

## Altersbeschwerden

Die wenigen Haare, jetzt sind sie grau, die Kopfhaut schon ganz kahl.  
Früher, in der Jugend, glänzte es als blondes Haar, aber das war einmal.  
Ach, was soll's! Was bringt denn das ganze Gejammer und Gewimmer?  
Leute, ich kann es euch sagen, alles kommt garantiert noch schlimmer.

Oh, ihr lieben Zeitgenossen. Nun, ich habe bestimmt nicht übertrieben.  
Es stören meinen Altersfrieden schmerzhaft die bösen Hämorrhoiden.  
Ich wollte es eigentlich nicht sagen, aber der einst so prächtige Schlauch,  
der hängt jetzt arbeitslos und schlaff unter einem faltenreichen Bauch.

Nur weil man immer älter wird, geht man gebückt vor Rückenschmerzen.  
Und beim Spazieren gehen, da hat man schon mal Probleme mit dem Herzen.  
Oh Mann, oh Mann! Der einst so pralle Hintern, der war mal straff und rund.  
Was soll ich dazu sagen? Die Haut am Arsch, sie leidet unter Muskelschwund.

Es ist richtig und in der Tat, so langsam zählt man sich selbst zum alten Eisen.  
Die Sturm und Drangzeit ist vorbei. Man muss sich gar nichts mehr beweisen.  
Gute Ratschläge hört man von allen Seiten: "Setz dich doch in aller Stille zur Ruh!"  
Nein, verdammt noch mal! Ich schau' dem Leben doch nicht nur einfach zu!

Drum raff ich mich jeden Tag aufs Neue wieder auf und mach' was mir gefällt.  
Nur dann, mein Freund, bleibt man am Ball. Und genau das ist es, was fit hält.  
Ich mache einfach das Beste draus. Und wir sind uns doch wohl alle im Klaren:  
Keiner mehr im hohen Alter ist mehr so, wie wir einst in jungen Jahren waren.

Ich könnte hier an dieser Stelle noch viele andere Dinge zur Sprache bringen.  
Ich will mich aber nicht noch weiter offenbaren, keinen zum Lachen zwingen.  
Schonungslos, wie ich nun einmal bin, komme ich jetzt dann mal zum Schluss:  
"In meinem Alter, das sage ich mit Verdruss, ist man sittsam, weil man muss."

(c)Heiwahoe

© ()Heiwahoe

Diese PDF wurde erstellt durch das [Schreiber Netzwerk](#)