

Das Alter, das einem blüht

VON IRENE SCHEURER,
REGIONALBIBLIOTHEK AFFOLTTERN

Im literarischen Essay «Eine Frau wird älter. Ein Aufbruch» setzt sich die deutsche Autorin Ulrike Draesner mit dem Thema Älterwerden auseinander. Sie erkundet dem eigenen Leben und dem anderer Frauen entlang, wie sich ihr Frausein verändert und welche Herausforderungen das sechste Lebensjahrzehnt mit sich bringt. Das Buch unternimmt eine Reise. Es denkt nach und erzählt.



Irene Scheurer.

Traum von der ewigen Jugend

«Jeder möchte lange leben, aber keiner will alt werden», sagte Jonathan Swift vor rund 300 Jahren. Diese Aussage ist aktueller denn je. Unsere Gesellschaft altert, aber gleichzeitig lebt sie den Traum von der ewigen Jugend. Ulrike Draesner macht mit ihrem Buch Mut, sich mit dem eigenen Altern auseinanderzusetzen und die vielen verschiedenen Aspekte davon zu sehen. Sie tut das durchaus doppelbödig und vielschichtig und lässt dem Alter, das uns blüht, seine zahlreichen gesellschaftlichen und körperlichen Facetten. Sie möchte über das Altern als Frau nicht im Modus des Defizits – wie es in unserer Gesellschaft üblich ist – sprechen und auch nicht als Neutrum wahrgenommen werden.

Ulrike Draesner plädiert dafür, das Alter nicht in erster Linie als Zumutung, sondern als Herausforderung und als Geschenk zu sehen. Es bietet die Möglichkeit, sein eigenes Bild zu vervollständigen. Die Menschheitsgeschichte zeigt, dass dieser Weg nicht selbstverständlich ist. «Wer altern darf, kann sich in einem anhaltenden Prozess bis zu seinem Ende hin verändern.» Wir haben die Möglichkeit, den Lebensweg zu Ende zu führen und immer mehrschichtiger zu werden.

Wechseljahre als Metamorphose

So fasst sie auch den Wechseljahrsprozess als Reise, als Übergang in das letzte Lebensdrittel auf. Sie lehnt den Begriff Menopause ab und weigert sich, auf Pause gestellt zu sein wie ein alter Kassettenrecorder, den man irgendwann – oder auch nicht – wieder in Betrieb nimmt. Vielmehr sieht sie in den Wechseljahren eine Zeit der Metamorphose. Sie beleuchtet die körperlichen Aspekte, die sich über einige Jahre erstrecken und nicht sehr angenehm sind, und bezeichnet die Wechseljahre als zweite Pubertät: «Was aufgebaut wurde, wird abgebaut, was kam, wandert aus und produziert dabei noch einmal Symptomatiken von einst.» Mit dem Unterschied, dass die beiden Prozesse in unterschiedliche Lebenszustände münden und der zweite Hormonwandel zum Glück ohne die pubertäre Hirnauflösung stattfindet. Ulrike Draesner ermuntert insbesondere Frauen, über die Gestaltung des letzten Lebensdrittels nachzudenken und sich nicht von Erwartungen und Konventionen beeinflussen zu las-

sen: «Man ist nicht nur so alt, wie man sich fühlt, sondern auch so alt, wie man sich machen lässt.» Nicht mehr unter dem gleichen Leistungs-, Verantwortungs- und Entscheidungsdruck zu stehen wie in jungen Jahren, ist ein angenehmer Aspekt des Alters.

Ulrike Draesners Buch ist scharfsinnig, klug, mehrschichtig und pointiert geschrieben und lässt einen trotz der anspruchsvollen Perspektiven zuversichtlich in die Zukunft blicken. Es stiftet an, sich selbst auszumalen, wie und wer man sein möchte, gerade jetzt und im Alter – und lässt einen die eigenen Falten wohlwollend als Vertiefung im wörtlichen sowie im übertragenen Sinn sehen.



«Eine Frau wird älter. Ein Aufbruch» von Ulrike Draesner. Penguin Verlag, München 2018. ISBN 978-3-328-60002-2. (Bilder zvg.)