

Christiane Rösinger: „The Joy of Ageing“

Lass dir bloß keine Sorgenfalten einreden, Baby!

Von Gisa Funck

Deutschlandfunk, Büchermarkt, 19.04.2026

So ein geistreich-witziges Mutmacher-Buch für ältere Single-Frauen ohne Festanstellung und Rentenanspruch hat wirklich gefehlt! Denn während Ü50-Frauen ja sonst gerade überall ein „Zu spät!“-Gefühl eingeredet wird, plädiert die 65-jährige Bohemienne Christiane Rösinger dafür, das eigene Leben aller Diskriminierungen zum Trotz zu genießen.

Nein-nein-nein! Bitte jetzt nicht gleich abschalten, nur weil's mal wieder um ein autobiografisches Buch zum Thema Älterwerden geht! Denn zugegeben: Davon gibt's gerade ziemlich viele auf dem deutschen Buchmarkt, wie Christiane Rösinger selbst in *The Joy of Ageing* spottet:

„Jeder prominente Deutsche über fünfzig hat schon einen Altersratgeber geschrieben. [...] Wahrscheinlich ist durch die Überalterung der Gesellschaft ein neues Buchsegment entstanden, das ‚Alters-Mitbringbuch‘.“

Womit wir schon beim ersten Argument wären, warum sich die Lektüre von *The Joy of Ageing* eben trotzdem lohnt. Denn anders als manch' anderes Erfahrungs- und Ratgeberbuch zum Thema Altern ist diese Ermunterungsschrift ziemlich geistreich und witzig geschrieben: voller Selbstironie. Beispielsweise dort, wo die 65-jährige, aber immer noch lebensneugierige Rösinger einmal in punkto Altersdiskriminierung feststellt:

„Das Ausgehen-Trinken-Tanzen ist den echten Jugendlichen vorbehalten, ab dreißig geht man höchstens noch essen. Wer in dem Alter noch Single und ausgefreudig ist, gilt als bemitleidenswerte, draufgängerische Jungfer, die sich der Jugend anbietet. Als ich einmal in der alten Heimat [...] Freunde traf und relativ spontan die Möglichkeit eines Cafe- und Barbesuchs aufs Tapet brachte, starrten sie mich an, als ob ich einen Besuch im Swingerclub vorgeschlagen hätte.

Christiane Rösinger

The Joy of Ageing

Rowohlt Verlag

288 Seiten

24,00 Euro

„Was? Nach *Karlsruhe*? Das willst du dir heute noch antun?“

Und in der Tat: Spätestens seit Simone de Beauvoir und Susan Sontag wissen wir Frauen natürlich längst, dass Altern nicht nur eine biologische Kategorie, sondern auch eine soziale Zuschreibung ist. Und dass Frauen leider auch heute noch strengeren Alterungskriterien unterliegen als Männer. Denn während man Männern oft noch mit 50 oder 60 zubilligt, im sogenannten besten Alter zu sein, gelten Frauen bereits mit 40 als alt – oder doch zumindest als *zu* alt für die große Karriere und Sexyness.

Eine soziale Ungerechtigkeit, die in unserer neoliberalen, auf Jugendlichkeit fixierten Leitungsgesellschaft eher noch zu- als abgenommen hat – auch wegen des aktuellen Gender-Rollbacks. Und umso absurder findet es die feministische Taz-Kolumnistin Rösinger, dass viele ältere Frauen das Diskriminierungsspiel trotzdem weiterhin mitspielen – und sich ständig mit aller Macht und allen möglichen Mittelchen auf jünger trimmen. Eine teure und höchst anstrengende Verjüngungs-Mission, die oft auch noch irreführend als „Selfcare“, also „Selbstfürsorge“, bezeichnet wird, was Rösinger besonders perfide findet:

Kein „Selfcare“-Yoga am frühen Morgen

„Der Selfcare-Markt ist einer der aggressivsten überhaupt. Nun werden auch wir Älteren immer mehr damit belästigt. Angeblich brauchen wir Selfcare auf sozialer, emotionaler und praktischer Ebene, allen voran umständliche Morgenroutinen. Zum Beispiel früher aufstehen als andere, ein Glas Zitronensaft trinken, drei Sonnengrüße turnen. [...] Wie anstrengend!“

Statt jedoch dauernd angestrengt zu versuchen, mit über fünfzig doch noch irgendwie wie 30 auszusehen, hat die selbsternannte Bohemienne Rösinger für ihre Geschlechtsgenossinnen einen deutlich entspannteren, wenn auch nicht ganz neuen, dafür aber radikalen Ratschlag parat: Nämlich, sich konsequent vom Bewertungsblick der Männer und den männlich geprägten Schönheitsidealen loszusagen:

„*Let it be*. Gebt die Idee auf, Männern gefallen zu wollen. Erst dann werdet ihr wirklich frei sein.“

Radikale Absage an bürgerlich-patriarchale Normen

Womit wir beim zweiten Punkt wären, der Rösingers Buch so charmant beim Lesen macht: Seine frech-anarchische Radikalität. Der Punk-sozialisierten Autorin aus Berlin-Kreuzberg geht es darin nämlich, aller Witzigkeit zum Trotz, einmal mehr ums große gesellschaftliche Ganze. Sprich: Um eine radikale Absage an die herkömmlichen bürgerlichen Attraktivitäts- und Erfolgsstandards.

Dabei hat die ehemalige Frontfrau der *Lassie-Singers* durchaus selbst erlebt, wie schnell das schöne, freie Boheme-Leben ganz plötzlich kippen kann, als sie mit nur 42 Jahren 2003 einen Schlaganfall erlitt. Auch davon erzählt Rösinger ungeschönt – und gesteht, dass sie als Freiberuflerin damals armutsgefährdet war. Nichtsdestotrotz aber bleibt ihr Buch unterm Strich eine herzerfrischende Mutmacher-Lektüre, sich als ältere Frau bloß keine „Zu-Spät!“-

Botschaften in punkto Lebenstraumerfüllung einreden zu lassen.

Alt, ledig, freiberuflich? Die beste Voraussetzung, als Frau glücklich zu werden!

Denn, so Rösinger, einen Vorteil habe die aktuelle Altersdiskriminierung immerhin: Von älteren, ledigen Frauen würde heute niemand mehr viel erwarten – und genau das gebe ihnen den nötigen Freiraum zur Selbstverwirklichung.

„Wer alt ist, muss nicht mehr funktionieren. Denn alt ist alt.“