

CLAUDIA RIESS | STEFAN RIESS

BORN TO BE WILD?

WIE DIE GENERATION

Ü40

**FÜHLT, LIEBT
UND LEBT**



dtv
ebook

INHALT

Der Beginn:
Ein Abend unter Freunden oder
wie die Idee zu diesem Buch entstand **9**

Was wir fühlen

Konsum statt Utopien – und warum das gut ist	24
Alte und neue Medien – vom Dual-Plattenspieler zum Download	29
Was wir glauben – die stille spirituelle Revolution	36
Unsere Psyche – die Stimmung steigt!	43
Unser Charakter – stabil, mit leichter Tendenz zur Verbesserung	49
Die Sinne schwinden – aber das Gehirn läuft noch wie geschmiert	56
Unser Körper (1) – von Sorge und Vorsorge	66
Unser Körper (2) – über Fettpolster und Fitnesscenter	71
Unser Körper (3) – vom Lidschatten zum Lifting	77
Wir und die Mode – cool statt speißig	83

Ausgehen 40+ – vom Partylöwen zum Wandervogel **88**
Besser essen – alles bio, oder was? **93**

Wen wir lieben

Seelenverwandte –
von Facebook und anderen Freunden **103**
Einsame Herzen – Liebe in der Lebensmitte **108**
Der Sex der spät(er)en Jahre – eigentlich saugeill! **118**
Die lieben Kleinen – unsere neuen Statusobjekte **124**
Unsere Eltern – so fern und doch so nah **130**

Wie wir leben

Generation Google – wir Halbwissenden **140**
Karriere 4.0 – immer schön in Balance bleiben **146**
Arbeiten heute – und was die Zukunft
uns noch bringt **151**
Das liebe Geld – mein Auto, mein Haus,
mein Boot und ich **156**
Wir Middle-Ager im Reisefieber –
Meran statt Manhattan **161**
Volles Engagement –
aber vorher noch die Mails checken ... **167**

Das Ende:
Ein weiterer Abend mit Freunden
oder eine Generation im Widerspruch **171**

**DER BEGINN:
EIN ABEND UNTER FREUNDEN ODER
WIE DIE IDEE ZU DIESEM BUCH ENTSTAND**

Wie Claudia ihn erlebte ...

Da saßen wir wieder zusammen, mein Mann und ich und vier unserer ältesten Freunde, sechs Menschen im besten Alter, wie man so sagt, bei einem Glas Wein und etwas Käse. Lange hatten wir uns nicht gesehen und die Zeit hatte ihre Spuren in den Gesichtern und Lebensläufen hinterlassen.

An diesem Abend fiel mir zum ersten Mal auf, dass wir nicht mehr jung waren. Und mir kam ein Zitat von Heinrich Böll in den Sinn, das ich vor Kurzem gelesen hatte: »Wie alt man geworden ist, sieht man an den Gesichtern derer, die man jung gekannt hat.« Anstatt als »Best Ager« fühlen wir uns eher wie »alte Säcke«. Angekommene, die in einer Sackgasse stecken. Uns 40- bis 55-Jährigen geht es wie der Popkultur: Rückwärts ist das neue Vorwärts. Unser Leben – eine Collage aus Retroschnipseln (die erste selber aufgenommene Musikkassette für die La-Boum-Fete im holzgetäfelten Partykeller der Eltern, Interrail quer durch Europa, das erste eigene Auto, der erste Job, verfloessene Partnerschaften). Wir blicken nur noch zurück, weil wir fürchten: Da kommt vermutlich nichts Großartiges mehr. Es gibt kaum Abzweigungen auf unserem Lebensweg, er führt geradeaus ins Altenheim, stramm auf den Tod zu.

Früher dankte man mit 40 ab. Dank moderner Medizin, genug zu essen, Fitnesswahn und Frieden in unserem Land dürfen wir stattdessen noch lange Jahre weiter mit Spiegeln im Haus leben und feststellen, dass unsere Zellen von Tag zu Tag an Disziplin verlieren. Das Gute daran: Es wird schnell gehen. Es ist ja jetzt schon so, dass jedes neue Jahr doppelt so schnell verläuft wie das Jahr zuvor. Kein Wunder also, dass es uns vorkommt, als sei in unseren Dreißigern viel mehr passiert als in den Vierzigern.

Beruhigend war, dass es den anderen wohl ähnlich ging. Obwohl wir unterschiedliche Lebenswege eingeschlagen hatten, bewegten uns alle dieselben Themen. Dieselben Ängste. Und dieselben Probleme. Ich schielte zu meinem Mann hinüber und sah, dass er das Gleiche dachte wie ich: Zeit, darüber ein Buch zu schreiben. Über unsere Generation. Die Generation der 40- bis 55-Jährigen, die mittleren Jahrgänge, die cool und niemals spießig sein wollen. Die Generation, die immer noch versucht, aus dem Schatten der 68er rauszutreten. Und sich schwer damit tut, sich irgendwie einzuordnen.

Was uns verbindet, sind die Erfahrungen einer Kindheit in den Sechzigern, einer Jugend in den Siebzigern, für viele folgte das Studium in den Achtzigern und die Karriere in den Neunzigern. Unsere Generation wuchs ohne wirkliche Feindbilder auf. Aber wir sind auch die Generation, deren Provokation meist völlig ins Leere lief. Wir trugen Che-Guevara-T-Shirts und PLO-Tücher und sahen abends im Fernsehen ›Ein Colt für alle Fälle‹ und Captain Kirk. Wir schmissen im Kino Reis zur ›Rocky Horror Picture Show‹, feierten die sexuelle Freiheit, doch erkämpft hatten sie andere – die Generation vor uns. Wir hatten und haben nichts, woran wir uns wirklich reiben können. Gelobt werden stets die hungrigen

Jungen und die radikalen Alten. Die Alten, die 68er, haben ihre Biografien offen zur Schau gestellt, ihre Befindlichkeiten an die große Glocke gehängt und damit die nachfolgende Generation komplett überschattet. Wir kommen aus ebendiesem Dunkel, dieser Stille, aber ist von uns wirklich nicht viel zu erwarten?

Wir sind nicht mehr jung, wollen aber noch so wirken.

Und das gelingt uns auch: Wir haben einen Schrank voller Klamotten, auf die unsere Kinder neidisch sind, und hören Musik wie Teenager. Kein Wunder, schließlich kennen wir uns da aus. Ist ja alles von vorgestern, hatten wir doch schon mal. Kühler Eighties-Synthie-Pop, tot geglaubte Alt-Rocker und Nineties-Boybands tauchen plötzlich wieder auf genau wie die alten Serien unserer Kindheit oder die Leggings, Netzhemden und Neonfarben aus den modisch zweifelhaften Achtzigern. »Jedes Zeitalter hat seine Vorgänger wieder aufleben lassen. Aber es hat noch nie eine Gesellschaft gegeben, die so vernarrt in die Kultur ihrer jüngsten Vergangenheit war wie wir heute«, schreibt der britische Pop-Chronist Simon Reynolds in seinem Buch ›Retromania‹. Sind unserer Generation etwa die eigenen Ideen abhandengekommen?

Da saßen wir also mitten in München an diesem Winterabend. Eigentlich sollten wir glücklich und zufrieden sein, leben wir in Deutschland doch im Wohlstand. Wir haben vieles erreicht, einige von uns haben Kinder, wir verdienen nicht schlecht und haben so manches gesehen von der Welt. Aber auf unseren Gesichtern machte sich Frustration breit. Dabei gelten wir doch als »lässig-freundliche Generation«, wie Harald Schmidt einmal sagte. Ich will Spaß, ich geb' Gas. Wir sind die Ersten, die nach der konservativen Strenge der

50er- und 60er-Jahre und der linken Strenge der 68er etwas Pop und Spaß ins Leben, in den Beruf und in die Politik brachten.

Auf dem Tisch war ein Durcheinander von Tellern, Flaschen und Gläsern, genau wie in unseren Köpfen und Gedanken. Wir sprachen über die Kanzlerwahl, inwieweit sich SPD und CDU noch unterscheiden, über schwarze Präsidenten und darüber, ob unsere Kinder Chinesisch in der Schule lernen sollten. Ich öffnete eine weitere Flasche Roten und wir wechselten von Politik zu Kultur, waren uns einig darüber, dass Bob Dylans Musik die erste war, die uns wirklich berührt hatte. Wir stellten fest, dass bei uns kaum noch der Fernseher läuft, außer im Vorabendprogramm für die Kinder oder bei der Fußball-WM. Dabei sind wir selbst echte Fernsehkinder. Die erste Generation, die mit der Flimmerkiste aufwuchs. Die ohne ›Flipper‹, ›Western von gestern‹ oder ›Sesamstraße‹ nicht ins Bett wollte. Und heute die Augen verdreht, sobald der eigene Nachwuchs bettelt: »Nur noch kurz den Anfang von ›Supertalent!‹« Wir rätselten darüber, warum ein Buch wie ›Shades of Grey‹ ein Mega-Erfolg geworden ist, schließlich »hat unsere Generation doch die Emanzipation der Frauen ein entscheidendes Stück weitergebracht«, meinte meine Freundin Susanne, eine verheiratete Lektorin mit zwei Teenager-Kindern.

»Glaubst du das wirklich?«, warf ich ein. »Ich finde, an der Frage, wie sich die berufliche Eigenständigkeit der Frauen harmonisch mit dem Familienleben verbinden lässt, ist unsere Generation gnadenlos gescheitert. Das sehe ich ja bei uns selber: Wir teilen uns Job und Kindererziehung, und der Stress ist genau der Gleiche. Wenn du dich um Kinder, Eltern *und* den Beruf kümmerst, bist du einfach verloren. Da bleibt

für nichts mehr Zeit, und abends fällst du todmüde ins Bett, ohne zu sehen, was du geleistet hast ...«

»... und das bisschen Sex geht über die Jahre auch immer mehr flöten«, fiel mir Susanne ins Wort.

»Na, ihr kennt doch die Formel für ehelichen Sex: ein Jahr lang täglich, ein weiteres Jahr lang einmal wöchentlich, dann einmal monatlich und schließlich je nach Lust und Laune«, sagte einer aus unserer Runde.

»Also, mich wundert es nicht, dass ›Shades of Grey‹ zum Markterfolg wurde. Auch wir mittelalten Frauen träumen vom Ritter, der nur uns im Sinn hat und eine heiße Nummer«, schoss es aus mir heraus.

»Ich glaube, ich muss jetzt eine rauchen«, meinte Susanne und blickte dabei ihren Mann an, der ihr gegenübersaß.

»Kannst du gerne machen, draußen auf dem Balkon habe ich einen Aschenbecher hingestellt, hier drinnen möchte ich das nicht wegen der Kinder, du weißt schon«, entgegnete ich.

Rauchen? ging es mir durch den Kopf. Das ist doch Neunziger, wer macht das denn heute noch? Ich habe vor Jahren aufgehört. Die Missbilligung der anderen war nicht mehr zu ertragen, dieser indignierte Blick, als ob man aussätzig wäre. Dauernd in der Kälte stehen und frieren war auch nicht mein Ding. Und wenn du dann die Zigarette in einem Blumentopf ausgedrückt hast, schauten dich alle an, als ob du der Geranie gerade Krebs angehängt hättest. Auch die Hundebesitzer guckten komisch und zogen ihren Ridgeback zur Seite, damit der nicht COPD bekommt. Früher war mir das alles egal, *no risk, no fun*. Aber jetzt, mit Kindern, und ich nicht mehr die Jüngste. Da hat der Gesundheitswahn (oder die Diktatur der Fürsorge, wie sie in der ›Zeit‹ genannt wurde) auch vor mei-