

Karl S. Krone



OLDI

Alter ist eine Frage der Einstellung

50 Inspirationen
für dein schönes neues Leben
im Ruhestand

YES

© 2022 des Titels »Oldi – Alter ist eine Frage der Einstellung« von Karl S. Krone (ISBN 978-3-96905-184-9)
by Yes Publishing – Pascale Breitenstein & Oliver Kuhn GbR. Nähere Informationen unter: www.yes-publishing.de

Achtung! **Dieser Text kann Spuren** **von Humor und Ironie enthalten!**

Wenn man heute eine Satire veröffentlicht, ist es angebracht, diese bereits in den ersten Zeilen als solche zu kennzeichnen: »Vorsicht, Satire!«, oder auch: »Achtsam weiterlesen – Humor kann Ihre Lachmuskeln reizen!« Oder eben: »Achtung! Dieser Text kann Spuren von Humor und Ironie enthalten!« Ich hoffe, du persönlich wirst diese Hilfestellung aus dem Bereich betreutes Denken nicht brauchen. Dennoch möchte ich speziell für dieses Buch darauf hinweisen, dass es sich bei dem vorliegenden Werk nicht um einen ernst zu nehmenden Versuch der Lebenshilfe handelt, also auch um keinen echten Ratgeber oder Survival-Guide – du kannst eventuell aktivierte Gefühle von Lernbereitschaft wieder abschalten. Ein solches Buch dürfte ohnehin nahezu überflüssig sein, denn wer es bis zum Rentenalter geschafft hat, sollte sein Leben im Griff haben und keine Ratgeber mehr benötigen. Sollte man annehmen.

Doch, ein wirklich wahrer Ratgeber!

Das Rentenalter erreicht – endlich erwachsen! Hinter dir liegt eine Lebensphase, in der kuriose Beschäftigungen wie der Kauf endgeiler Lautsprecherboxen und das Tragen bizarren Schuhwerks dein Lebensinhalt waren. Es folgten Phasen voller Windelhorror und Bausparersorgen. Nervende Kleinkinder, vielleicht eine Horde Pubertierender. Vorbei, endlich frei! Jetzt fängt das richtige Leben an! Ruhestand? Um Gottes willen! Du hast noch so viel vor! Zukunftsängste? Warum denn nur? Was soll dir schon passieren? Gut, ein paar Probleme gibt es, aber die nehmen wir in Angriff.

Du kannst dir zum Beispiel Passwörter nicht mehr so gut merken wie vor zwei Jahrzehnten, aber ist das wirklich tragisch? Man entwickelt seine Techniken, um solche Dinge in den Griff zu kriegen. Den Mount Everest (8848 m) erklimmst du nicht mehr an einem Wochenende. In dieser Lebensphase muss der Große Feldberg (881 m) im Taunus reichen. Oder der Monte Troodelöh (118,04 m) im Königsforst bei Köln. Wen wollte ich heute noch anrufen? Vergessen. Mal auf die Liste schauen. Ach ja! Kurzatmigkeit, Vergesslichkeit, ein gewisser Hang zum Chaos – nein, das sind alles keine grundlegenden Probleme. Als Rentner oder Rentnerin hat man ganz andere, viel gewichtigere Fragen zu lösen ...

Wie komme ich ohne Arbeit aus?

Rentner in Europa am Morgen:

Was macht der englische Rentner? Er frühstückt, liest die *Times* und geht dann in den Club.

Was macht der französische Rentner zur Morgenstunde? Er frühstückt Kaffee und Baguette, klemmt sich eine Flasche Rotwein unter den Arm und besucht seine Freundin.

Der deutsche Rentner nimmt seine Herztabletten ein und wünscht sich, er könnte zur Arbeit gehen.

Stimmt das so? Ist das Leben ohne Arbeit wirklich so trüb?

Die Abschiedsfeier in der Firma – was hast du dich klammheimlich gefreut, dass du diese Sackgesichter nicht mehr jeden Tag sehen musst! Jetzt wird dir allerdings klar, dass du Stress gegen Langeweile getauscht hast – irgendwie kein besonders guter Deal...

Apropos Langeweile – gut, dein Job war auch nicht gerade ein Freizeitpark. Aber wenn, was ja durchaus nicht selten vorkam, mal wieder ein Nachmittag ausgesprochen ereignislos zu verlaufen drohte, hattest du tolle Möglichkeiten. Zum Beispiel konntest du immer irgendjemanden hinters Licht führen!

Das Reich der Legenden aus sämtlichen Berufszweigen berichtet von urkomischen Aktionen auf Kosten zum Beispiel der Auszubildenden.

Du warst Schreiner? Gib es zu, auch du hast während deiner Berufskarriere mindestens dreimal einen Lehrling losgeschickt, den Kurvenhammer zu holen oder das Augenmaß. Ach so, du warst im Gartenbau tätig oder Archäologe? Dann war es eher der Spatenmotor, nach dem du einen unbedarften Mitarbeiter geschickt hast. Im Bauwesen und in der Montage waren der Siemens-Luftanker, das Holzschweißgerät, die Ersatzblase für die Wasserwaage und der Kupfermagnet immer wieder dringend benötigte Hilfsmittel. Und keine Autowerkstatt kam ohne Kolbenrückholfeder oder die Kurbelwellenbeleuchtung über eine Langeweilekrise am Arbeitsplatz hinweg. Mancher Elektriker in der Ausbildung musste auch kurz vor Feierabend noch schnell den Spannungsabfall wegfegen.

Das alles funktionierte natürlich nur, weil du im Beruf eine gewisse hierarchische Höhe hattest. Die armen Opfer deiner Schandtaten trauten sich nicht, sich zur Wehr zu setzen, zumal deine genauso gemeinen Kollegen dich auch noch unterstützten. Jetzt als Rentner stehst du allein da.

Zwischenfrage an die Rentnerinnen: Haben Frauen eigentlich im Berufsleben auch einen solchen Fundus an miesen Scherzen?

Ich höre gerade von gewöhnlich gut informierten Seniorinnen, dass auch sie im Berufsleben ihre Tricks und kleinen

Späßchen unter Kollegen hatten. Zucker im Salzstreuer führte zu einer heiteren Mittagspause, an einem langen Wochenende wuchs Kresse in der Tastatur (billiges Ersatzgerät nehmen!), die ganz private Zeitumstellung (einfach die Uhr im Büro eine Stunde zurückstellen) irritierte doch sehr und ein bisschen Nutella auf dem Deckel der Damentoilette oder am Wasserhahn sorgte für lustigen Ekelspaß bei besonders empfindlichen Kolleginnen.

Zurück zum Rentnerdasein: neue Tätigkeitsfelder für Oldies? Versuch lieber nicht, lieber Rentner, deinen Nachbarn zu verarschen, auch wenn dich die Idee noch so reizt. Es sei denn, du hast vor, in nächster Zeit umzuziehen. Lass auch die Menschen zufrieden, die täglich deine Post anliefern. Es könnte sonst sein, dass du keine mehr bekommst. Vergeh dich nicht mit derartigen Scherzen an jüngeren Familienmitgliedern. Dein Karma könnte entscheidend leiden und deine Schandtaten fallen irgendwann auf dich zurück. Du willst nicht scherzen, sondern Ernst machen?

Werd nicht zum Platzhirsch!

Im Beruf warst du die ganz große Nummer – die volle Anerkennung, Triebabfuhr inklusive. Aggressionen abbauen? Wozu gab es die lieben Kollegen oder gar untergebene Mitarbeiter? Mach jetzt nicht den Fehler, diese Verhaltensweisen auf deinen Wohnort und deine Nachbarschaft zu übertragen!

Einen Platzhirsch wollen die nicht – oder sie haben schon einen.

Apropos Platzhirsch: Früher hattest du so deine Probleme mit der Hierarchie. Nein, nicht solange du oben standest, aber da warst du nicht immer. Du musstest kämpfen in deinem Berufsleben, und du konntest kämpfen wie kein anderer. Was hast du doch alles an Lebensqualität aus dem Kampf gegen deine widrigen Mitmenschen gezogen! Wie zufriedenstellend war es, wenn du deinen Arbeitstag beenden konntest in dem Bewusstsein: Ja, ich habe sie fertiggemacht, alle! Nein, über dir ist jetzt tatsächlich nichts mehr. Als Rentner bist du der Boss, der Chef oder die Chefin zugleich – nur: Unter dir ist ebenfalls niemand, den du bekämpfen, drangsalieren, belügen, treten, um den letzten Nerv bringen oder mit dem du auch einfach nur bedeutungsschwanger reden kannst. Du bist allein in deiner Firma.

Sogar als Verlierer, wenn du einmal nicht als Sieger aus einer Auseinandersetzung hervorgegangen bist, konntest du doch den weiteren Kampf vorbereiten, Intrigen schmieden, gemeine Fallen stellen, Tretminen legen – ach, was war das schön! Heute hast du immer noch Probleme mit der Hierarchie – mit einer viel zu flachen nämlich. Über dir nichts, von dem du dich geschickt wegducken müsstest. Unter dir nichts – allenfalls dein Dackel oder dein Goldfisch oder die Miezkatze. Aber selbst die ist nicht wirklich unter dir in der häuslichen Hierarchie, denn das Biest tanzt dir jeden

Morgen schon beim Frühstück auf der Nase herum, wenn es dir wieder mal die Wurst von deinem Teller klaut.

Nun bist du in Rente, die Hierarchie in der Firma namens Familie ist flach, flacher geht es nicht. Alte Kontrahenten gibt es nicht mehr. Du könntest dir neue suchen, indem du – im übertragenen Sinne natürlich – laut röhrend durch euer Wohngebiet rennst und den örtlichen Platzhirsch auf dich aufmerksam machst. Vermutlich geratet ihr dann irgendwann aneinander – meist wegen Parkplatzproblemen, Streit über die Mittagsruhe oder die Grenzbebauung –, und es entwickelt sich ein schöner, erfüllender Nachbarschaftszwist, der zwei lebensvolle Männer ganz und gar beschäftigen kann. Ganz wie früher im Berufsleben – nur kriegt jetzt deine und auch seine Familie alles hautnah mit. In der Firma wart ihr sozusagen für euch im Spielerparadies, in so einer Art Bällebad oder Paintball-Arena für Erwachsene. Jetzt sind alle live dabei

Zu deiner Seelenruhe als Rentner wird das möglicherweise nicht beitragen, weil jetzt alle genervt sind. Deine Partnerin/dein Partner, der Nachwuchs, die Haustiere, etwaige Besucher und wer immer mit euch zu tun hat. Ja, aggressive Rentner, das ist eine besondere, wenn auch verbreitete Lebensform. Hunderte Anwaltskanzleien und zahllose Richter finden Beschäftigung wegen sich streitender Rentner. Dutzende Hausärzte und Therapeuten flicken die Wunden, die sie sich gegenseitig schlagen.

Du hast im Beruf nicht zu den Alphetieren gehört? Du warst eher Teil der Herde im Arbeitsleben, warst nicht der Schäfer oder gar der Schäferhund? Auch gut. Die oben geschilderten Probleme mit dem sinnstiftenden Streit unter Leithammeln hast du also nicht. Freu dich, du Teil der Herde, du bist jetzt fein raus. Der Schäferhund ist weg, du kannst friedlich grasen, ohne dass dich jemand anklafft ...

Sie brauchen dich, aber brauchst du sie?

Gemeinnützigkeit ist eine ansteckende Krankheit, und du als Rentnerin bist besonders anfällig dafür. Hinter jeder Straßenecke lauern sie auf dich und wollen deine Arbeitskraft nahezu kostenlos ausbeuten – aber vielleicht hast du ja sogar Spaß daran? Jetzt fällt mir wieder ein: Wir reden über ein typisches Männerproblem. Frauen sehen sich selbst in ihrem aktiven Berufsleben, in ihrer Firma, so glaube ich, ganz anders als Männer. Sie schwimmen wie die Fische im Wasser, genießen es, auf derselben Woge mit ihren Kollegen und Kolleginnen zu treiben, gemeinsam neue Strände zu erobern, um im Bild zu bleiben. Ja, die Frau als Rentnerin hat es einfacher. Zumal Frauen in diesem Alter unternehmungslustiger sind als Männer. Die alte Hierarchie existiert nicht mehr, das System Arbeitswelt ist abgeschaltet? Kein Problem, nehmen wir doch diese Veränderung zum Anlass, etwas Neues aufzubauen und uns an anderer Stelle zu engagieren – denkt die Frau, die jetzt

Rentnerin ist. Gehen wir doch einfach irgendeine Aufgabe in der Verwandtschaft an. Oder bringen wir uns gemeinnützig ein – wobei gemeinnützig eigentlich ausgesprochen eigennützig ist, denn am meisten von der gemeinnützigen Tätigkeit profitiert die Dame selbst, die sie ausübt.

Warum Männer das nicht begreifen? Auch denen fehlt das alte Sozialsystem, wenn auch aus ganz anderen Gründen, aber sie schlagen lieber auf dem Sofa Wurzeln, statt sich irgendwo nützlich zu machen – wobei es auch Männern selbst am meisten nützt, nützlich zu sein.

Gehen eigentlich auch Hausfrauen (und -männer) in Rente?

Keine Frage, sie haben es verdient. Allerdings ist die Entlastung vom anstrengenden Berufsalltag nicht vollständig: Überfallartig brechen Kinder und Enkelkinder an Sonntagen in den Rentnerhaushalt ein und verlangen die hochkalorische Verköstigung, mit der sie seit ihrer frühen Kindheit sentimentale Erinnerungen verbinden. Wer steht wieder mal am Kochtopf? Gehen eigentlich Hausfrauen nie in Rente? Ja, schon, irgendwann, aber das bedeutet nicht dasselbe wie bei einem Mann, zumal es unter den Männern immer noch wenige Hausmänner gibt.

Besonders krass unterscheidet sich die weibliche von der männlichen Rolle im Rentenalter, wenn der Nachwuchs zu Besuch kommt. Da wird erwartet, dass aufgetischt wird,

was Küche und Keller hergeben. Den Kasten Bier aus dem Keller holt Opa nicht mehr selbst – das macht die sportliche Tochter. Die Küche ist das Problem. Da muss nämlich die Hausfrau und Mutter zur Tat schreiten, auch wenn sie in Rente ist. Würde sie sich weigern, für die ganze Bagage zu kochen und zu backen, würde sie einen familiären Shitstorm ersten Ranges auslösen – und den halten nur ausgesprochen charakterfeste Frauen aus. Oder das große Jammern: Söhne betteln um Sauerbraten, Töchter vergessen all ihre vegetarischen und veganen Ambitionen und schwelgen schon vorab in Traumvisionen von Spaghetti bolognese, und das ohne Rücksicht auf die darin enthaltenen Kalorien und Rinder. Und da ist dann immer noch die eine, die gerade Intervallfasten betreibt und für die das Essen zu Hause bei Müttern gerade in eine Fastenphase fällt – es sei denn, alle richten sich nach ihr und treffen sich am Dienstag, pünktlich um neun Uhr. Da hat sie nämlich zwei Tage nichts gegessen und einen Mordshunger.

Doch handelt es sich bei diesen kuriosen Verwicklungen um die familiäre Ernährung nicht etwa um die einzigen Verwerfungen im Rentnerhaushalt ...

Ganz gewaltige Veränderungen in der Tierwelt

Man könnte sie zwar nur als Familienmitglieder zweiten Ranges bezeichnen, aber sie haben dich und die Deinen

ein ganzes Leben lang begleitet und planen keinen Umzug, nur weil du jetzt Rentner bist – deine Haustiere. Barko, dein treuer Hund, der dich immer ins Büro begleiten durfte, dort als Reißwolf Dutzende Kartons zerkleinert hat und dir im Winter unter dem Schreibtisch so wunderbar die Füße wärmte – das alles gab seinem Leben einen Sinn. Jetzt steht er wie immer um 7:00 Uhr schwanzwedelnd vor der Haustür und will los. Nur: Er darf nicht, es geht nicht in die Firma! Nach einer kurzen Runde um den Block muss er wieder – husch! – ins Körbchen. Langweilig ...

Ganz anders Tigger, dein Kater. Wie bringst du ihm schonend bei, dass du jetzt den ganzen Tag in seiner Wohnung verbringst und ihm das Revier streitig machst? Bis vor Kurzem hatte das arme Tier jeden Tag zehn Stunden Ruhe, den Arbeitsweg mitgerechnet. Du warst morgens um 7:00 Uhr aus dem Haus und kamst frühestens um 17:00 Uhr zurück, um ihm seine Dose mit dem Delikatesskatzenfutter zu servieren und sein Katzenklo sauber zu machen. Zu mehr brauchte er dich nicht. Und jetzt hängst du den ganzen Tag auf seinem Sofa rum und willst ihn puscheln. Das nervt! Wenn du ein Defizit an Nähe und Wärme verspürst, halte dich doch bitte an deine eigene Art.

Und das traurigste Kapitel: dein Aquarium. Als du noch im Berufsleben warst, hast du den Unterwasserzoo nur alle paar Wochen eines Blickes gewürdigt. Jetzt starrst du – den Blick immer irgendwo zwischen Verzweiflung und Nirwana – den ganzen Tag über in das begrenzte Biotop zwischen den Glasscheiben, und deine beflossenen Haustiere bekommen

Big-Brother-Gefühle. Und hast du sie heute schon gefüttert? Du weißt es nicht mehr so genau, also sicherheitshalber nochmal ein bisschen ... Keine vier Wochen, und jedes einzelne Fischlein im Becken ist schwer übergewichtig.

Du hast überhaupt keine Haustiere, erwägst aber, welche anzuschaffen, damit dein Leben einen neuen Sinn bekommt? Dann solltest du Folgendes bedenken ...

Die neuen Haustierchen

Die Idee ist naheliegend: Wenn dir in deiner Umgebung die Menschen ausgehen, kannst du auf ganz andere Art und Weise für mehr Leben in deiner Bude sorgen – du schaffst dir ein Haustier an oder gleich mehrere. In deinem bisherigen Leben hast du dein Revier noch nie mit anderen Säuge- oder sonstigen Tieren geteilt, außer mit Menschen. Das hat ein gewisses Defizit an Erfahrung zur Folge, welches wir hier vielleicht ein wenig ausgleichen sollten.

Mach dir klar, dass jede neue Art von Lebewesen in deinem Haushalt nicht nur Freude bringt, sondern dich mit ganz neuen Aufgaben und Belastungen konfrontiert. Mal knapp zusammengefasst:

- Hunde müssen bei jedem Wetter raus (auch nachts!), kacken dem Nachbarn auf die Wiese oder beißen den Postboten. Du kannst auch Welpen nicht allein zu Hause lassen, weil die Jungtiere entweder deine Wohnungsein-

richtung in ein 13 000-Teile-Puzzle verwandeln oder die ganze Nachbarschaft und den Tierschutzverein mit ihrem Geheul oder Gekläffe zu Hilfe rufen, wenn Herrchen und Frauchen mal ein paar Minuten nicht da sind. Manche Exemplare behalten dieses Verhalten auch im erwachsenen Alter bei.

- Junge Hunde (besonders solche größerer Rassen) und alte Menschen sind nicht unbedingt kompatibel, es sei denn, du liebst es, täglich mehr oder weniger hilflos an einer Leine durch deine Heimatstadt gezerrt zu werden.
- Die Anzahl der Urlaubsländer, in die du reisen kannst, reduziert sich drastisch, da du Waldi nach Ankunft oftmals in Quarantäne schicken müsstest. Am Strand bist du nur in bestimmten Bereichen willkommen, z. B. am Köttel Beach oder in der Dog Shit Bay.
- Rüden müssen kastriert werden (eine unangenehme Vorstellung für Männer) oder erfreuen dich und alle Menschen in deiner Umgebung mit blutigen Hundekämpfen. Ohne Kastration fällt dein niedlicher Mops-Macho in maßloser Selbstüberschätzung auch Doggen und Riesenschnauzer in Dinosaurierdimension an. Nicht nur in dieser Situation stehen dir horrende Tierarztrechnungen ins Haus.
- Nicht geringer sind die Belastungen und Kosten bei Katzen. Sie sind immerhin so autark, dass sie auch einmal

24 Stunden ohne dich aushalten, richten aber bei der Gelegenheit oftmals äußerst perfide Verwüstungen in der Wohnung an. In dieser Hinsicht sind sie weitaus kreativer als Hunde. Sie machen aus deinem alten Mahagonischrank einen Kratzbaum und markieren – wenn dein Kater nicht kastriert ist – ihr Revier mit extrem aggressivem Katzenurin. Außerdem bedecken Katzen die ganze Wohnung mit einer dünnen, aber hochallergenen Schicht aus feinstem Katzenhaar. Wenn sie Freigänger sind und durch die Katzenklappe nach draußen dürfen, bedanken sie sich bei dir mit Geschenken auf der Fußmatte, vorgekauerten Mäusen und niedlichen Singvögeln, denen sie das Licht ausgeknipst haben.

- Weibliche Katzen kriegen unentwegt Junge. Wenn du nicht dafür sorgst, dass der Tierarzt diesem Automatismus einen Riegel vorschiebt, bist du bei jedem Wurf zwei bis drei Monate damit beschäftigt, die Jungtiere an ahnungslose Menschen weiterzuvermitteln.

Hunde und Katzen sind dir zu groß? Kleine Säugetiere hattest du doch vermutlich schon während deiner Elternkarriere im Haus. Warum willst du damit jetzt noch einmal anfangen?

- Ratten und Mäuse passen besser zu pubertierenden Mädchen als zu einem Rentner oder einer Rentnerin. Ähnliches gilt für Meerschweinchen, Chinchillas, Kaninchen und Degus.

- Minischweine werden nicht stubenrein geliefert – da wartet eine schöne Aufgabe auf dich. Außerdem wachsen sie mit der Zeit vom Format Mini zu einem ausgesprochen umfangreichen Rollbraten heran ...
- Kanarienvögel, Wellensittiche oder Zebrafinken sind wegen der nicht artgerechten Haltung im Haushalt aus der Mode, Papageien teuer und nur schwer zu beschaffen (unter anderem wegen der Einfuhrbeschränkungen). Außerdem enttäuschen diese Vögel kommunikativ. Falls du gehofft hast, dich mit ihnen auch nur rudimentär unterhalten zu können: Sie sind doof und plappern selbst im alltäglichen Diskurs einfach nur alles nach.
- Schön unproblematisch ist eine Schildkröte. Sie frisst die Salatreste aus der Öko-Küche deines Partners/deiner Partnerin (oder gleich das ganze Gericht) und stellt sonst keine Ansprüche. Schildkröten müssen auch nicht bespaßt werden, sondern dämmern einfach so vor sich hin. Dabei können sie uralt werden – wie du ja auch, ihr könnt zusammen dämmern. Wenn man allerdings vergisst, sie zu füttern, beginnt irgendwann irgendetwas unter dem Sofa bestialisch zu stinken.
- Eine gute Variante sind Aquarienfische. Sie haben keinen direkten Zugang zu deiner Lebenswelt und schädigen dein Interieur nur dann, wenn das Aquarium platzt. Die Fische am Leben zu erhalten, ist allerdings keine ganz

einfache Sache. Kaltwasserfischen wird es im Aquarium gern zu warm; tropische Warmwasserfische hingegen neigen zum Frösteln, deshalb muss ihr feuchtes Heim mit aufwendiger elektrischer Heiztechnik ausgestattet werden. Aquarienheizungen regeln sich zwar automatisch, produzieren aber im Laufe von einigen Monaten oder Jahren meist eine eklatante Fehlfunktion und aus deinem Aquarium wird Fischsuppe.

- Sehr unproblematische Mitbewohner sind mit KI (künstlicher Intelligenz) ausgestattete Haustiere, bei denen sich eine Artzuordnung eigentlich erübrigt. Sie fassen sich hübsch kuschelig an, sind mehr oder weniger sprachbegabt (Alexa oder Siri in der Pelzversion) und lassen sich nach den wechselnden Bedürfnissen des Rentners/der Rentnerin neu programmieren. Um Erfahrungen zu sammeln, könntest du mit der Roboter-Kuschelrobbe »Emma« oder dem Sony-Hund »AIBO ERS-7M3« zu 4798 Euro beginnen.

Nein, nein, lass dir deine Vorfreude auf einen kuscheligen Lebensgefährten nicht nehmen. Du wirst als neuer Besitzer oder neue Besitzerin eines Haustieres sicherlich viele überaus wertvolle Erfahrungen machen, die du ganz und gar nicht missen möchtest. Wenn dich die hier aufgelisteten Problempunkte allerdings doch abgeschreckt haben sollten: Versuch doch einmal eine Partnerschaftsvermittlung für Menschen ...

Die Verwandtschaft und dein kommunikatives Defizit

Du hast keines? Warte mal eine Weile! Du wirst dich wundern, wie still es um dich herum werden kann. Waren nämlich gestern noch fünf Anrufe pro Stunde ganz normal, dazu drei SMS, vier WhatsApp-Nachrichten und vierzehn E-Mails, davon elf Spam, gibt es heute Tage, an denen du dir in deinem Wohnzimmer vorkommst wie ein Mönch oder eine Nonne in einem Schweigeorden. Apropos Nonne: Für Frauen existiert das Problem lange nicht so extrem wie für Männer, sind sie es doch gewohnt, ausschweifende Telefonate mit Mutter, Töchtern, zahlreichen Freundinnen, Kosmetikberaterinnen und den Damen vom Literaturkreis zu führen. Besonders Männer der älteren Generation kennen diese Gesprächskultur nicht. Ein typisches Männertelefonat in dieser sozialen Gruppe: »Ja ... Seit wann? Wie viele? Geht klar. Bis später!«

Was ist zu tun? Hol dir an Gedankenaustausch, was du brauchst – per Telefon, WhatsApp und live bei der Familienfeier.

Apropos Familienfeier und Gesprächsstoff: Was dir in der Vergangenheit die Firma lieferte, kann jetzt deine hoffentlich sozial äußerst aktive Verwandtschaft leisten. Worüber es sich lohnt zu reden? Mein Onkel Franz pflegte sich bei Familienfesten – zunächst sehr zum Entsetzen der übrigen Verwandten – eine Gabel ins Holzbein zu stechen. In-

zwischen ist diese Vorführung zum festen Bestandteil jeder Feier geworden, und Onkel Franz geht die Angelegenheit recht professionell an. Er sitzt, umringt von der ganzen Sippe, auf einem Stuhl und tut es. Zur allgemeinen Freude benutzt er heute sogar Steakmesser oder Fonduegabeln. Die jeweils ruinierte Anzughose wird durch eine verwandtschaftliche Spendensammlung in seinem geräumigen Filzhut ersetzt. Gehässige Familienmitglieder neiden ihm seinen Erfolg und hoffen, dass er eines Tages die Beine verwechselt. *Flesh for Fantasy* – unterhaltsamer Inhalt für Männergruppe, Kaffeekränzchen, Stammtisch und ein paar Worte im Café an der Ecke. Der Verwandtschaft sei Dank.

Das endlose Wochenende

Dieses Kapitel ist ein besonderes, denn es hat eine eingeschränkte Zielgruppe. Während die übrigen Texte des Buches zumeist auch für Rentner und Rentnerinnen Gültigkeit besitzen, die einen Sieben- oder Acht-Stunden-Tag hinter sich gelassen haben, werden sich hier vor allem solche Pensionäre angesprochen fühlen, die frei über ihre Arbeitszeit entscheiden konnten. Sie sind es nämlich, die Probleme mit den Wochenenden und Feiertagen hatten und haben.

Die gesamte Berufswelt sehnt sich, man könnte sagen lechzt bereits am Montagmorgen nach dem kommenden Wochenende und der damit geschenkten Freizeit. Freiberufler empfinden das oft anders. Feiertag oder Wochen-

ende, das bedeutet erzwungene Untätigkeit für Schriftsteller, Architekten, Grafiker und Künstler, weil all die anderen nicht arbeiten wollen. Unvollständige Zuarbeit, ungeklärte Probleme, verschobene Entscheidungen. Und darüber hinaus noch viel mehr.

Gut, ja, in südlichen Ländern sind Feiertage leicht wie die Luft an einem Frühlingsmorgen. Wer mag, faulenz (was er auch an einem Werktag hemmungslos erledigen würde) oder arbeitet. Die Lebensmittelhändler öffnen ihre Geschäfte – oder auch nicht.

Deutsche Feiertage sind anders – staatlich verordnet und unumgänglich. Aggressiv wie Kloreiniger fressen sie sich in die sie umgebende Woche hinein. Schon Wochen, wenn nicht Monate vor dem jeweiligen Feiertag beginnt eine langsam schleichende und exponentiell zunehmende Erschlaffung, die nur noch vom Einkaufsrappel am letzten Werktag unterbrochen wird. Und die jeden oder jede, ob sie wollen oder nicht, zu ergreifen droht.

Es ist auch schwer, dieser Wochenend- bzw. Feiertagsatmosphäre zu entgehen, denn rätselhafterweise beginnen alle Freizeitparalytiker an diesem Tag wie die Geisteskranken einzukaufen, als stünde eine katastrophale Knappheit ins Haus. De facto dauert die Zeit ohne Lebensmittelnachschub meist ganze 48 Stunden. Wahrscheinlich ist es aber dieser Einkaufsrappel, der ganze Branchen überhaupt am Leben erhält. Nach diesem letzten Aktivitätsanfall folgen endlose Stunden zwanghaften und dumpf-dämmerigen Wohllebens, und das auch im Falle schwerster wirtschaftlicher Krise,

die eigentlich zu kreischender Verzweiflung und zu augenblicklichen Aktivitätsausbrüchen führen müsste. Aber nichts geschieht, denn das Feiertags-Sedativum wirkt stärker als Morphium.

Diese Wochenendphobie und Feiertagsabneigung nehmen mit dem Alter zu, der ältere selbstständig arbeitende Mensch hat einfach viel zu viele Feiertage und Wochenenden erlebt, die ihn und seine beruflichen Aktivitäten immer wieder paralyisiert haben. Auch Geburtstage mag mancher nicht mehr feiern, denn sie reihen sich ein in eine endlose Kette überflüssiger Festivitäten. Und man wird ohnehin jedes Mal älter.

Der Freizeitvirus hat das Jahr vollständig im Griff: Das bis weit in den Januar wuchernde Weihnachtsgeschwür wird abgelöst von massiver Oster-Agonie. Es folgt der ausgedehnte Pfingstverfall jeglicher Arbeitskraft, unterbrochen und zugespitzt von Fronleichnam und dem 1. Mai, der ironischerweise Tag der Arbeit genannt wird. Bald darauf folgen die Sommerferien, Urlaube, Auszeiten bis zum Sankt-Nimmerleins-Tag – schließlich und endlich wieder Weihnachten und Silvester.

Amerikaner kennen den *good time fool* – sein deutsches Gegenstück ist der Freitagsverlängerungsidiot oder Brückentagler. Der ist ausgesprochen konjunkturschädlich, denn in der Zeit vor oder nach einem Feiertag in Deutschland mit jemandem Geschäfte zu machen, ist so gut wie unmöglich. Nach den Feiertagen hält der Zustand der Erstarrung weitere Wochen an. Brückentage verlängern das Koma der