

Dieter Bednarz  
Zu jung für alt



Dieter Bednarz

# Zu jung für alt

Vom Aufbruch in die Freiheit  
nach dem Berufsleben

 Edition  
Körber



## Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

© Edition Körber, Hamburg 2018

Umschlag: Groothuis. [www.groothuis.de](http://www.groothuis.de)

Coverillustration: Dirk Schmidt | [www.wasmachtdirk.de](http://www.wasmachtdirk.de)

Herstellung: Das Herstellungsbüro, Hamburg |  
[www.buch-herstellungsbuero.de](http://www.buch-herstellungsbuero.de)

Druck und Bindung: CPI – Clausen & Bosse, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-89684-265-7

Alle Rechte vorbehalten

[www.edition-koerber.de](http://www.edition-koerber.de)

*Für Fanny, Lilly und Rosa.  
Und für Esther!*

*Ihr seid mein Jungbrunnen*



# Inhalt

Willkommen an Bord!	9
Vorstoß in die Weiten des Alters	20
Zuckerbrot und Peitsche	31
Der späte Preis von Babyboom und Pillenknick	56
Wie viel Rentner bin ich und welcher Typ?	63
Alt sind immer nur die anderen	72
Was wir von Bach lernen können	85
Weg vom Fenster sind sie noch lange nicht	98
Ahoi, die Nachholer kommen!	113
Von Ehestiftern, Sitzenbleibern und Rucksackträgern	136
Wo der Lohn ein Lächeln ist	161
Silberfuchse auf der Ochsentour	188
Die Macht der Seele und sieben Ratschläge eines Weltmeisters	221
»Wem die Dankbarkeit geniert, der ist übel dran«	267
Literaturhinweise	269





## Willkommen an Bord!

Sie greifen zu diesem Buch, das ist ein gutes Zeichen, denn »Zu jung für alt« steht für Veränderung. Im Kleinen, weil es darum geht, sich überhaupt erst einmal selbstkritisch jene beruflichen und privaten Wechseljahre anzusehen, in die viele Frauen und Männer ab Mitte 50, Anfang 60 kommen; im Großen, weil wir, die neuen Alten, aufbrechen, weil wir ausbrechen, weil wir das Steuer noch einmal rumreißen oder das Ruder zumindest ein paar Grad mehr links oder rechts halten können. Denn eins ist uns klar: So kann es nicht weitergehen.

Die Frage ist nur: Was tun? Das hat sich auch schon Lenin gefragt – und herausgekommen ist eine Revolution. Und vor einer kleinen Revolution stehen auch Sie, stehen alle, die an ihren Geburtstagen mehr als 50 Kerzen auspusten.

Sie lächeln? Sie schütteln den Kopf? Sie verweisen auf Ihr vorgerücktes Alter? Sie denken eher an Rente als an Rebellion? Macht nichts. Unsere Revolution beginnt damit, dass wir mit dem Klischee aufräumen, es sei das Vorrecht von Jungen und Wilden, Barrikaden zu stürmen und gegen gesellschaftliche Missstände aufzubegehren. Das war einmal! Unser Aufstand wird gerade von Älteren vorangetrieben, von Leuten wie Ihnen und mir. Man muss nicht

1968 auf die Straße gegangen sein, um mit 68 Jahren auf die Barrikaden zu gehen für eine neue Sicht auf das Alter und das Altern.

Unsere Bilanz kann sich durchaus sehen lassen: Durch die Rushhour unseres Lebens sind wir bereits mit vollem Tempo gerast, haben Karriere und/oder Familie irgendwie koordiniert bekommen – oder auch nicht. Es hat uns jedenfalls nicht aus der Kurve geschleudert. Weil wir Glück hatten. Oder weil wir achtsam waren. Oder aus ganz anderen Gründen. Fest steht jedenfalls: Wir sind nicht mehr in den sogenannten besten Jahren, haben unseren Fünfzigsten aber noch sehr lebendig vor Augen. Viele schielen bereits auf den Sechzigsten, und die etwas Voreiligen überlegen bereits, wie sie ihren Siebzigsten begehen wollen. Wir sind also in den *wirklich* besten Jahren. Mal ehrlich, eigentlich haben wir doch jetzt erst die Zeit für eine Revolution.

Und Alter ist in diesem Fall keine Entschuldigung. Im Gegenteil, es geht ja gerade ums Alter. Wir kämpfen für eine neue Sicht auf diese Lebensphase, in der Sie und ich uns gerade befinden, und für eine neue Sicht auf uns, die neuen Alten. Alt steht nicht länger für ausgelaugt und ausgemustert. Wir neuen Alten sind aktiv und autonom; wir lassen uns nicht aus dem Arbeitsleben drängen, nicht auf irgendein Altenteil abschieben.

Und falls es einem Chef gelingen sollte, uns um unseren Arbeitsplatz zu bringen, weil wir angeblich zu alt sind – warum sollten wir uns dann geschlagen geben? Warum erfinden wir uns nicht neu und starten wieder durch? Bewusster, besonnener, zufriedener! Warum machen wir uns nicht selbstständig oder werden sogar Unternehmer? Erfahrung und Kontakte haben wir genug! Oder wir besuchen nicht nur wieder öfter Schauspielhäuser, sondern machen selbst Theater. Oder wir gehen wieder – manche

auch das erste Mal – zur Universität. Und diesmal geht es nicht ums Examen. Das ist unsere Ergotherapie.

So leben wir unseren Enkeln vor, was für jene, wenn sie selbst alt sind, selbstverständlich sein wird: dass der Mensch sein Leben lang lernen kann, dass der tradierte Lebenszyklus von Ausbildung – Arbeit – Altersruhe endgültig von gestern ist; dass nach einem ersten Berufsweg, von dem uns junge, präpotente Chefs vielleicht abgebracht haben, ein zweiter beschritten wird. Wer sagt denn, dass der ersten Karriere nicht eine zweite folgen kann? Warum nicht auch eine dritte? Wer sagt, dass mit Mitte sechzig Schluss sein muss? Wir nicht. Wir sagen: Da geht noch was!

Damit wir uns nicht missverstehen: Jedem, der mit schlichter Ruhe glücklich ist, sei diese von Herzen gegönnt. Niemand sollte sich verpflichtet fühlen, nun ein »neuer Alter« zu werden. Jenen, die womöglich ihre Tage bis zum Ruhestand gezählt haben, nun mit dem ersehnten Renteneintritt weitere Pflichten aufzuerlegen, wäre so in etwa das Letzte, was ich meinen Altersgenossen antun wollte.

Wer, um es plakativ zu machen, mit Kaffeefahrten, Fernsehen oder – in der bildungsbürgerlichen Variante – durch Bücherlesen und Bayreuth-Besuche seine Zufriedenheit findet, der möge diese Zeit genießen. Und wenn mein einstiger Kollege Hans mir auf einem der Abschiedsempfänge, die sich seltsamerweise in letzter Zeit häufen, kleinlaut gesteht, dass er »fast schon ein schlechtes Gewissen« habe, weil er jetzt nur noch mit dem Hund spazieren gehe und viel Klassik höre, dann bin ich es, der beschämt zu Boden schaut: Da habe ich wohl mal wieder zu dick aufgetragen mit meinen angedachten Aktivitäten als Unruheständler.

Nein, dieses Buch soll niemandem die Freude an seinen alten Tagen verderben. Ich empfinde sogar einen gewissen Neid auf Hans und andere liebe Bekannte, die sich im besten Sinne damit begnügen, es ruhig angehen zu lassen, morgens spät aufzustehen und nach ausgiebiger Zeitungslektüre einfach mal zu schauen, was ihnen der Tag so bringt und wohin der Hund sie zieht. Und wenn ich mich so umblicke, unter Männern wie Frauen, im Westen wie im Osten unseres Landes, dann stellen diese Traditionalisten noch immer die Mehrheit unter uns Alten.

Bei genauerem Hinsehen fällt mir allerdings auf, dass es unter diesen Alten nicht wenige gibt, denen es nur an Ermutigung fehlt; die sich im Stillen fragen, ob da nicht doch noch was ginge, wenn man es nur versuchen würde; die das Zeug hätten, sich den neuen Alten anzuschließen – und nur noch eines kleinen Anstoßes bedürfen, den ich ihnen nur zu gerne geben würde: ohne sozialen oder politischen Druck, mit dem wir uns aber noch auseinandersetzen werden.

Ja, noch sind wir neuen Alten in der Minderheit. Und ja, wir entsprechen nicht unbedingt dem Bild eines feurigen Revolutionärs. Ich etwa zähle eher zu den Unscheinbaren, den ewig Unterschätzten: Glatze, Bauchansatz, verheiratet seit 20 Jahren; mehr als das halbe Leben lang bei derselben Firma, drei Mäusesparkonten für die Kinder und einen Autoschutzbrief, falls unser alter Peugeot mal am Straßenrand liegenbleibt. Und doch schlägt da ein revolutionäres Herz in mir. Schlägt es nicht auch in Ihnen? Spüren nicht auch Sie, dass sich etwas ändern muss? Dass wir uns ändern müssen? Sie und ich und die anderen in unserer Lage?

Was uns droht, wenn wir uns nicht wehren, hat Anfang dieses Jahrtausends Frank Schirrmacher, der viel zu

früh und allzu plötzlich verstorbene kluge Kopf hinter der Frankfurter Allgemeinen Zeitung, in seinem aufrüttelnden Bestseller »Das Methusalem-Komplott« so treffend wie hart formuliert: »In manchen Ländern dieser Erde nimmt man den Älteren Haus, Hof und Nahrung; in anderen Gesellschaften, zu denen wir gehören, beraubt man sie des Selbstbewusstseins und der Lust am Leben.«

Was der Visionär Schirmmacher gefordert hat und selbst nicht mehr umsetzen konnte, das leben wir neuen Alten heute, dafür kämpfen wir jetzt. Für eine Veränderung der Gesellschaft nicht nur durch die Jungen, sondern durch ein neues Bild vom Alter. Für eine Kulturwende, weil wir Alten neu lernen zu altern. Wir leisten endlich den von Schirmmacher geforderten Widerstand gegen eine altersungerechte Diskriminierung – auch wenn wir nicht mit Pflastersteinen werfen. Zumindest noch nicht. Aber wir sind fest entschlossen, diese tradierte Erniedrigung nicht länger hinzunehmen. Wir rütteln an alten Vorurteilen und wagen neue Wege.

Wir lassen uns nicht überrollen von dem Ungeheuren, das da auf uns zukommt, vor dem es kein Entrinnen gibt – es sei denn, wir stürzten uns aus dem Fenster oder sprängen vor den Zug. Nur durch ein selbstbestimmtes Ende, jetzt und hier, könnten wir dem eigentlich Schrecklichen entgehen: dem Anfang vom Ende. Dem Älterwerden. Dem Altwerden. Dem Alter. Tatsächlich steigt die Suizidrate mit dem Alter wieder an, besonders bei Männern, wie einschlägige Studien beweisen. Bei den über Sechzigjährigen ist sie höher als in jeder anderen Altersgruppe.

Das Alter, lässt Philip Roth in »Jedermann« seinen tragischen Romanhelden sagen, sei kein Kampf, sondern »ein Massaker«. Gott habe ihn selig, den großen Propheten. Es ist ja auch bitter, mit einem Mal, gleichsam über Nacht,

alt zu sein. Nicht mehr gebraucht zu werden in der Firma, der man so lange gedient hat. Mich hat es gegruselt, als ich das erste Mal jenem Schreiben Beachtung geschenkt habe, Beachtung schenken musste, das mir die Rentenversicherung seit Jahren ins Haus schickt, und ich dann dieses hässliche Wort las: Rentenanspruch. Da kroch mir die Angst vor der Altersarmut den krummen Rücken hoch.

Nein, ich kokettiere nicht. Ich will mich auch niemandem anbietern. Armut ist ein zu heikles Thema, um damit fahrlässig umzugehen. Aber wer als später Vater erfährt, wie weit die Schere auseinandergeht zwischen einem, zugegeben, stattlichen Gehalt und der nach 40 Jahren Beitragszahlen zu erwartenden Rente, der wird ziemlich blass – erst recht, wenn die drei Töchter bei seinem drohenden Ruhestand gerade ins konsumfreudigste Teenie-Alter kommen und das Abitur, vielleicht sogar ein Studium noch vor sich haben. Dass sie auf die Idee kommen könnten, die zehnte Klasse in den USA zu machen, will ich – sorry, Kids – nicht hoffen. Wie wir das Schulgeld aufbringen sollten, das weiß ich beim besten Willen nicht.

Da es vielen deutschen Arbeitnehmern, besonders sozial oft kaum abgesicherten alleinerziehenden Müttern, noch viele Male schlechter geht, verbietet sich jegliches Jammern. In stillen Stunden aber, wenn ich mich frage, wie ich die Lücke zwischen letztem Einkommen und zu erwartender Rente füllen soll, tritt mir nun mal der Angstschweiß auf die Stirn. Meine Frau beruhigt mich dann, dass wir uns alle miteinander bescheiden können und dass sie so schlecht ja nicht verdiene als Juristin. Und dass sie zehn Jahre jünger sei. Okay, es besteht kein Grund, uns zu bedauern. Aber Kopfschütteln über meine Ängste fände ich auch nicht fair.

Es ist also schon ziemlich verrückt, was das Alter so mit einem macht: Gestern noch dachte ich, und das war wirklich kokett, wenn ich nach einer weinseligen Nacht mit Kopfschmerzen aufwachte: »Man wird ja nicht jünger!« Nun, fürchte ich, wird es nicht mehr lange dauern, bis mir jemand im Bus mitleidig seinen Platz anbietet: »Setz dich, Opa!« Aber bin ich nicht erst gestern noch über den Kinderteller »Fix und Foxi« hergefallen? Das kleine Schnitzel mit Erbsen, Fix, und Möhren, Foxi, das mir mein Großvater, der wirklich ein Opa, ein alter Mann mit Anzugweste, Taschenuhr und Zigarre war, immer als Höhepunkt des Einkaufsbummels spendierte? Jetzt werden sie mir bald den Seniorenteller unter die Nase schieben. Ohne Erbsen. Die fehlen beim altersgerechten Essen; sie würden den zittrigen Greisen nur von der Gabel kullern. Philip Roth hat recht: Scheiß Alter!

Ja, so kann man das Alter sehen, so sehen es noch immer viele: Alter als permanentes Grauen, das immer öfter schon am Arbeitsplatz heraufzieht, kaum dass die Jahreszahl auf der Geburtstagstorte mit einer fetten Fünf beginnt. Mein Freund Robert schummelt daher seit einiger Zeit bei seinem Alter wie einst Zsa Zsa Gabor: Nur arbeitet er nicht in Hollywood, sondern in Hamburg, im Marketing. Mit Mitte Fünfzig gilt man da schon als scheinot. Kein Wunder, wenn Bobby – das klinge jünger, meint er – von Altersrassismus spricht. Wer Glück hat, wird dank einer noch nicht vollständig geschliffenen sozialen Marktwirtschaft sanft in Richtung Vorruhestand, Altersteilzeit oder Frührente geschubst. Die meisten werden eher rüde vor die Tür gesetzt.

Alle Ausgemusterten aber eint, dass sie sehen müssen, wo sie bleiben. Oft bleiben sie nach dem beruflichen Knock-out am Boden liegen: gekränkt, verletzt, depri-

miert. Manche versinken im dunklen Loch der Perspektivlosigkeit, der Selbstzweifel und der Ohnmacht. Alles, was ihnen bleibt, ist Taubenvergiften im Park. Oder gleich selbst das Zyankali nehmen. Oder das Arsen. Nein, das ist nicht lustig, das ist bittere Realität.

Diesem Bild vom Alter als irgendwie totzuschlagender Restlaufzeit sagen wir neuen Alten auf die vielfältigste Weise den Kampf an. Altersgerecht friedlich gehen wir dabei vor – bislang; aber höchst nachdrücklich, kreativ und effektiv. Vereinzelt gründen wir bereits Lobbyorganisationen, Netzwerke und Vermittlungsplattformen für Senior-Experten: Die einen kapitalisieren ihre Erfahrung, um die Rente aufzupolstern, die anderen engagieren sich gemeinnützig und ehrenamtlich. Sie alle zeigen: Ja, da geht noch was!

Aber, das wollen wir nicht vergessen in einer aufrichtigen Bestandsaufnahme: Manches hört sich auch nur gut an, liest sich spannend, macht auf den ersten Blick einen tollen Eindruck. Und auf den zweiten kann man nur warnen vor Scharlatanerie, Beutelschneiderei und allerhand Wichtigtuern. Ja, es muss deutlich gesagt werden: Die neuen Alten sind längst als Geschäftszweig entdeckt, werden benutzt von Marketingstrategen und vor allem die jüngeren unter den neuen Alten werden ausgebeutet von einem Coach-Gewerbe, das mit einer neuen Karriere lockt, nachdem oft schon die erste nicht geklappt hat.

Wir werden sehen, dass es inzwischen immer mehr Firmen gibt, die gestern noch ihre Besten in den vorzeitigen Ruhestand abgeschoben haben, heute jedoch schon wieder darüber nachdenken, ob es nicht klug wäre, die Erfahrung ihrer Alten für das Unternehmen zu sichern und die Alten nicht gar weiterzubeschäftigen. Manche haben sogar die vorgestern Abgeschobenen bereits gestern wie-



der eingestellt. Nein, nicht aus purem Humanismus. Die Führungsetagen treibt der unaufhaltsame demografische Wandel, die Überalterung unserer Gesellschaft.

Im Interesse ihres Unternehmens müssen sich die Personalchefs Gedanken machen um die Alten in ihrem Betrieb. Nicht nur weil sie kostbares Erfahrungswissen mitnehmen. Das war schon immer so. Aber wenn Alte in Scharen in den vorzeitigen Ruhestand geschickt werden, weil die Jüngeren angeblich die Besseren, die Effektiveren und vor allem die Billigeren sind, dann macht die Masse die Lücke. Die Personaler sorgen sich, dass sie bald nicht mehr über genügend junge Nachrücker verfügen; stattdessen wird es jede Menge Alte geben.

Sollten die Jungen – die ja nur jünger sind, weil auch die Alten nicht alt, sondern nur älter sind – nicht aufpassen und uns Alte nicht gut behandeln, dann stehen ihnen bald Scharen von Senioren gegenüber, mit denen ich mich als Junger lieber nicht anlegen würde. Ich bin mir nämlich nicht sicher, ob alle von uns Altersmilde walten lassen würden.

Noch dominiert das alte Bild vom Alter: Da sieht man nicht hin, darüber spricht man nicht, da hört man nicht zu. Als wäre nicht bald ein halbes Jahrhundert verstrichen, gilt weiterhin, was Simone de Beauvoir in den frühen Siebzigerjahren des vergangenen Jahrhunderts in ihrem Werk »Das Alter« feststellte: »Die Menschen verdrängen, was ihnen missfällt. Und besonders das Alter.« Denn »für die Gesellschaft ist das Alter eine Art Geheimnis, dessen man sich schämt und über das zu sprechen sich nicht schickt«.

Genau jene Scham wollen wir neuen Alten überwinden. Für uns ist Alter kein Tabu, sondern wir machen es zum Thema. Wir schauen nicht weg, wenn unser Alter auf uns zukommt, wir nehmen es an als das, was es ist: ein großes

Glück, wenn man es halbwegs gesund und schuldenfrei erreicht; eine beispiellose Herausforderung, mit etwas ganz anderem noch mal durchzustarten; eine einmalige Chance, das Leben erfüllt abzuschließen. Wir neuen Alten wenden uns nicht gegen das Alter. Wir rufen ihm zu: »Mensch, Alter!« – und umarmen es.

Der Weg zur Akzeptanz des Alters ist ein schmaler, holpriger und steiler Pfad. Wir gehen ihn dankbar, da wir – bis jetzt – von Unglück und Krankheit, von Krieg, Terror und Ruin weitgehend verschont wurden. Wir sind uns bewusst, dass wir, so verlässlich, wie wir seit der Ausbildung unsere Rentenbeiträge eingezahlt haben, uns nicht vor echter Armut fürchten müssen. Wir gehen den Weg demütig, weil wir um die Millionen wissen, die körperlich schwer schuften müssen, die um ihr täglich Brot so hart kämpfen müssen, dass sie nicht die Luft haben, sich mit Altern und Altwerden zu beschäftigen. Unsere Privilegien sind uns eine Verpflichtung, geben sie uns doch erst die Kraft, die Zeit und die Möglichkeit, den Pfad zu erkennen, uns voranzutasten, uns durchzukämpfen – auch für andere, die nach uns kommen.

Begleiten Sie mich auf dem Weg ins neue Altern. Lassen Sie uns zuerst gemeinsam schauen, was da los ist mit der Rente und dem Streit über ihre Höhe, mit der Demografie und Methusalems Komplott, mit dem Alter und wie wir damit umgehen.

Was da noch geht, wie es geht und wo es geht, entdecken wir gemeinsam im zweiten Teil. Sie werden staunen, welche Möglichkeiten das Alter bietet; Sie werden sehen, wer und was da hilfreich ist und wo Sie besser vorsichtig sein sollten.

Zum Schluss erkunden wir unsere Seelenlage. Denn neues Altern heißt auch, sich mit sich selbst auseinander-

zusetzen; Frieden zu schließen mit beruflichen Täuschern und Enttäuschern; sich abzufinden mit der Unerfüllbarkeit mancher Träume, auch im Privaten. Neues Altern bedeutet, sich vor sich selbst nicht wegzuducken, im tiefsten Inneren reinen Tisch zu machen, ohne Porzellan zu zerschlagen. Sich selbst die Hand zu reichen und mit sich auszusöhnen.

Besonders in diesem, der inneren Reise zugewandten Teil, aber auch in allen anderen versuche ich mich in größtmöglicher Aufrichtigkeit. Deshalb müssen Sie an einigen Stellen meine Naivität, manchmal auch meine Frustration ertragen. Ich hoffe, diese Offenheit ist für Sie wohltuend. Ich wünsche mir, Sie sehen, dass Sie mit Ihren Sorgen, Nöten und Kränkungen nicht allein dastehen. Und dass Sie mir folgen und sich selbst gleichfalls kritisch hinterfragen – um sich danach auch mit sich selbst zu versöhnen.

Für mich – und vielleicht auch für Sie – ist dieses Buch erst der Beginn der Reise ins Alter, einer großen Magical Mystery Tour, von der wir nicht wissen, wohin sie uns führen und wann sie zu Ende gehen wird. Aber wir neuen Alten lassen uns nicht von irgendwem kutschieren, nicht einfach irgendwohin verfrachten. Wir nehmen das Steuer selbst in die Hand. Wir bestimmen selbst, welche Abzweigung wir wählen, welche Ausfahrt wir nehmen. Wo wir Rast machen. Und mit wem. Deshalb, da bin ich sicher, wird unsere Reise ganz im Sinne der magischen Bustour der Beatles »a lovely time«.

Also, lassen Sie uns selbsternannte Alters-Revolutionäre aufbrechen in unsere besten Jahre. Vor uns liegt eine schöne, spannende, aktive Zeit: Willkommen an Bord!