

## Lisa Ortgies "Ich möchte gern in Würde altern, aber doch nicht jetzt"

Fühlen wir uns jünger, als wir sind? Und wenn ja — wer soll uns dann ernst nehmen?

Passe ich noch in die Skinny Jeans? Was spricht eigentlich gegen ein weiteres Kind? Oder für einen zweiten Mann? Müsste ich mich nicht politisch engagieren? Halbmarathon oder Achtsamkeitstraining? Die Middle-Ager von heute sind so jung und aktiv wie nie zuvor — und können theoretisch alles machen, was sie wollen. Praktisch kommt meistens was dazwischen — zum Beispiel ein Herzinfarkt.

Wie leben wir eigentlich, wir Middle-Ager? Wir sind die erste Generation, deren Idole nicht älter werden, sondern immer straffer. Wir haben keine Vorbilder für die Lebensphase Ü40. Wir blicken nach vorn, in die Mienen von Meg Ryan, Nicole Kidman oder Mickey Rourke. Die uns nicht viel zu sagen haben, weil sonst die Nähte hinterm Ohr reißen. Uns kann keiner was vormachen. Wir uns selbst leider auch nicht mehr: Unser Kindheit ist vorbei. Unsere Jugend auch. Danach müssen wir irgendwann erwachsen geworden sein. Oder vielleicht doch nicht? Der Weg ins mittlere Alter führt über Laufbänder, vorbei an Chiasamenfeldern,

