

Celler Autorin schreibt Buch übers Altern



Dorothea Stockmar verrät in ihrem neuen Buch, wie wir von der Natur lernen können.

CELLE. Über 60-Jährige sind in bester Gesellschaft, denn schließlich kommen immer mehr Babyboomer ins Rentenalter und die Menschen werden im Durchschnitt immer älter. Passend zu diesen Trends hat sich die Celler Autorin Dorothea Stockmar mit dem Älterwerden auseinandergesetzt und ein Buch geschrieben.

In „Reifen Sie schon oder altern Sie noch? Vom Wollen zum Lassen“ hat Stockmar verschiedene Aspekte beleuchtet. „Wann gilt ein Mensch als gereift?, fragt sie. „Wenn wir dauernd schliefen, wären wir dann mit 21 Jahren reif? Kann ein Kind mit 13 Jahren auch reif

sein? Oder ein Erwachsener mit 40? Wann empfindet sich ein Mensch als reif?“

Dorothea greift nicht nur Fragen auf, sondern gibt auch Antworten wie: „Jeder macht die Erfahrung: Man begegnet einem Menschen, den man lange nicht gesehen hat. Man sieht sich gegenseitig an und denkt: ‚Mensch, ist der alt geworden.‘ Dabei bin auch ich es, der für den Anderen alt geworden ist.“ Und so erkennen wir nicht selten unser eigenes Alter erst in einem Anderen.

Salsa-Kurse für Senioren, Chöre und Rentnerbands wie „young@heart“ oder „The Zimmers“, die ein Gesamtalter von mehreren Tausend

Jahren auf die Beine stellten, zeigten die Blüte im gereiften Alter. Praktische Lebenshelfer machten den Alltag im Ruhestand erträglicher.

Das 94-seitige Buch kostet 14 Euro. Das Cover wurde von Ellen Stockmar gestaltet. Mehr Infos zum Buch unter www.stockmar-kunst.de oder unter Telefon (0160) 92575760. (dag)

i Am Samstag, 9. März, um 9 Uhr liest Dorothea Stockmar in der Wietzer Kirchengemeinde, Steinförder Straße 12, aus ihrem Buch „Reifen Sie schon oder altern Sie noch?“ Anmeldung unter Telefon (05146) 8443.