

Z

Zwei Tage definieren unsere Lebensspanne. Den einen kennen wir genau: Jahr für Jahr erinnern wir uns am Geburtstag daran, wann unser Dasein begann. Der andere Tag ist ungewiss: Wann wir sterben werden, zu welchem Datum sich Verwandte und Freunde jedes Jahr an uns erinnern werden, bleibt verborgen in einer unbekannteren Zukunft.

Von diesem Tag, so können wir als Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene hoffen, trennen uns weitaus mehr Jahre als vom Moment unserer Geburt. Wir leben in der Gewissheit, dass unsere Zukunft länger währt als die Vergangenheit.

Doch irgendwann kehrt sich dieses Verhältnis um. Wir treten durch ein unsichtbares Tor, hinter dem unser Todestag näher ist als der Tag unserer Geburt – die Lebensmitte.

In der Regel erreichen Menschen in den westlichen Staaten diese Phase um das 40. Lebensjahr, Tendenz steigend.

Wer heute geboren wird, wird möglicherweise auch nach der nächsten Jahrhundertwende noch leben. In Deutschland ist es binnen 130 Jahren gelungen, die durchschnittliche Lebenserwartung mehr als zu verdoppeln – vor allem dank der Fortschritte in der Medizin, besserer Ernährung und höherer Bildung.

Trotzdem beschäftigten sich Wissenschaftler lange Zeit nur mit Geburt, Kindheit und Jugend, Alter und Tod. Die mittleren Lebensjahre erschienen allzu selbstverständlich: Das Erwachsenwerden sei da ja schon abgeschlossen, glaubten die Forscher, und der Mensch durchlebe in jenen Jahren eine Phase der Konstanz. Sie galten als Gipfel des Daseins, als Zenit, dem gewissermaßen der Abstieg folgt – die Karriere stagniert, der Körper altert, die persönliche Zufriedenheit nimmt ab.



GABRIELE BRAUN, 51, BERLIN

Die erfolgreiche Unternehmensberaterin empfand ihren Lebensstil zunehmend als künstlich – und entdeckte bei einer Schuhmacherin ihre wahre Berufung

Mit 48 nahm ich einige Tage Urlaub, um bei einer Berliner Maßschuhmacherin Probe zu arbeiten. Niemand wusste davon, nicht einmal mein Mann, der unter der Woche außerhalb Berlins arbeitete. Ich wollte mich in diesem frühen Stadium meiner Überlegungen von niemandem beeinflussen lassen.

Damals war ich noch als Personal- und Organisationsmanagerin weltweit für große Konzerne tätig. Ein sehr karrieristisch geprägtes Arbeitsfeld, in dem ich rasch aufgestiegen war. Die Entscheidungsprozesse, die ich begleitete, wurden immer komplexer, erforderten politisch-taktisches Denken. Ich verbrachte viel Zeit auf Autobahnen, an Flughäfen, in Hotels. Es war ein Lebens-

stil, den ich zunehmend als auslaugend, entfremdet, künstlich empfand. Umgekehrt hatte ich schon immer ein Faible für handwerkliche Tätigkeiten. Solange ich noch Zeit hatte, habe ich sogar meine Business-Kostüme selbst genäht.

Obwohl es mit meiner Karriere stetig steil bergauf ging, mir sogar ein Vorstandsposten in einem Dax-Unternehmen in Aussicht stand, beschäftigten mich immer häufiger Ausstiegsgedanken. Doch ich hatte kein konkretes Ziel, wusste nur, dass ich etwas Kreatives machen wollte. Schließlich wandte ich mich an eine professionelle Berufsberaterin. Mit ihrer Hilfe tastete ich mich langsam an das heran, was von meinen Fantasien realisierbar erschien. Für eine