Was für ein Auftritt! Helga Winkler (78 Jahre) gleicht einem Filmstar.

Hat Schönheit ein Haltbarkeitsdatum?

Das Haar ist dünn und grau. An den Augen und Mundwinkeln ziehen Falten ein Netz aus feinen Linien. Durch die dünne Haut an den Händen schimmern blaue Äderchen. Die Zeit zeichnet auf dem Körper wie ein Pinsel auf einer Leinwand, und je länger sie an ihrem Werk arbeitet, desto mehr Pinselstriche weist der Körper auf. Dank solcher Merkmale kann der 80-Jährige problemlos vom 20-Jährigen unterschieden werden. Unser Aussehen ist abhängig vom Alter – das ist ganz natürlich und bis zu diesem Punkt frei von jeder Wertung.

Doch wie steht es mit dem Alter und der Schönheit? Ist Schönheit naturgemäß abhängig vom Alter? Bedeutet jung gleich schön und alt immer nicht schön? Gibt es ein Haltbarkeitsdatum für Schönheit? Betrachtet man Werbeplakate, Popstars und Modekataloge, so würde man diese Fragen klar mit Ja beantworten müssen. Wenn es dort um Schönheit geht, wird die Jugend gezeigt.

Die Recherche zum Thema »Alter und Schönheit« im Internet liefert als Ergebnis zu allererst eine Flut von Tipps, wie sich das Alter bestmöglich verschleiern lässt: Empfohlen werden Faltencremes, Haarfärbemittel und sogar plastische Chirurgie. Angeblich kann die Schönheit mit diesen oftmals kostspieligen Mitteln erhalten oder zurückgewonnen werden. In der Gesellschaft herrscht der Jugendwahn. Aber muss ein Mensch die Zeichen des Alters tatsächlich bekämpfen, um als schön wahrgenommen zu werden? Und noch wichtiger: Um sich selbst schön zu fühlen?

»Schön ist, was gefällt«, sagt der Volksmund, und nicht: »Schön ist, was jung ist.« In der Welt der Dinge gibt es dafür viele Beispiele: Schloss Neuschwanstein ist knapp 150 Jahre alt und wird mit seinen märchenhaften Türmen allgemein als schön empfunden. Der VW Käfer gilt als beliebtester Oldtimer auf deutschen Straßen. Er ging im Dezember 1945 in Serienproduktion und ist heute ein wertvolles Liebhaberstück. Menschen mögen diese alten Dinge, weil sie Zeugen einer anderen Zeit sind, weil sie Geschichte erzählen. Warum soll das nicht auch für Menschen gelten?

Höchste Zeit für ein Umdenken! Es liegt viel Schönheit in den Zeichen des Alters, weil alte Menschen ebenso Zeitzeugen sind. Sie haben Erfahrungen gesammelt, die nachfolgenden Generationen immer verborgen bleiben werden, und sie können davon berichten. Das macht die Alten unendlich wertvoll und schön.

Die Wahrnehmung von Schönheit unterliegt einer Vielzahl von Einflüssen. Was gerade als angesagt gilt, ist immer auch eine Frage der Mode. Doch die Schönheit ist zuallererst ein subjektives Empfinden und kann als solches durch eine bewusste Entscheidung beeinflusst werden. Dazu bedarf es nur eines gelegentlichen Perspektivwechsels oder des Hinterfragens von scheinbar naturgegebenen Idealen.

Zu einem solchen Perspektivenwechsel möchten wir den Anstoß geben. Schauen Sie genau hin und schauen Sie genau in den Spiegel: Weiße Haare und Falten sind nicht einfach Zeichen der Vergänglichkeit. Sie sind der Beweis für ein langes Leben, für viel Erfahrung und viele Geschichten. Das macht sie schön!

Die Zeit ist reif für eine neue Ästhetik des Alters. ■

Altersbilder in der Vergangenheit

× SCHULE DER ALTEN
Raffael von Urbino
// 1510-1511

× KOPFSTUDIE
NACH EINEM 93-JÄHRIGEN MANN
Albrecht Dürer
// 1521

× ALTER BUHLER
Lucas Cranach d. Ä.
// 1528

× LESENDE ALTE
Cornelis Bisschop
// 1652

× ALTER FISCHER MIT TOCHTER
Edvard Munch
// 1902

× LEBENSREIFE
Emil Nolde
// 1933

Kunstwerke sind Zeitzeugen. Sie können symbolisch für die Vorstellungen einer Epoche stehen oder auch die ganz persönliche Haltung eines Künstlers zeigen. Einiges offenbart sich sofort, anderes erst auf den zweiten Blick. Wer durch die Museen streift und nach Altersbildern Ausschau hält, wird feststellen, wie vielseitig die Darstellung ist, und trotzdem auch Gemeinsamkeiten finden.
Die antiken Büsten von Philosophen und großen Staatsmännern zeigen diese häufig im fortgeschrittenen Alter. Der lange Bart wird zum Zeichen von Lebenserfahrung und Weisheit. Allerdings sind die bärtigen Gesichter weitestgehend frei von Falten, Schulter und Hals wirken muskulös. Nichts an dieser Darstellung deutet auf ein baldiges Ende des Lebens hin.
Ganz anders verhält es sich mit der Darstellung von alten Frauen. Mittelalterliche Kunstwerke zeigen deren Körper mit weit weniger gesunden Merkmalen: ein gebeugter Rücken, eingefallene Wangenknochen, hängende Brüste. Die häufig sehr überspitzen Bildnisse sind mehr Karikatur als realistisches Abbild eines Individuums. Der Tod scheint schon an die Tür zu klopfen.

Bemerkenswert ist, dass dieser Unterschied zwischen den Geschlechtern noch heute unseren Blick auf das Alter prägt: Graue Haare gelten bei Männern als attraktiv (Beispiel: George Clooney), während Frauen lernen, die Zeichen des Alters mit aller Kraft zu verbergen.
Doch auch alte Männer werden nicht immer positiv dargestellt. Cranach, ein deutscher Künstler der Renaissance, zeigt den Greis als Lüstling. »Der Buhler« stellt einer jungen Frau nach, umarmt sie mit auffällig großen Händen – und bemerkt dabei nicht, wie ihre Hand in seinen Geldbeutel greift.

Eine Besonderheit bilden schon immer jene Werke, die nicht als eine Verallgemeinerung verstanden werden, sondern Individuen zeigen. In der Porträtkunst galten alte Gesichter als eine besondere Herausforderung, und detailgetreu wie eine Fotografie werden die feinen Linien im Gesicht und auf den Händen nachgezeichnet. ■

Rita Neubecker (87) bereitet sich für das Fotoshooting vor.

Altersbilder in der Gegenwart

Fotografien sind Zeitzeugen und lassen sich ebenso wie Gemälde interpretieren. Doch nicht nur die Aufnahme selbst, auch die Tatsache, dass uns im Alltag kaum professionelle Fotos von älteren Menschen begegnen, erzählt etwas über unsere Gesellschaft. Der Fotograf Karsten Thormaehlen will diesen Zustand ändern. Auf den folgenden Seiten berichtet er über sein Projekt »Anmut«.

»Ich mache keine Bilder vom Alter, sondern vom Leben.«

Im Gespräch mit dem **Fotografen Karsten Thormaehlen.**

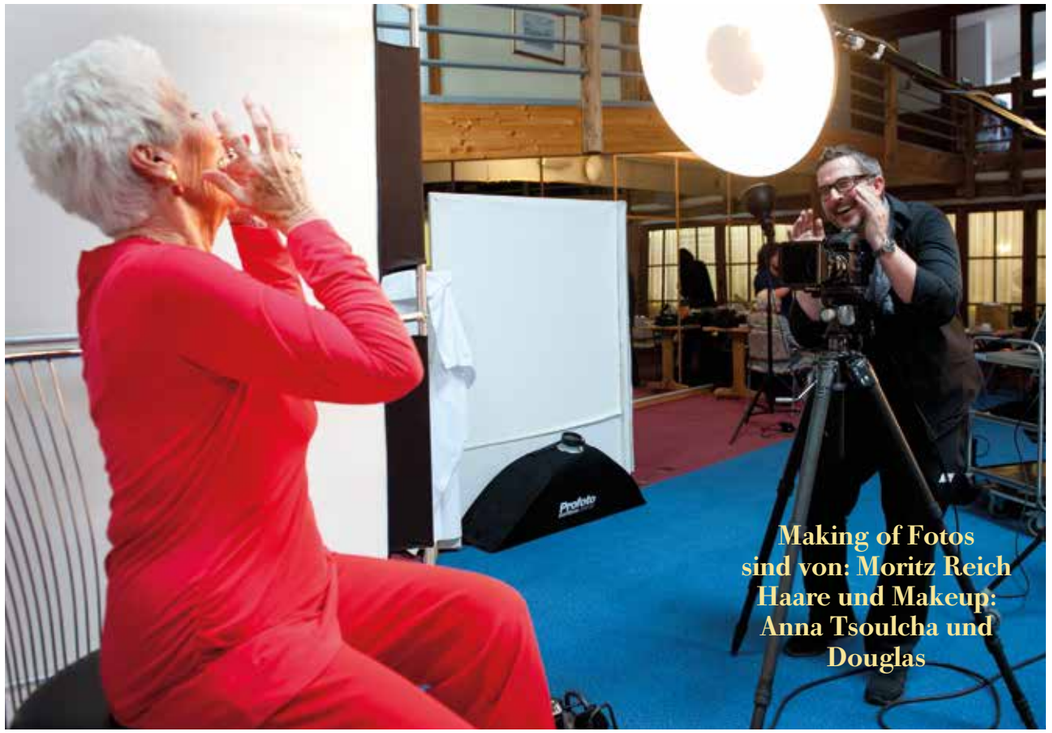
Für die Altersfotografie reiste Karsten Thormaehlen schon bis nach Südamerika.

Herr Thormaehlen, für Ihre Fotoprojekte posieren keine professionellen Models, sondern ganz normale Menschen – mit einer Besonderheit: Sie alle sind im hohen Alter.
Stimmt, für die Projekte »Jahrhundertmensch« und »Mit hundert hat man noch Träume« standen zum Beispiel ausschließlich Menschen vor der Kamera, die vor 1914 geboren sind und somit heute über 100 Jahre zählen.

Was begeistert Sie an der Altersfotografie?
Die Gesichter zeigen für mich eine besondere Schönheit. Ihre Alterszeichen weisen auf ein langes Leben hin, hinter dem immer auch ein Schicksal mit einzigartigen Erfahrungen steht. Wer heute zu den Hundertjährigen zählt, wurde zur Kaiserzeit geboren, hat zwei Weltkriege erlebt und ist älter als Einsteins Relativitätstheorie. Dieser Besonderheit versuche ich, mit meinen Bildern Ausdruck zu verleihen.

Die meisten Menschen denken über das fortgeschrittene Alter anders, oder?
Leider schon. In den Köpfen herrschen Bilder von müden, schwachen und hilfsbedürftigen Menschen. Klar, die gibt es, aber nicht ausschließlich. Meine Bilder sollen mit der Verallgemeinerung aufräumen und zeigen, wie viel Lebensfreude, Energie und Würde ältere Menschen ausstrahlen, wenn sie mit wachem Blick in die Kamera schauen oder verschmitzt lächeln.

Wie reagieren Ihre Models, wenn sie das eigene Bildnis im Buch gedruckt oder im Rahmen einer Ausstellung veröffentlicht sehen?
So, wie die meisten Menschen im ersten Augenblick reagieren würden: unsicher. Eitelkeit ist eben keine Frage des Alters.
Unterhaltungsmedien und Werbung führen uns permanent junge, schlanke Menschen mit makellosem Aussehen vor Augen. Nach diesen Idealen bewerten wir unser eigenes Äußeres, egal ob jung oder alt. Das kann nicht zufriedenstellen. Ich denke, dass ein neuer, nicht vergleichender Blick auf das Alter dringend nötig ist, um seine Schönheit zu erkennen und wertzuschätzen. ▸



So sieht Spaß am Set aus: Fotograf Thormaehlen mit Model Sibylle Birnstiel (83).

Können Sie als Fotograf den Blick auf das Alter denn beeinflussen?
Ich hoffe, zumindest einen Anstoß geben zu können. Mein jüngstes Projekt »Anmut« beschäftigt sich mit dem Thema »Schönheit und Alter« und versucht, den Schönheitsgeheimnissen von Frauen im Alter von 75 bis 94 auf den Grund zu gehen. Dazu werden Frauen porträtiert, denen ihre Schönheit wichtig ist und die auf ein gepflegtes Äußeres achten. Die Bilder werden ergänzt durch persönliche Texte über das Leben der Frauen, die in Zusammenarbeit mit der Autorin Constanze Kleis entstehen. Wir verstehen das Projekt als Gegenbewegung zum Jugendwahn, den unsere Models übrigens als »überbewertet« bezeichnen.

Wie unterscheiden sich die Bildsprache bei »Anmut« von vorherigen Projekten?
Die Fotografien der Hundertjährigen wurden vor einem dunklen Hintergrund aufgenommen und zeigen lediglich den Kragen von heller, schlichter Kleidung. So liegt der Fokus deutlich auf dem Gesicht. Für »Anmut« spielten Garderobe und Styling eine größere Rolle. Die Frauen wurden professionell geschminkt und frisiert, sind aber in ihren eigenen Lieblingskleidern vor die Kamera getreten. Mit ihrem Outfit und verschiedenen Posen drücken sie ihr eigenes Verständnis von Schönheit und ihren persönlichen Geschmack aus – von schlichter Eleganz bis hin zur eher theatralischen Haltung ist alles zu sehen.

Und haben sie ihre Schönheitsgeheimnisse verraten?
Ein echtes Geheimnis wurde nicht gelüftet. Die Frauen gehen aber sorgsam mit dem eigenen Körper um und halten sich meist an die allgemein bekannten Beauty-Tipps: Sie schützen die Haut vor zuviel Sonne, trinken ausreichend Wasser, gönnen Körper und Geist genügend Schlaf. Gleichzeitig waren sich die Frauen einig, dass Mode und Kosmetik auch im Alter Spaß machen, aber zum Typ passen müssten.

Den Bildern sieht man an, dass die Frauen sich vor der Kamera wohlfühlten und es genießen konnten, im Mittelpunkt zu stehen. Das Selbstbewusstsein und die Freude, die sie ausstrahlen, machen ganz sicher schön. ■

Gepflegt von Kopf bis Fuß

Die AWO Seniorenzentren bieten ihren Bewohnerinnen und Bewohnern eine bunte Palette von Schönheitsangeboten. Wir stellen Ihnen hier einige Angebote vor.

Haarige Angelegenheit

Spiegel, Waschbecken, Lockenwickler – in den kleinen hauseigenen Frisörsalons gibt es alles, was es für eine adrette Frisur braucht. Vom Scheitel bis zu den Spitzen wird hier verwöhnt und frisiert. Das sieht gut aus und fühlt sich gut an. Und während die Schere mit fleißigem »klipp, klipp, klipp« ihrer Arbeit nachgeht, kann nach Lust und Laune geschwatzt werden.

Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Hände!

Die Hände verraten das wahre Alter? Macht doch nichts! Regelmäßige Pflege verlangen sie aber bei Alt wie Jung. Dazu gehören saubere, kurz gefeilte Nägel und eine geschmeidige Haut. Wer für die Maniküre zwei linke Hände hat, bekommt im Seniorenzentrum Hilfe vom Profi. Das gilt erst recht für die Füße. Die sind schließlich gar nicht so leicht zu erreichen.

Flotte Klamotte

Ältere Menschen tragen nur beige und braun? So'n Quatsch! Modische Kleidung gibt es für jedes Alter. Überfüllte Kaufhäuser mit engen Umkleidekabinen bedeuten aber häufig mehr Frust als Freude. Zum Glück gibt es das Mode-Taxi: Echte Lieblingsstücke werden direkt ins Seniorenzentrum gebracht, bei einer kleinen Modenschau präsentiert und können dann bequem und mit netter Beratung probiert werden. So macht Mode Spaß!

Ein Tusch für Wimperntusche und Lippenstift

»Augen schließen und genießen«, heißt es, wenn Mitarbeiter und Ehrenamtliche ein besonderes Verwöhnprogramm im AWO Seniorenzentrum anbieten. Gesichts- und Handmassagen fördern die Durchblutung, zaubern einen frischen Teint und fühlen sich herrlich an – sowohl für Frauen als auch für Männer.

An besonders »schönen« Tagen wird auch zu Pinsel und Farbe gegriffen. Die Frauen genießen es, geschminkt zu werden. »Ganz dezent oder darf es etwas mehr sein?« Ein hübsches Make-up schenkt Selbstbewusstsein, und an grauen Wintertagen sind pinke Fingernägel und rote Lippen tolle Farbkleckse. ■

Auf eine Tasse Kaffee mit Erika Biergans

Die 61-Jährige ist Alltagsbegleiterin im AWO Hermann-Koch-Seniorenzentrum in Düren. Dort bietet sie für interessierte Bewohner Wellness in Form von Maniküre, Nagellack, Hand- und Gesichtsmassagen an.

Wie kamen Sie auf die Idee mit den Kosmetikbehandlungen – haben Sie das gelernt?
Nein, ich bin Krankenpflegehelferin. Aber es gab ein Schlüsselerlebnis mit einer Bewohnerin, die mir durch ihr besonders gepflegtes Äußeres auffiel. Einmal im Monat fuhr sie in die Stadt zur Maniküre und kehrte jedes Mal mit rot lackierten Fingernägeln und einem Strahlen zurück ins Seniorenzentrum. Als ihr Mann verstarb, konnte sie alleine den Weg dorthin nicht mehr auf sich nehmen. Da bot ich ihr diesen Service an: feilen, lackieren und zum Schluss eine Handmassage.

Wunderbar! Das hat sich bestimmt schnell unter den Bewohnern herumgesprochen?
Ja. Ich dachte: Wenn die Senioren nicht mehr ins Nagelstudio können, dann kommt das Nagelstudio eben zu ihnen. Im Laufe der Zeit erweiterte ich mein Repertoire. Wer mag, dem geb ich eine Gesichts- oder Kopfmassage, ein Peeling oder eine Dekolleté-Behandlung.

Nehmen vor allem jene das Angebot an, die schon immer viel Wert auf ihr Äußeres gelegt haben?
Die Kriegs- und Nachkriegsgeneration ist in dieser Hinsicht nicht verwöhnt. Selbst wenn sie es sich finanziell leisten konnte, galt ein Besuch im Schönheitssalon als purer Luxus, den sich nur wenige zugestanden. Ich verlange kein Geld, sondern finde es einfach schön, wie sehr sich die Bewohner darüber freuen.

Wie macht sich das bemerkbar?
Anfangs sind viele skeptisch, schließlich müssen sie schon eine gewisse Hürde überwinden, wenn sie sich in die Hände einer anderen Person begeben. Es hat ja auch etwas Intimes. Ich lege dann erst mal Entspannungsmusik auf und merke, wie die Frauen anfangen loszulassen. Sie vertrauen mir, viele schlafen sogar ein.

Kommen auch Männer zu Ihnen?
Bisher habe ich nur einen Mann, der sich hin und wieder eine Handmassage gönnt. Frauen hingegen wollen sich schön machen, in erster Linie für sich selbst. Und sie genießen die Aufmerksamkeit, die man ihnen schenkt. Ich geh auch zu bettlägerigen BewohnerInnen. Wenn ich denen ein schönes Handbad gebe, wirkt es oft Wunder. Sie blühen förmlich auf.

Heutzutage lassen sich viele Frauen zur Verjüngung Botox spritzen. Wie stehen Sie dazu?
Auch wenn es abgedroschen klingt, aber Schönheit kommt von innen. Wenn man zufrieden ist, strahlt man das auch aus. Außerdem: Ich liebe alte, runzelige Gesichter, vor allem, wenn sie aus ganzem Herzen lachen! ■