

Leben im Alter

Den Alten wird recht viel geboten
Reisen, Kultur, Spaß, Spiel und Sport,
und mancher dicke Seelenknoten -
brauch noch dazu ein liebes Wort.
„Leben im Alter“ zu beschreiben
die Aufgabe ist schnell gemacht:
Das ist, will man ganz ehrlich bleiben,
einfach - ein Tag und eine Nacht!
Du reckst und streckst dich in der Frühe
gehst in die Dusche, trinkst Kaffee,
liest Zeitung, kochst um 11 Uhr Brühe.
Zu Mittag Hackfleisch mit Püree.
Der Magen steht auf leichten Speisen
er hat ein Lebenlang verdaut!
Man mußte dir die Zähne reißen,
nun wird tagtäglich falsch gekaut.
Du legst dich hin zum Mittagsschläfchen,
gönnt dir ein halbes Stündchen Ruh.
Wenn das nicht klappt, dann zählst du Schäfchen
und schaust dabei den Wolken zu.
Denkst mittendrin an deine Kinder -
die sind zwar lang schon aus dem Haus
sorgst dich um sie - heute nicht minder,
dafür lacht man dich meistens aus!
Am Nachmittag da winkt die „Glotze“
bei guten Sachen schaust du hin.
Der schlechten Witterung zum Trotze
ist auch noch ein Spaziergang drin.
Danach sollst du dein Hobby pflegen
ein Glück für den, der eines hat!
Es wird stets Kopf und Hand bewegen,
setzt jede Grübelei schachmatt.
Der Abend naht, des Tages Ende,
die Show im Fernseh läuft gedämpft
man ißt und trinkt, spricht von der Rente,
für die der Vorfahr einst gekämpft.
Man legt sich still gemeinsam nieder
der Altenalltag ist vollbracht!
Wenn Gott will, kehrt er morgen wieder -
für einen Tag - für eine Nacht!

Katharina Schaaf