

Markus Hofer, Die zweite Halbzeit entscheidet. Strategien für Männer ab 40. Tyrolia-Verlag, Innsbruck-Wien 2011. ISBN: 978-3-7022-3145-3. 144 Seiten.

Anti-Aging und Potenzmittel helfen nicht weiter, eher das Scheitern und die Besinnung. Markus Hofer sieht für Männer in der Lebensmitte die Aufgabe spirituellen Wachstums, besser des Wandels: „Die Seele [...] kann man nicht reparieren, sie muss sich wandeln. Sich dem Leiden zu stellen, ist die größte Chance zur Wandlung.“ (S.47)

Grenzen, Rückzug, Besinnung, Stille, Zeiten der Bedürftigkeit - sie lassen Männer reifen und hindern sie, sich weiter zum „alten Narren“ zu machen. Für ihn war es die schmerzhafteste Erfahrung des eigentlich „guten“ Pilgerns, bei dem er sich mehr zumutete, als er vertrug. Mit Humor, Witz und der Orientierung am Lebensbogen gibt Hofer Anleitungen, die guten Seiten des Älterwerdens zu entdecken. Dazwischen finden sich Informationen über die körperliche und seelische Entwicklung von Frauen und Männern, Paardynamiken, Gesundheit, Sexualität und Arbeit als Lebensmittel. Und es finden sich kleine Übungen und Anleitungen zur Entwicklung eines eigenen spirituellen Weges.

Das Beste kommt zum Schluss: Am Beispiel des filmischen Schaffens von Clint Eastwood und des Wandels seiner Protagonisten vom coolen Helden („Für eine Handvoll Dollar“) über den gebrochenen Helden („Erbarmungslos“) und den Mentor („Million Dollar Baby“) zum Erlöser („Gran Torino“) wird deutlich: Spiritualität wächst manchmal dort, wo wir sie nicht vermuten.

Hans Prömper

