

Dr. Leopold Stieger, ein Maurer Buchautor:

Altsein beginnt erst viel später

**Was kommt nach dem Beruf? –
Nicht der Ruhestand!**

Wieso, werden Sie sich vielleicht fragen? Die Demografie zeigt uns klar, dass das bisherige Bild vom Alter nicht mehr stimmt. Was ist passiert? Unsere Generation ist die erste, die Dank der gestiegenen Lebenserwartung über eine Lebensphase mehr verfügt, eine Lebensphase, die es vorher gar nicht gab.

Wir haben nach dem Ausscheiden aus dem Beruf in der Regel noch ein Viertel, manche sogar noch ein Drittel des Lebens vor uns. Nach dem Beruf und vor dem Ruhestand hat sich eine neue Phase „hineingeschoben“, die nach Ansicht vieler in der Regel zwanzig und mehr Jahre dauern kann: die FREITÄTIGKEIT.

Der Autor erhält oft Mails und Anrufe: „Ich gehe kommendes Jahr in Pension. Ich habe heute schon Angst, weil ich nicht weiß, was ich dann tun werde“.

Der Traum, so früh als möglich in Pension zu gehen, verflüchtigt sich mehr und mehr. Natürlich hat man Ideen: Wandern, Lesen, Sport, Reisen u. s. w. Aber die Frage ist immer drängender: Ist das für mich sinnerfüllend, bin ich zufrieden damit, reicht mir das? Hat man selbst keine Ideen mehr, was man tun könnte, kommen nette Menschen und fragen: „Könntest du mir ...“. Und schon ist man zugepflastert. Aber ist das der Sinn meines Lebens?

Alle Untersuchungen beweisen,



dass man gesünder und länger lebt, wenn man sich fordert, statt in der Hängematte zu verweilen. Anders ausgedrückt: Wer sich schont, verkürzt in der Regel sein Leben, nicht umgekehrt.

Wie finde ich diese sinnvolle Tätigkeit?

1. Selber nachdenken, was freut mich, was kann ich, wovon habe ich immer geträumt?
2. Freunde und Bekannte fragen, was diese glauben, wozu man fähig ist und was man schaffen könnte?

Das Buch „**Freitätigkeit. Zwischen Beruf und Ruhestand**“ enthält eine Reihe von Impulsen, aber auch Fragen, die diese befriedigende Aufgabe entdecken lassen können. Der Frage: „Wie kann ich diese Zeit sinnerfüllt gestalten?“ können wir nicht davonlaufen, wenn wir uns ihr stellen, haben wir eine Chance, sie zufriedenstellend zu gestalten.

**Erhältlich
in der Buch-
handlung in
M a u e r ,
Geßlg. 8a.**

