

## **ALT WERDEN – ALT SEIN**

**N**icht nur Jahre schwinden schneller, auch das Haar wird immer heller, und oft kracht es im Gebälk.

**K**nochen, Wirbelsäul` sich biegen, das Gedächtnis scheint zu trügen, und die Haut wird langsam welk.

**W**enn man früher länger rannte und auch Atemnot nicht kannte, wird der Radius jetzt klein.

**M**an begnügt sich mit Verschlaufen, kleine Wege nur zu laufen und kehrt gern auf Bänke ein.

**M**an versucht gegen zu wehren, dass es schlechter wird das Hören, und man eine Hörhilf` braucht, bis man merkt, wenn viele plappern, mit dem Unterkiefer klappern, auch der Mann im Ohr nichts taugt.

**U**nd dann erst nach dem Beet-umgraben wird man seine Freude haben, weil das Kreuz zur Ruhe zwingt.

**G**anzen Tag den Garten pflegen, und noch bücken, ja von wegen, (was mit zwanzig noch gelingt).

**D**ann wie früher erst vorglühen, gut gelaunt die Nacht durchziehen, ohne dass das Müd` sein plagt.

**M**an ist froh, wenn vor der Wend` zur Mitternacht im Bett man pennt, und zwar im eig`nen, wohl gesagt.

**U**nd dann im Magen das Gegrummel, wenn man sich fühlt so wie ein Pummel nach einer Mahlzeit, füllend, fett.

**A**uch quält oft noch Sodbrand, Blähung. Und was ist`s für eine Schmähung, wenn es morgens riecht, das Bett.

**D**och birgt alt sein auch was Schönes, man vergisst doch dieses, jenes.

**F**ilme kann man mehrfach seh`n.

**M**an vergisst den Inhalt eben. Wiederholung neu erleben, so wird Fernseh`n wieder schön.

**W**o sich jüng`re Leut` aufregen, steht man mit Gleichmut dem entgegen, man sieht vieles nicht mehr eng.

**M**an wirkt cool und eh`r gelassen, muss nicht alles mehr erfassen, und bewertet nicht so streng.

**G**ott sei Dank, es trifft wohl jeden, und da hilft auch kein Zerreden, Altwerden kein` Gnade kennt.

**J**eder hier auf dieser Erden muss wohl damit fertig werden, die Lebenswurst hat nur ein End`!