



Wir wilden weisen Frauen

Renate Daimler

Wir wilden
weisen Frauen

Von der Kunst
des Älterwerdens

Kösel



Verlagsgruppe Random House FSC® Noo1967

Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier *Munken Premium Cream* liefert Arctic Paper Munkedals AB, Schweden.

Der Kösel-Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass bei Links im Buch zum Zeitpunkt der Linksetzung keine illegalen Inhalte auf den verlinkten Seiten erkennbar waren. Auf die aktuelle und zukünftige Gestaltung, die Inhalte oder die Urheberschaft der verlinkten Seiten hat der Verlag keinerlei Einfluss. Deshalb distanziert sich der Kösel-Verlag hiermit ausdrücklich von allen Inhalten der verlinkten Seiten, die nach der Linksetzung verändert wurden und übernimmt für diese keine Haftung.

Copyright © 2014 Kösel-Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Umschlag: Weiss Werkstatt München

Umschlagmotiv: © shutterstock/DeCe

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-466-34600-4

www.koesel.de

Inhalt

- 7 Vorwort

- 9 Better aging
- 28 Brief an meinen Körper
- 30 Falten am Hals
- 33 Beautiful Old Woman
- 36 War früher alles besser?
- 42 Zwei kostbare Begleiter
- 47 Kleiner Unterschied mit großer Wirkung
- 51 Mit neunzig auf dem Jakobsweg
- 59 Von der »Würde des Alterns«
- 61 Und du triffst dich drei Tage lang in der Mitte
des Flusses
- 64 Die Drohung der Pharmaindustrie
- 66 Von reifen Waschmaschinen und reifen Frauen
- 68 Keine kurzen Röcke mehr?
- 71 Ein Traum in kleinen Schritten
- 82 Fressen mit neuem Ausblick
- 85 Die Kirche und ich
- 87 Mein erfülltes Leben hat vor elf Jahren begonnen
- 95 Lache oft, liebe viel, träume groß
- 99 Wir im Fernsehen und im Kino
- 106 Göttinnenreisen
- 129 Mein Lustbein

- 132 Die doofe Alte
135 Seniorität statt Senilität
138 Landkarten des Lebens
141 Mama Fischer
151 In der Blüte meiner Jahre
154 Alte Weiber und alte Männer
158 Bin ich erotisch?
162 Sechsmal Sex
177 Gern verrückt, und die Fülle ist überall
183 Raus aus den fremden Schuhen
188 Alles an einem Tag
196 Endlich mehr ich!
207 Vergessen ist schwer und vielleicht manchmal
eine Gnade
212 Reise in die Tiefe
222 Fehlschaltung im Gehirn
227 Königin im eigenen Land
230 Vom Mädchenorchester in Auschwitz zur Rapband
251 Das Märchen vom Älterwerden
- 254 Danke
256 Literaturhinweise

Vorwort

Wer kann uns sagen, wie wir wild und weise leben können, wenn wir älter werden? Wild, im Sinne unserer Urnatur, so, wie wir gedacht waren, bevor ein langer Erziehungsprozess uns fast hat vergessen lassen, wer wir in unserem wahren Wesen sind. Dieses Forschungsprojekt bleibt uns selbst überlassen, weil es wenige Vorbilder gibt für die Kunst des Älterwerdens. Unsere Mütter hatten ganz andere Sorgen als wir. Sie mussten ihre Gefühle auf kleiner Flamme halten, damit das Grauen des Krieges ihr Inneres nicht zerstört. Sie mussten aufbauen, sich Sorgen um den Wohlstand machen und sich ihren Männern – auch per Gesetz – fügen. Für sie war die Sicht der Gesellschaft normal: dass Männer im Alter reifen und Frauen verblühen.

Deshalb können uns die meisten unserer Mütter auch nicht Vorbild sein, wenn wir uns jetzt von den alten Bildern verabschieden. Es liegt an uns, das Privileg, ältere Frauen zu sein, zu entdecken und uns von den Hindernissen auf dem Weg dorthin zu befreien.

Mit unserem Körper, von dem »die Gesellschaft«, die wir alle sind, erwartet, dass er so tut, als ob er immer jung bliebe.

Mit unserem Geist, der eine breite Spur in unser Gehirn gegraben hat, die uns glauben macht, dass Altwerden mit Abstieg verbunden ist, mit Einschränkung und dem Verlust von vielem, was uns wichtig ist.

Die Einzige, die sich noch an unsere wahre Bestimmung erinnert, ist unsere Seele. Sie spricht durch unseren sensiblen Körper und unser sicheres »Bauchgefühl«, das uns seit Jahrtausenden begleitet und auf das wir wieder mehr hören sollten.

Und so wird es Zeit, dass wir uns miteinander vernetzen, dass wir uns gegenseitig stärken, das zu leben, was uns wirklich ausmacht: Unser schöpferisches Potenzial ist darauf ausgerichtet, unser Leben als wilde, weise Frauen uneingeschränkt zu genießen. So wie in der Natur Frühling, Sommer, Herbst und Winter einander gleichgestellt sind, so sind es auch unsere eigenen Jahreszeiten im natürlichen Kreislauf unseres Lebens.

In diesem Buch beschreibe ich meinen eigenen Weg und den anderer Frauen, die mir begegnet sind. Gleichzeitig können diese Geschichten aber nicht Vorbild sein für andere Frauen. Denn jede von uns ist aufgerufen, ihr eigenes Bild zu malen, ihre ureigenste Kunst des Älterwerdens zu entdecken. Genau so zu leben, wie die Blüte dieser ganz besonderen Jahre sich zeigen will. Im Tun, im Sein, im Wirken nach Innen und nach Außen.

»Beautiful Old Women« ist dabei mein zentraler Begriff. In der ursprünglichen Bedeutung: Wir sind »schöne alte Frauen«, weil das Wort schön nicht der Jugend vorbehalten ist, sondern uns allen gehört. Wir haben das Recht, uns so zu sehen und so zu fühlen. Königinnen im eigenen Land zu sein. Und niemand außer wir selbst kann wissen, wie dieses Land aussieht.

Better aging

»Better aging« – so heißt das Angebot eines exklusiven Gesundheitszentrums. Die Besitzer können nichts dafür, dass das Wort »alt« so einen schlechten Geschmack im Mund erzeugt. Und für Revolutionen sind sie nicht zuständig, das Gesundheitszentrum muss seine Produkte gut verkaufen. In meiner ersten Ehe habe ich mit meinem Mann immer auf Englisch gestritten, als ob ich den Streit aus unserem deutschsprachigen Leben auslagern wollte. Und mit dem Wort »alt« ist es genauso. Wir übersetzen es ins Englische und schaffen so Distanz. Die Aufgabe, einen Begriff, der gut für Kunstwerke und Wein, aber nicht für Menschen ist, von seiner abwertenden Deutung zu befreien, ist auch mir zu groß. Also dann – »better aging«.

Das fühlt sich zunächst gut an – bis ich die beiden Worte aus der Nähe betrachte.

Ich darf also nur auf englisch altern, und frage mich, was jene tun, die nie Englisch gelernt haben. Aber die haben wahrscheinlich ohnehin andere Sorgen, als ihren Körper fit zu halten.

Und – wenn ich *besser* altern soll, heißt das ja auch, dass ich es bisher schlecht gemacht habe. Nachdem ich mich der Illusion, dass ich für den Rest meines Lebens jeden Bissen vierzig Mal kauen und kaum mehr Fett essen werde, nicht mehr hingebe, werde ich leider wieder »schlechter« altern.

Ich habe dennoch gebucht in dem Gesundheitszentrum und mir diese Auszeit geschenkt, um mich meinem persönlichen »better aging« zu nähern. Ich nahm mir vor, weniger kritisch zu sein und mir diese Woche für Körper und Seele zu gönnen.

Meine Mutter ist schon lange davon befreit, sich um ihren Körper zu kümmern. Denn das tut seit Jahren ihre hingebungsvolle Betreuerin. Sie ist inzwischen neunzig, hat schon vor langer Zeit vergessen, wer ich bin, und ich habe aufgehört, darum zu betteln, dass sie mich erkennt.

Dafür lehrt sie mich vieles. Mit ihr erlebe ich, was es bedeutet, im Augenblick zu leben. Und wenn sie, weit weg in ihren eigenen Welten, stundenlang am Seeufer sitzt und stumm in die Wolken schaut, dann wird es auch in mir ganz ruhig. Sie lebt schon lange in einer stillen Seinsqualität, in der Glück und Unglück keine hohen Wellen mehr schlagen.

Inzwischen liegt sie nur noch in ihrem Bett, das sie seit Monaten nicht mehr verlässt, ein mageres Häufchen Frau, mühsam mit kleinen Bissen ernährt, für die sie immer unwilliger den Mund öffnet. Ich halte ihre Hand und weiß plötzlich, dass ich nicht weiterfahren darf in mein Gesundheitszentrum. Meine Reise endet hier, bei ihr, eine Stunde entfernt von meinem Ziel.

Ich sitze an Mamas Bett und bin dankbar, dass »better aging« jetzt bedeutet, dass ich ihre Hand halten darf, während sie langsam auf das große, goldene Tor zugeht, durch das wir alle gehen.

Sie ist eine Frau, die nie Zeit hatte, sich Gedanken um ihren Körper und ihre Gesundheit zu machen. Das Essen war karg im Krieg, und niemand zählte Kalorien und kämpfte gegen Fettpölsterchen.



*Sie gehört einer Generation an, die die dunklen
Wolken, die auf der Seele lagen, mit Arbeit
verscheuchte.*

Kinder starben, Beziehungen zerbrachen und wurden irgendwie gekittet, der Preis der Sprachlosigkeit wurde als Teil des Lebens akzeptiert.

Und was von ihrem Erbe werde ich mitnehmen? Es ist zu früh, darüber nachzudenken, jetzt geht es nur um sie. Berühren, küssen, reden, auch wenn sie nicht antwortet. Ein letztes Mal, bevor sie endgültig geht und ich dann die Nächste bin, die vor dem Tor steht. Wann immer das sein wird.

Ein paar Tage später stehe ich an ihrem Sarg und verspreche ihr, dass es gut mit mir weitergehen wird. Dass ich vieles von dem, was sie ausgezeichnet hat, auf meiner eigenen Reise zum goldenen Tor mitnehme: ihren Mut, ihre Fröhlichkeit (auch wenn sie dahinter traurig war), ihre Liebe zur Natur, ihre Güte, ihren Optimismus, ihr Durchhaltevermögen, ihre Schönheit.

Zehn Tage danach fällt eine Betonplatte, die nach dem Umbau unseres Hauses liegen geblieben ist, auf mein Schienbein und schlägt mir eine tiefe Wunde. Es blutet filmreich und tut kaum weh. Wochenlang Stille und sitzen auf dem Sofa, damit der Heilungsprozess schneller geht. Ein köstliches, unbekanntes, neues Gefühl entfaltet sich in mir: Ich genieße es, langsam sein zu dürfen. Dieses Stoppzeichen auf meinem Bein, das als Narbe für immer bleiben wird, hat sich meine Mutter für mich ausgedacht. Ich höre ihre Stimme: »Nimm meine Rastlosigkeit nicht mit. Ich bin meinem Schmerz davongelaufen, für mich war das gut so. Du darfst wählen.«

Und so sitze ich auf meinem weißen Sofa und lege alle ihre Eigenschaften vor mich hin. Über vieles bin ich froh und lasse manches zurück. So trete ich dein Erbe an, du Frau vor mir. Viel später, aber das weiß ich in diesem Augenblick noch nicht, werde ich einen Fersensporn als nächste Erinnerung brauchen, dass ich nicht immer so schnell rennen soll. So tief sind die Spuren in mein Gehirn eingegraben. Und was ist mit der Frau vor ihr? Meiner Großmutter? Wie hat sie gelebt?

Sie war eine Heilkundige, sprachbegabt, literarisch begabt. In aller Stille. Sie blieb immer nur »die Frau des Lehrers« und Mutter von sechs Kindern, von denen zwei nicht ihre eigenen waren.

Auch ihr Erbe trage ich in mir, und erst ich gehöre zu der Generation, die eine Chance hat, die Fülle dessen, was ihr als Begabungen anvertraut wurde, zu leben – mir und diesen beiden Frauen zu Ehren. Und all jenen, die davor waren und deren Spur sich in den Fotoalben verloren hat.

Sechs Wochen später:

Meine Mutter beim Sterben begleitet und beerdigt, das Bein verheilt, der zweite Anlauf meines Projekts »better aging« beginnt pünktlich um elf Uhr in der Halle des Hotels.

Die ersten Minuten erlebe ich fast so, wie die Literatur sie uns immer wieder beschreibt. Nichts als eine uninteressante Gruppe älterer Menschen, zu der ich nun auch gehöre. Wir haben uns hier zusammengefunden, um uns Anweisungen für ein darmschonendes Leben abzuholen. Meine Irritation dauert nur kurz. Dann öffne ich meine Augen für die Schönheit und finde sie. Ich sehe Frauen meines Alters, die ihrer Persönlichkeit Ausdruck in ihrer Kleidung geben, mutige und weniger

mutige Haltungen, Gesichter, in denen die Zuversicht oder das Verzagen Spuren hinterlassen hat.

Ich kann meine eigene Schönheit wieder spüren und freue mich auf meine ärztliche Untersuchung am nächsten Vormittag. Ich bin gesund und attraktiv – bis ich meiner Kurärztin begegne.

Sie hält mir liebevoll und gleichzeitig streng einen Vortrag über meinen Darm, und schon werde ich zur nachlässigen Sünderin, die sich daran gewöhnen soll, für den Rest des Lebens am frühen Abend eine basische Suppe zu essen. Zu viel, zu schwer, zu schnell, zu spät. So esse ich. Mein mediterraner Lebensstil, durchsetzt mit Backhendlsalat in der Hafenschenke mit Blick aufs Wasser, ist ganz und gar ungesund. Bedrückt von so viel Unzulänglichkeit, besuche ich die morgendliche Turnstunde, obwohl ich Gymnastik hasse. Denn mein Turnsaal ist die Natur, dort bewege ich mich gern und viel.

Das Urteil der Kurärztin bringt die schöne Frau zum Verschwinden, und ich merke, wie empfindlich sie ist. Wie anfällig für Kritik und wie zart ihr Selbstverständnis. Es dauert zwei Tage, bis ich mich nicht mehr auf meinen unzulänglichen Darm (der schulmedizinisch gesund ist) reduziere.

Dann taucht die schöne Frau wieder auf, genießt den Luxus der Rundumversorgung und schaut sich nach Verbündeten um.

Sie fallen mir zu, weil es keinen Zufall gibt, jede Einzelne attraktiv, auf sehr unterschiedliche Art und Weise. Marcella, mit der ich am Tisch sitze, mit ihrem ebenholzschwarzen, gefärbten Haar, die wie Schneewittchen aussieht und sich romantisch in duftige Kleider mit Spitzen am Saum und am Ärmel kleidet. Katharina, der ich in der Sauna begegne und

die, gemeinsam mit ihrem Mann, das Restaurant durchquert wie eine Königin. Sie könnte in jeder Modezeitschrift für die elegante Dame Werbung machen und trägt ihr schlohweißes, kurzes Haar mit Grazie. Und schließlich Hedwig, der Wirbelwind. Sie ist mir schon am ersten Tag in der Lobby beim Wellcomedrink aufgefallen. Frech, pfiffig, im Gipsylook, mit kurzen, edlen Jäckchen, Longshirts und engen Hosen. Ihr Haar ist gelockt, halblang und vielleicht Natur oder auch nicht.

Aber sehen sie sich auch so, wie ich sie sehe? Als schöne Frauen ihres Alters, denen die Spuren des Lebens gut zu Gesicht stehen? Mögen sie sich genauso, wie sie sind, und kennen sie ihren Weg? Ich frage nach.

Marcella, 60

Wir sitzen einander gegenüber und kauen uns an. Im wahrsten Sinn des Wortes. Wie Kühe auf der Weide. Marcella kann es schon, ich lerne es gerade. Von ihr. Einfach weil ich versuche, meine Kursemmel so lange im Mund zu behalten wie sie. Wir reden nicht viel, weil Reden vom Kauen ablenkt und eigentlich nicht erwünscht ist während des Essens. Aber mit den Tagen kommt Vertrautheit auf. Der Moment, in dem ich sie frage, wie alt sie ist, öffnet die Türe in ein Leben, das ihren verzagten Blick erklärt, wenn sie nicht lächelt, weil ich sie anspreche.

»Wie schön, du gehst durch das Tor zur weisen Frau«, sage ich begeistert, als sie mir antwortet, dass sie nächste Woche sechzig wird. Sie schweigt einen Moment, und ich sehe in ihrem schönen Gesicht mit den Kummerlinien, dass sie sich das Bild vorstellt. Nach einer langen Weile beginnt sie zu erzählen.

»Das Tor klemmt, und ich weiß nicht einmal, in welche Richtung es sich öffnet. Ich bin orientierungslos. Ich habe gar nicht gemerkt, dass ich älter werde, und ich merke es noch immer nicht wirklich. Zum ersten Mal ist es mir aufgefallen, als die Schwiegereltern meiner Tochter zu Besuch kamen. ›Was wollen die alten Leutchen denn machen‹, habe ich Luisa gefragt. Sie sah mich ganz verblüfft an und antwortete: ›Mama, die sind nur zehn Jahre älter als du.‹ Aber ich kann es mir trotzdem nicht vorstellen, siebzig zu sein.

Meine Mutter ist vierundachtzig, sie kam vor drei Wochen aus Indien zurück. Als mein Vater starb, hat sie ihr Leben noch einmal richtig in die Hand genommen. Toll eigentlich. Sie fand den ersten Job ihres Lebens und arbeitete als Pfarrersköchin. Vorher war sie ihr ganzes Leben Mutter und Hausfrau. Sie war immer zu Hause, wenn ich heimkam, und ich wäre so gern ein Schlüsselkind gewesen, aber ich habe nie einen Schlüssel bekommen. Als sie in die Rente ging, zog sie aufs Land, einfach so, weil sie es wollte. Wie kann man, wenn man an die Stadt gewöhnt ist, in ein kleines Kaff ziehen? Aber sie ist glücklich dort. Sie hatte auch nach Vaters Tod wieder neue Männer. Einer ihrer Liebhaber war sogar viel jünger als sie.

Bei mir ist gar nichts mehr los. Ich lebe mit meinem Partner wie Bruder und Schwester. Als wir einander kennengelernt haben vor acht Jahren, habe ich mich richtig verliebt in ihn. Obwohl er vierzig Kilo Übergewicht hat. Ich dachte, das ist vorübergehend. Er hat mir viele Male versprochen abzunehmen. Ich habe sogar mit ihm gemeinsam eine Kur gemacht, aber es war hoffnungslos. Ich finde meinen Körper auch nicht schön, habe ihn nie schön gefunden. Aber ich kümmerge mich um ihn und Sorge dafür, dass ich nicht übergewichtig werde. Jahrelang

habe ich mich auch für Ulrichs Gesundheit zuständig gefühlt. Aber dann habe ich es aufgegeben, und eines Tages hat mir einfach gegraust vor ihm. Seither schlafe ich nicht mehr mit ihm.



*Warum ich noch immer mit ihm zusammen bin?
Vielleicht weil ich es mir nicht vorstellen kann,
dass ich plötzlich jedes Wochenende allein bin.*

Wenn ich arbeite – ich bin Architektin –, dann fühle ich mich nicht einsam. Aber was fange ich mit meiner Freizeit an? Meine große Liebe ist schon tot. Arthur war ein wunderbarer Ehemann und ein wunderbarer Vater. Ich hätte mir mehr vertrauen sollen. Als ich ihn zum ersten Mal auf der Straße sah, habe ich mir gedacht, dass er schwul ist. Wir arbeiteten im selben Architekturbüro, und so kam es dann, dass wir uns ineinander verliebt haben. Er hat mich auch geliebt. Aber irgendwann hat er seine Neigung entdeckt oder endlich zugelassen, und dann war es vorbei. Nicht gleich. Wir haben am Anfang noch weiter als Familie mit unseren drei Kindern in einer Wohnung zusammengelebt.

Als er eines Tages aus einem Urlaub mit seinem Freund zurückkam, war Ulrich da. Wir haben zu dritt den Abend verbracht, und Arthur sagte, als Ulrich weg war: »Den musst du behalten, der ist so anders als ich. Er wird dir gut tun.«

Wir sind jetzt acht Jahre zusammen, und ich finde noch immer, dass er unerträglich anders ist. Aber zur Trennung habe ich einfach den Mut noch nicht. Dabei bin ich finanziell unabhängig und könnte mir meinen alten Traum erfüllen. Ich möchte gerne eine Frühstückspension in Südfrankreich aufmachen. Das ist es, wofür mein Herz wirklich brennt.

Du fragst, wie lange ich noch warten will? Was ich dazu brauche, ist Mut. In zehn Jahren bin ich siebzig, dann ist es vielleicht zu spät für einen Neuanfang. Und eigentlich kenne ich meinen Weg durch das Tor zur weisen Frau. Es ist höchste Zeit, dass ich etwas dafür tue, dass es nicht mehr klemmt.«

Sie richtet sich auf, und der verzagte Blick ist aus ihren Augen verschwunden. Dann legt sie entschlossen den Löffel zur Seite und kaut das letzte Stück Semmel höchstens fünf Mal, bevor sie weiterspricht.

»Was muss ich tun, damit ich deinem Club der Beautiful Old Women beitreten darf, von dem du mir gestern erzählt hast?« Ihre Stimme klingt klar und entschlossen.

Ich bleibe ganz ernst und erfinde in dieser Sekunde die Statuten:

Du verpflichtest dich, die Beautiful Old Woman in dir selber zu fördern.

Du engagierst dich dafür, andere Frauen so zu sehen.

Du trägst diesen Gedanken in die Welt hinaus und erzählst möglichst vielen Frauen davon.

PS: Marcella befindet sich, während ich die letzten Korrekturen in meinem Manuskript mache, mit ihrem Partner auf einer fünfwöchigen Reise durch Indien. »Mein erster großer Schritt ist jetzt, dass ich in dieser Zeit herausfinden will, ob mich mit Ulrich noch mehr verbindet als unsere Bequemlichkeit. Ich will endlich nach vorne schauen und Klarheit über meine Beziehung schaffen. Alles andere ergibt sich dann ...«

Katharina, 68

Ich hätte nie gewagt, sie anzusprechen, obwohl ich sie sehr attraktiv finde. Sie kommt mit ihrem Mann jeden Tag zur selben Zeit zum Abendessen und lässt sich hoheitsvoll nieder, nachdem er ihr galant den Sessel zurückgezogen hat. Das schlohweiße, kurze Haar perfekt geföhnt, die Kleidung elegant und edel. Es brauchte eine Begegnung an einem Ort, an dem auch ich die von mir gesetzten Grenzen verlassen konnte.

Sie ist es, die mich in der Sauna anspricht: »Ich habe mich bisher nicht getraut, aber darf ich Sie fragen, ob Sie die Autorin sind?«

Katharina ist nicht distanziert, sondern sehr herzlich, und als wir uns am Abend bei Kräutertee gegenüber sitzen, ist sie so ehrlich, wie man sein kann, wenn man in einer kleinen Stadt lebt, in der alles bewertet und beobachtet wird, was man tut.

»Nicht jeder Tag ist gleich. An manchen Tagen fühle ich mich alt und an manchen Tagen attraktiv. Dann schaue ich in den Spiegel und sage zu mir: Es ist gar nicht so schlimm, es geht schon. Vor allem, wenn ich innerlich gut drauf bin, dann passt alles.

Heute stehe ich zu meinen weißen Haaren, das war nicht immer so. Speziell, wenn ich meine Freundinnen mit den gefärbten Haaren sah, dann hatte ich immer das Gefühl – die sehen viel jünger aus als ich ... Mein Mann hat mich sehr darin bestärkt, meine Haare natürlich zu lassen, und ich bin ihm gefolgt. Ihm gefalle ich so besser. Aber heute würde ich das vielleicht anders machen. Es war ein langer Gewöhnungsprozess.



Ich hatte kein Vorbild. Meine Mama war schon alt, als ich zur Welt kam, sie war achtunddreißig.

Das war damals sehr alt! Die anderen Kinder hatten alle junge Mütter, ich habe sie beneidet. Damals, vor sechzig Jahren, da waren die Frauen ja ganz anders gekleidet, mit über vierzig schon sehr ›omalig‹. Grau in Grau und eine Mantelschürze darüber. Sie war immer ein ›Mamele‹ und starb mit neunundachtzig. In ihren letzten Jahren hat sie sich jugendlicher angezogen als früher.

Ich lebe in einer Kleinstadt, da sind dem sowieso Grenzen gesetzt, wie man sich als ältere Frau bewegt. Jeder kennt jeden, und alles wird kommentiert. In einer Großstadt lebt man einfach ungenierter. Ich war einmal in London, da ging eine Frau mit Lockenwicklern auf der Straße, und unter ihrem Mantel sah das Nachthemd heraus. Niemand hat sich nach ihr umgedreht.

Mir geht es gut. Ich bin gesund, tu ziemlich viel für mich und habe auch die finanziellen Möglichkeiten dazu. Einmal habe ich versucht, Botox zu spritzen. Ich wollte es einfach ausprobieren und sehen, ob es etwas nützt. Es hilft. Aber man müsste es ständig machen. Und das will ich nicht.

Es wäre schön, wenn die Zeit stehen bliebe, und es könnte die nächsten zehn Jahre alles so bleiben, wie es ist.

Es hat sich ja auch schon einiges geändert, wie ältere Frauen gesehen werden. Es gibt ja sogar schon Werbung mit Frauen in meinem Alter. Aber sind wir mal ehrlich: Schauen Sie sich gern eine Alte als Model an? Ich nicht.

Mein Alter hat natürlich auch Vorteile. Ich stehe viel mehr zu mir. Ich sage viel deutlicher Nein, wenn ich etwas nicht will.

Heute sage ich einfach: ›Ich habe keine Lust dazu.« Früher habe ich das immer umschrieben.

Ich war nie ein abenteuerlustiger Typ, ich habe es lieber geordnet. Gut bürgerlich, nicht ausgrasend, aber das tut man in meinem Alter sowieso nicht mehr. Ich bin zufrieden. Aber da geht es mir wie mit meiner Schönheit. Manchmal denke ich mir, es könnte noch mehr passieren in meinem Leben. Doch im Großen und Ganzen bin ich einverstanden.

Nur: Wenn ich denke, dass der Meterstab immer kürzer wird, dann finde ich das Altwerden nicht so schön.

Ob ich zum Club der Beautiful Old Women gehören möchte? Ich habe mich noch nie so gesehen. Aber vielleicht ist es eine gute Idee, wenn ich damit anfangen, mich selber schön zu finden.«

Einige Monate später sagt Katharina am Telefon: »Dein Text gefällt mir.« Und als ich antworte: »Ja, und vieles ist ungesagt geblieben«, lacht sie und antwortet: »In einer Kleinstadt ist das eben so ...«

Hedwig, 67

Jedes Mal, wenn sie im Speisesaal an meinem Tisch vorübergeht mit ihrem schönen grauhaarigen Mann, dann lächeln wir einander zu, und ich bewundere ihre pffiffigen Kreationen. Elegant, witzig, frech, ungewöhnlich. Unsere Augen begegnen sich, und fast unmerklich nicken wir einander zu. Tiere vom selben Stamm. Rebellinnen gegen die »cremefarbene Komfortzone«, wie sie es lachend nennt, als wir uns morgens an der Trinkbar begegnen, um das obligate Abführ- und Basenpulver

abzuholen. Am dritten Tag, wir sind am Abend in der Hotelbar verabredet, in der es nur gesunde Säfte gibt, braucht diese Frau keine Aufwärmzeit. Sie erzählt einfach drauflos und senkt dabei nicht einmal die Stimme, obwohl die Tische hinter uns mit Kurgästen besetzt sind.

»In drei Jahren bin ich siebzig, und das sage ich immer mit Vergnügen. Wenn ich in mich hineinfühle, dann spüre ich mich viel unbeschwerter als damals, als ich eine junge Frau war. In meiner Jugend war alles schwer, und ich fühlte mich in mir gefangen. Ich konnte mir keine Dummheiten leisten, ich konnte nicht über mich selbst lachen, und heute kann ich das alles.

Ich finde meinen Körper schön. Ich mag ihn und berühre ihn gern. Ich bin gesund und habe zum ersten Mal in meinem Leben das Gefühl, dass ich fliege – am liebsten auf dem Hexenbesen. Es kommen auch immer mehr junge Frauen in mein Leben, die sehen, wie ich strahle, und wollen von der weisen Alten einen Rat. Und jetzt glaube ich endlich auch, dass ich das bin. Ich mag, wenn du Beautiful Old Woman zu mir sagst. Eine beautiful old woman, ja das bin ich.

Ich hatte eine schwere Kindheit. Ich bin in einem Wirtshaus aufgewachsen, mein Vater war brutal und hat mich viel geschlagen. Aber alles, was ich erlitten habe, hat mich zu der gemacht, die ich heute bin. Wir können selbst entscheiden, ob uns das Schwere umbringt oder stärker macht.

Ich durfte nur eine Lehre machen und hatte mit zwanzig mein eigenes Friseurgeschäft. Ich war eine Rebellin und wollte selbständig sein. Ich habe auch immer schon gespürt, dass ich etwas Besonders habe – ich bin hellsichtig. Aber damals wusste ich nicht, was das ist, und es hat mich gequält. Heute hilft es mir, wenn ich Menschen begleite, und ich stehe dazu.



Renate Daimler

Wir wilden weisen Frauen

Von der Kunst des Älterwerdens

Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 256 Seiten, 13,5 x 21,5 cm
ISBN: 978-3-466-34600-4

Kösel

Erscheinungstermin: September 2014

Wild und weise leben: Das geht! Die Frau von heute kann ihr Älterwerden selbstbewusst begrüßen und entdecken, wie aufregend es ist, eine »Beautiful Old Woman« zu werden und zu sein. Eine, die mit Lust und Esprit ins Leben eintaucht. Eine, die mit Charme, Klugheit und Selbstsicherheit ihre Mitmenschen bewegt und inspiriert. Eine, die der allgemeinen Auffassung die Stirn bietet, dass ihr Körper möglichst lange jung bleiben muss und Älterwerden mit Abstieg verbunden ist.

Das neue Buch von Renate Daimler räumt beherzt mit Vorurteilen auf, ebnet ebenso frech wie umsichtig einen Weg mit wunderbaren Aussichten. Wer ihn geht, erlebt eine Freiheit, die nicht über den Wolken, sondern im eigenen Innern und Tun zu finden ist. Mit vielen Geschichten über beeindruckende Frauen. Eine exzellente, scharfsinnige Reflexion des weiblichen Lebensgefühls.

 [Der Titel im Katalog](#)