkeit der ausgestellten Kunstwerke und ihrer Unbekanntheit in unseren Breitengraden. Keine zwei Meter vom Hype entfernt oder fünf Minuten unterhalb der Glanzstücke wartet das Hervorragende, das man noch selbst entdecken und fast alleine bestaunen kann.

Den letzten Lebensabschnitt bewusst zu gestalten ist eine Möglichkeit, mit dem herannahenden Tod, der Bilanz über begangene Fehler und persönliche Sternstunden, dem körperlichen Verfall umzugehen. Im Alter Windeln tragen. Als menstruierendes Wesen kennt man es: Die überspielte Verzweiflung in einer wichtigen Geschäftssitzung, damals, wie viele Jahre ist das her, ob die Binde oder der auf die Blase drückende Tampon gerade am Überlaufen ist und die helle Baumwolle des Sommerkleids mit peinvollen Flecken gemustert hat. Wo frau den ekligen Stempel entsorgen soll.

Mehr als ein Jahrzehnt bin ich von dieser Blutpein entfernt und vielleicht auch noch einmal ein Jahrzehnt vom Inkontinentztampon. Zwanzig befreite Jahre – wenn das kein Grund ist, es einmal ausdrücklich zu notieren.

Wenn ich das gesammelte Glück meines bisherigen Lebens zusammenrechne, dann komme ich vielleicht auf gute eineinhalb Jahre am Stück – es hat sich zweifellos gelohnt –, aber ich ahne, dass sich noch ein paar sehr gute Stunden anhängen lassen. Dabei werden mir alle Altersgenoss:innen zustimmen: Zum Glück muss man im Alter nicht mehr durchstarten, Schrittempo tut es auch. Und trotzdem gibt es noch einmal Intensitäten, die dem Alter vorbehalten sind.

Dass Alter nicht nur Verlust, sondern auch eine große Befreiung ist – das ist der rote Faden, der mich interessiert.

In den folgenden Kapiteln gehe ich von drei Überlegungen aus, die anhand von Beispielen aus Kultur, Politik und Glaube beleuchtet werden:

- Das Leben ist ein Kontinuum, das Alter ist davon nicht abgetrennt. Auch im Alter können wir lernen und erleben.
- Muss man für ein gutes Alter reich sein? Eine Relativierung tut not.
- Im Austausch mit der Jugend zu bleiben, tut dem Alter gut.

II. Vergänglichkeit im Bild

1. Akt der alten Frau: Die letzte Kühnheit

Es ist das Jahr 1905. Ein junger Maler, der vor kurzer Zeit sein erstes Atelier in Berlin bezogen hat, steht vor der Staffelei mit der noch leeren Leinwand. Ihm gegenüber sitzt eine alte Frau auf einem Biedermeierstuhl. Durch große Fenster strömt das Tageslicht hinein und leuchtet die Sitzende hell aus. Die alte Frau ist nackt. Ihre mächtige rechte Hand bedeckt nicht das Geschlecht, sondern ruht auf dem schön aufgegangenen Brotlaib ihres Bauches. Der junge, konzentriert blickende Mann in Anzug und Krawatte beginnt mit dem Bild «Akt der alten Frau». Sie ist die Putzfrau, die sein Atelier reinigt, und es brauchte möglicherweise mehrere Anläufe, sie zu überreden, ihm Modell zu sitzen – für einen Akt, wie er ihr von Anfang an klarmacht.

Heute existiert nur noch eine Fotografie in Schwarz-Weiß vom Originalbild. Laut der ersten Ehefrau war das Ölgemälde bei Ausbruch des Zweiten Weltkriegs in der Autogarage verstaubt worden, die bei einem Luftangriff 1944/45 zerstört wurde. Der Maler lebte damals mit seiner zweiten Frau im Exil in Amsterdam, später in New York, wo er 1950 mit 64 Jahren starb.



Akt der alten Frau, Max Beckmann, Berlin 1905 (Gemälde zerstört), Fotografie in S/W; Bayerische Staatsgemäldesammlungen, München, Max Beckmann Archiv, Fotograf: unbekannt.

Wie viel Mut und Überwindung braucht es wohl, um als gealterte Frau für ein Aktgemälde stundenlang Modell zu sitzen? Der damals 21-jährige Max Beckmann hat den alten Leib ungeschminkt und ungeschönt gemalt, jedoch mit Augen voller Achtung für das gelebte Leben seines betagten Modells. Auf dem Bild ist die Frau nackt, aber nicht entblößt; sie ist ohne Scham und wirkt in sich ruhend.

Diese stille, wie selbstverständliche Nacktheit ist auch auf der Fotografie gut sichtbar.

Die alte Frau schaut dem Maler nicht bei der Arbeit zu, scheint sich aus der vielleicht anfänglichen Befangenheit gegenüber der besonderen Situation gelöst zu haben, hängt eigenen Gedanken nach. Wie alt mag sie tatsächlich sein? Da damals die Menschen schneller alterten, ist sie vielleicht keine sechzig Jahre alt. Sie arbeitet noch immer als Putzfrau im Haushalt des Malers, vielleicht auch in anderen Häusern. Höchstwahrscheinlich hat sie mehrere Schwangerschaften und die nie abbrechende Fron einer Frau aus den unteren Gesellschaftsschichten hinter sich. Das fortgeschrittene Alter schützt sie nicht davor, mit tätiger Arbeit Geld zu verdienen. Ihr Körper gibt das her. Sie wirkt alt, aber einigermaßen gesund. Das Leben wird sich in nicht allzu weiter Ferne abrunden, und bevor sie geht, zeigt sie sich nochmals in ihrer Fülle. So malt sie der Maler, so geht es ihr vielleicht durch den Kopf.

Weshalb hat sich Beckmann für die alte Frau entschieden, warum hat er nicht seine junge künftige Ehefrau mit ihrem schönen Erscheinungsbild gegeben, ihm Modell zu sitzen? Vielleicht interessierte er sich einfach mehr für die zerfließende Landschaft eines alten Körpers, der nicht leicht zu malen ist, will er nicht einfach nur die Banalität des Verwelkens dokumentieren.

Ganz am Rand frage ich mich, inwiefern auch hier der in der Kunstgeschichte typische männliche

Blick auf den weiblichen Körper eine Rolle spielt. Immerhin ist Beckmann von den gängigen Vorbildern über Jugend und Schönheit abgewichen. Ein gewisses Flair des jungen Malers für die erotische Mütterlichkeit des Modells schließe ich auch nicht aus.

Es ist schwierig, dem gealterten Körper Gerechtigkeit widerfahren zu lassen, denn es besteht die Gefahr, dass der Verfall in der Zweidimensionalität eines Bildes stärker hervortritt als in der Wirklichkeit. Das passiert, wenn die Leinwand das Lebendige des Originals, die stumme, aber spannungsgeladene Körpersprache nicht einfangen kann. Das Abbild, fixiert in der Fläche, erscheint dann leblos und falsch (wie die zu krass wirkenden Fotobearbeitungen bei zu eiteln Berühmtheiten).

Beckmann hat es richtig gelöst. Die nackte Putzfrau auf dem Gemälde kommt mir nicht beleidigt vor, obwohl ihr der junge Maler vielleicht unmissverständlich zu verstehen gab, dass ihn gerade die Falten am alten Körpergebirge besonders interessieren. Er hat den verwelkten Körper gemalt und auch die Unverzagtheit der alten Frau, dass sie mit genau diesem Körper noch einige Jahre leben wird. Der Maler hat die Überlegenheit einer alten Frau aus bescheidenen Verhältnissen, die ihr Leben trotz der materiellen Beschränktheit gut gemeistert hat, erkannt und auf die Leinwand gebracht. Er hat diese in sich ruhende, selbstgewisse Körperlichkeit mitge-

malt und so für die Würde der alten, nackten Frau einen Ausdruck gefunden.

Beckmann hat im selben Jahr ein Selbstbildnis gemalt, das ihn als nachdenklich blickenden Mann zeigt – ein auffallend ordentlicher junger Künstler mit Anzug, Weste und Krawattenknopf. Trotz der betulichen Aufmachung ist seine Jugendlichkeit von 21 Jahren gut zu sehen. Wahrscheinlich kennt die alte Frau den Künstler und sein Atelier seit einiger Zeit, bewundert den Fleiß des jungen Mannes. Von seinem Selbstbildnis geht eine Stille und Reife aus, die sie vergewissern, dass er ihren abgelebten Körper nicht verhöhnen wird. Vielleicht musste sie nicht einmal lange überredet werden.

Ich versuche mir vorzustellen, wie der «Akt der alten Frau» in den echten Farben ausgesehen hat. Für das Selbstbildnis und andere Bilder aus jener Zeit verwendete Beckmann die Farben lichter Ocker, Cadmiumgelb, Chromoxidgrün sowie Schwarz- und Grautöne. So mag er den hellen Ocker für das Fleisch der alten Frau und für die Schattenzeichnung das Chromoxidgrün auf der Leinwand eingesetzt haben. Für den Kontrast in den gefurchten Gesichtspartien tippe ich auf dunkles Malvenrot, während auf dem Selbstbildnis als junger Mann rosige Wangentöne vorherrschen.

Die Gestalt auf dem Aktbild ist nicht mehr schön. Weder die alte Frau noch der junge Maler stellen das in Abrede. Doch immer noch trägt sie die physische Fülle durchs Leben, und das ist ihr Zweck

schlechthin. Beckmann hat das mitgemalt. Eine zwar angejahrte, aber starke Frau. Kräftige Hände und Füße lassen auf ein arbeitsames Leben schließen, das auch von finanzieller Enge definiert wurde. Ein eher hartes Leben liegt hinter ihr, das nun durch diesen künftigen Künstler von Weltrang gewürdigt wird. Das Bild ist kein Portrait, das den Namen der Abgebildeten trägt. Der Maler hat vielmehr ihren weiten Weg dargestellt, der schon abgeschritten ist. Der Körper als Lebensbuch, in dem die guten und schlechten Zeiten eingeschrieben sind.

Mein Aktbild stammt aus jungen Jahren. Ich saß in einem Mansardenzimmer im italienischen Urbino. Meine Zimmervermieterin, mit der ich mich angefreundet hatte, war wie ich Studentin der Kunstgeschichte. Wir beschlossen, das Doppelportrait der adligen Schwestern nachzustellen, auf dem die eine die Brustwarze der anderen zwickt. Der Selbstauslöser des Fotoapparats konnte auf sieben Sekunden eingestellt werden. Als meine Fingerzange die holde Knospe meiner Seelenschwester sanft zwickte, prustete sie augenblicklich los, ganz im Unterschied zum Originalbild, auf dem die barbusigen Schwestern Gabrielle und Julienne-Hippolyte d'Estrées keine Miene verziehen. Gräfinnen genießen lautlos, mochte sich der unbekannte Maler aus der Schule von Fontainebleau gedacht haben, während wir uns vom Kitzel hinreißen ließen. Heute betrachte ich die fotografische Lachbombe aus den Achtzigerjahren als unser Essay über die Jugend.

Aber wäre es nicht einen Versuch wert, das Doppelportrait so viele Jahrzehnte später noch einmal nachzustellen? Würde sich der Lachausbruch von damals wiederholen? Wen wage ich anzufragen? Mit wem zusammen hätte ich überhaupt Lust, eine solche Aktion einzugehen? Ich überlege mir die verschiedensten Kombinationen und merke, dass es auch um die Frage geht, wem ich meine Nacktheit noch zumuten würde.

Museumsbesuche

Meine sehr junge Freundin (die altersmäßig meine Tochter sein könnte) schlägt vor, uns bei gemeinsamen Museumsbesuchen ein Motto vorzugeben. Wie werden Frauen dargestellt, abgesehen von den endlosen Maria-mit-Kind-Gemälden? Gibt es Kunstwerke, auf denen berufstätige Frauen abgebildet sind? Das bislang älteste bekannte Selbstbildnis stammt von der Renaissance-Malerin Catharina van Hemessen³ aus Antwerpen (1528–nach 1567). Sie malt sich bei der Arbeit, also an der Staffelei, und auf der Leinwand erkennt man schon die erste Skizze für das Selbstportrait. Während sie vermutlich in einen Spiegel blickt, um für uns Betrachtende das darzustellen, was sie sieht, sehen wir gleichzeitig die Anfangsskizze auf dem Gemälde, als könnten wir Zeuge sein, wie ein Selbstbildnis in Echtzeit entsteht.

Eine Winzerin mit Hacke in einem Rebberg entpuppt sich hingegen als Sinnbild für eine Muse. Aber wenn man den Bildtitel weglässt, ist es nicht

weit bis zur Vorstellung, dass der Maler aus einem früheren Jahrhundert die eine oder andere reale Weinbäuerin als Vorbild genommen hat. In einer Gesamtschau aus der holländischen Portraitmalerei finden sich Scharen von Männern in allen Altersgruppen und Lebenssituationen und in den vielfältigsten Kostümierungen. Das berühmteste Bild des Malers Frans Hals, dem diese Ausstellung gewidmet ist, ist allerdings das einer Frau. Es ist die «Malle Babbe», die mitten in einem verrückten Lachanfall verewigt wird – die eine Hand um einen großen Trinkkrug geschlungen, als wäre er der wichtigste Halt in ihrem Leben. Die Lebenslust steht der Portraitierten ins Gesicht geschrieben, obwohl ihr reales Leben in einem Arbeitshaus der Sozialfürsorge um 1635 herum wahrscheinlich nicht besonders lustig war.

Bei den nächsten Museumsbesuchen, die ich – mit der Idee der Freundin – alleine mache, halte ich Ausschau nach Darstellungen alter Frauen. Es geht nicht um wissenschaftliche Resultate, sondern um das Vergnügen an solchen erfundenen Hausaufgaben, die zu immer weiteren Beobachtungen führen. So ist zum Beispiel auf dem Bild der alten Mutter von James McNeill Whistler von 1872 diese Mutter erst 67 Jahre alt, auch wenn sie wie eine 15 Jahre ältere Greisin wirkt. Er hat sie wegen ihrer schon einsetzenden körperlichen Schwäche sitzend im Ganzkörperseitenprofil mit schwarzem, bodenlangem Witwengewand gemalt. Die früher verbreitete vor-

zeitige Alterung wurde durch die Plackerei des damaligen Alltags verursacht. Bei Frauen kamen die Nachwirkungen der jahrelangen, manchmal jahrzehntelangen Abfolgen von Schwangerschaften hinzu, was durch die drei K befördert wurde: Kirche, fehlende Kondome und eine grausam hohe Kindersterblichkeit.

Wie von Anfang an vermutet, hat das Thema der alten Frau in der Kunst eher Seltenheitswert, was sich bis heute nicht geändert hat. Auch bei den Abbildungen junger und mittelalter Frauen gibt es mehr Lücken als Facettenreichtum. Es mag sein, dass bei Einbezug der musealen Lagerbestände das Resultat anders ausfiele. In der öffentlich präsentierten Sammlung werden vor allem die berühmten Bilder gezeigt, die den gesellschaftlichen Rollenbildern der Zeit entsprechend eher aus der männlichen Welt stammen. Die raren Fundstücke und überraschenden Ausnahmen von dieser Geschlechternorm aufzuspüren und sie mit dem eigenen Leben abzugleichen, macht enormen Spaß.

Altersmut

Mir macht der «Akt der alten Frau» von Max Beckmann auch Mut. Mut, das Alter nicht nur als Kränkung zu sehen. Nicht beleidigt zu sein, wenn die Bahnbeamtin am Schalter darauf aufmerksam macht, dass ab Eintritt des Rentenalters Anrecht auf eine Vergünstigung besteht, und es klar wie Kloßbrühe ist, dass sie keine Sekunde daran zweifelt, dass

dieser Moment bei dieser Kundin schon eingetreten ist. Nicht gekränkt sein, wenn plötzlich und ungefragt persönlich adressierte Werbebriefe für Silberlockenmagazine, neue Hörgeräte oder Brillen im Briefkasten liegen. Sich nicht empören, wenn ein fremdes Kleinkind auf der Straße mit freudigen Oma-Oma-Rufen auf mich zu rennt, weil sie mich mit ihrer echten Großmutter verwechselt hat (wie ihre Eltern, nicht die Bohne verlegen, beteuern).

Schon allein wegen der Geburtstagsfeiern weiß man, dass man älter und alt wird. Dieses Wissen sickert ebenso allmählich wie der biologische und psychologische Alterungsprozess in mein Bewusstsein ein, so dass es leichtfällt, es lange zu ignorieren. In einer sanften Blindheit vergehen die Jahre, auch wenn man die Alterssprünge im Bekanntenkreis seltsam klar sieht. Wird man selbst von außen mit der altersgerechten Wahrhaftigkeit konfrontiert, ob humorvoll oder rein faktisch, ist es nur ein kleiner Schritt dazu, sich gekränkt zu fühlen. Eine Mutter erzählt dem Sohn, dass sie häufiger friere. Die Haut älterer Frauen werde mit den Jahren dünner, meint er, worauf sie sich beleidigt abdreht.

Eine Freiheit kann man sich gleich von Anfang an herausnehmen: dem Gefühl des Gekränktheits die Tür zu weisen. Für ein Interview über die schreiende Geschlechterungerechtigkeit in der katholischen Kirche schickte mir ein junger Journalist im Voraus einen Fragebogen, auf dem zuoberst mein Name und in Klammern (66) vermerkt war. Muss das

sein, ging mir durch den Kopf, noch bevor ich die erste Frage las. «Unbedingt», sagte mein Alter Ego, die innere Freundin, mit der ich seit Jahrzehnten Gespräche führe, «denn die Altersangabe ist aufschlussreich für das Publikum, das hinter deinen gesammelten Klugmeiereien den Menschen und deine Baumringe spüren will.»

Sex im Alter

Mit dem Aktbild einer bejahrten Frau ist der Gedanke an Sex im Alter nicht zwingend verbunden, aber so weit entfernt ist er auch nicht. Gibt man in den digitalen Suchmaschinen die Frage nach Sex im Alter ein, kommt eine Gegenfrage: «Meintest Du: *Kein* Sex im Alter?»

Da ist er wieder, der trockene Humor von Siri, der mir so gut gefällt und außerdem perfekt zum Thema passt. Noch lustiger oder beklemmender wird die Frage nach Sex im Alter bei der fortgeschrittenen Version von Siri, der KI, beantwortet: «Möchtest Du nicht über etwas anderes sprechen?»

Geht man in der Geschichte rückwärts, wird es auch nicht besser: Es ist geradezu auffällig, wie sehr *die* philosophischen Experten fürs Alter, Cicero und Seneca (beide in ihren Sechzigern) und später zumindest stillschweigend der englische Schriftsteller und Essayist John Cowper Powys, in ihrer Einschätzung übereinstimmten, dass *kein* Sex im Alter zu

den Vorteilen dieser Lebensphase gehöre. Auf den Nullpunkt gebracht, klingt das bei ihnen so:

Endlich kein Sexstress mehr.

Endlich Zeit für wichtigere Dinge.

Endlich das Bett für sich alleine haben.

In einer philosophischen Altersschrift, in der die stoische Ruhe und Gelassenheit beworben wird, ist es vielleicht das literarische Mittel des Kontrapunkts, das hier eingesetzt wird. Aber gleich so apodiktisch, meine Herren Philosophen?

Sex ist für mich immer mit Spiel verbunden, und ich glaube, das rettet ihn ins Alter. Man kann ja auch alleine spielen. Mit dem Gedanken an den *homo ludens* kann ich sogar noch der Erkenntnis von Friedrich Schiller gerecht werden: «Der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Worts Mensch ist, und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.»⁴

Aber wie geht Spielen im Alter? Wenn dir das geliebte Wesen vorschlägt, ein paar biologische Olivenöle zu verkosten – eine Degustation, die angesichts des künftigen Einsatzes als Grundlebensmittel nicht sinnlos ist –, könntest du die Idee ergänzen: Lass es uns an einem späten Nachmittag nackt tun, wenn die Sonnenlamellen die Zimmerwand so mustern, dass es an Lavendelfelder und Provence erinnert. Wie diese zauberhafte Degustation wohl ausgeht? Vielleicht nur mit der Entdeckung des beidseitigen Favoriten. Oder soll ich eine Kostprobe

auf meinen Busen gießen und du entscheidest, wie du sie probieren willst?

Sex im Alter klingt für mich falsch, wenn ich davon ausgehe, dass das Leben ein Kontinuum und die letzte Etappe demnach kein abgetrennter Teil davon ist. Es gibt ja auch nicht das Sexverhalten von Frauen zwischen vierzig und fünfzig, oder nur in Umfragen. Das individuelle Sexleben ist ebenso dionysisch, abgründig und verzwickte, wie man es an sich selbst am besten beobachten kann. (Von den strafrechtlichen Formen rede ich hier nicht, sondern von der Vielfalt sexuellen Erlebens.)

Interessanter als Umfragen geben Höllendarstellungen auf mittelalterlichen Gemälden Einblick in sexuelles Begehren, das unter dem Deckmantel religiöser Abschreckung seine ganze freizügige Ikonografie entfalten kann. Besonders barocke Kirchen mit ihren überbordenden Bilderfluten erinnern dabei an Multiplexkinos vor ihrer Zeit. Den Gipfel der Unverfrorenheit stellt Jheronimus Bosch (um 1450–1516) mit seinem Garten der Lüste dar, der an Einfallsreichtum, Detailversessenheit und akribischer Lust, die Lust zu malen, kaum zu überbieten ist. Sex ist ein Spiel, bei dem Fantasie eine große Rolle einnimmt, und er kann so ins Alter gerettet werden. Man kann auch nur die Fantasie walten lassen. Oder beim nächsten Museumsbesuch mit dem Lieblingsmenschen berühmte Gemälde nach erotischen Stimmungen absuchen, sich warmreden und den Abend kuschelnd ausklingen lassen.

Ich mache ein Selfie vor dem großen Bocca della Verità des Spiegelschranks. Ein Selbstakt. Wie entwaffnend ehrlich. Je länger ich mit dem Knipsen warte, desto weicher wird der Anblick, auch dank der einsetzenden Dämmerung. Der erste Schreck weicht dem Bewusstsein, was mir dieser Körper geschenkt hat. Er hat mir Wiedergutmachung nach einer schlimmen Erkrankung geschenkt. Er hat mir geholfen, meine Lebensentwürfe zu erfüllen. Er hat mich mit anderen Menschen nah verbunden. Es wäre seltsam, würde er keine Spuren des Verbrauchs zeigen.

2. Je ne regrette rien

Die französische Chansonnière Edith Piaf hat diese Erkenntnis hingebungsvoll besungen. Der römische Politiker und Philosoph Cicero formulierte es in seiner Schrift über das Alter wie folgt: «Ich bereue es nicht, gelebt zu haben.»⁵

Das könnte auch als Motto über der außergewöhnlichen Biografie von Anna Louisa Karsch (1722–1791) stehen, die in jungen Jahren als Kuhhirtin und verstoßene Ehefrau in der schlesischen Provinz darbt und in der zweiten Lebenshälfte als Dichterin in Berlin gefeiert wurde.

Ein Landbaron, der ihr lyrisches Ausnahmetalent erkannte, hatte sie kurz vor ihrem vierzigsten Geburtstag in die aufstrebende Großstadt geführt und bei einer vermögenden Familie untergebracht. Die Zukunft sah plötzlich rosig aus: Heiße Schokolade

zum Frühstück, ein warmes Schreibzimmer und viel Applaus für ihre Dichtkunst. Auch wenn es danach wieder härtere Zeiten gab, weil sie sich mit ihrer Gastfamilie überwarf.

Bis an ihr Lebensende blieb ihr der passionierte Literaturnetzwerker Johann Wilhelm Ludwig Gleim in Freundschaft verbunden. Drei Jahrzehnte lang. Er bewunderte und befeuerte ihre lyrische Originalität, sorgte für ein Grundeinkommen und half ihr bei der Publikation eines Gedichtbands.

Im letzten Lebensjahr der Karschin, wie sie genannt wurde, fertigte der Prominentenmaler Karl Christian Kehrler von ihr ein Altersbildnis an, das er ihrem Hauptfan anbot und das bis zum heutigen Tag im Gleimhaus in Halberstadt hängt.

Anna Louisa Karsch trägt darauf einen Kopfputz aus leichtem, fast durchsichtigem Stoff, nur mit einer Schleife dekoriert. Es ist eine sogenannte Dor-meuse oder Schlafhaube. Die Trägerin, nunmehr 69 Jahre alt, dürfte weitgehend kahl sein, wirkt aber durch die geschickt gebauschte Haube vorteilhaft aufgemacht. Unter der dünnen, gespannten Gesichtshaut späht schon der Totenschädel hervor, aber da sind die rosigen Wangen und das dezente Lippenrot, die das baldige Ende wieder vergessen lassen.

Der Portraitist hat die Dichterin in größter Selbstverständlichkeit mit der übers Blatt fegenden Feder gemalt. Halb sieht sie den Bildbetrachtenden in die Augen, halb scheint ihr Blick einem Gedanken zu

folgen ... ich bedauere wirklich nicht, gelebt zu haben.



Anna Louisa Karsch 1722–1791, Gemälde von Karl Christian Kehrler, 1791.