

Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin
Band: 87 (1961)
Heft: 17

Artikel: Rezepte fürs Uraltwerden
Autor: Herdi, Fritz / Barth, Wolf
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-500350>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

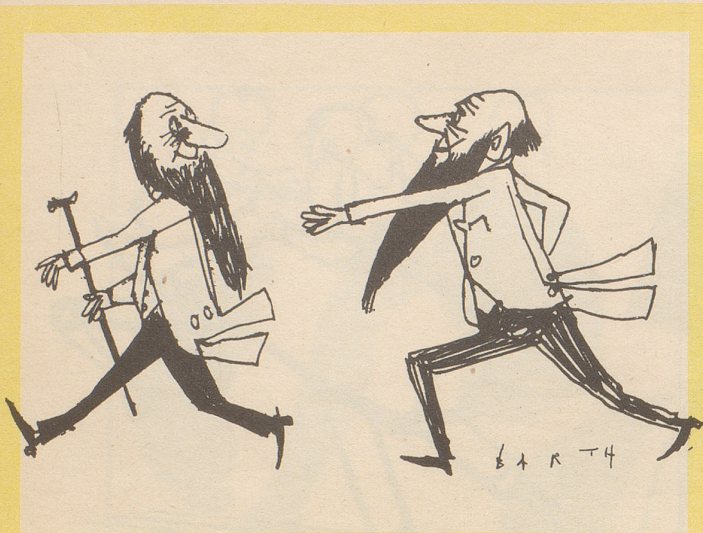
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 28.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Fritz Herdi

Rezepte fürs Uraltwerden

Wer erwartet, daß ich ein persönlich durchexerziertes Geheimrezept fürs Steinaltwerden zu verraten habe, der wird diese Seite mit Gewinn überschlagen. Wirklich alte Leute sind doppelt so alt als ich, und alt fühle ich mich höchstens dann, wenn ein Teenagerlein ins Zimmer gewirbelt kommt und berichtet: «Was meinsch, jetzt hämmeren schaurig alte Franz-Lehrer, und en schtei-alte Chnoche im Latsch!» So so, ja, wie alt denn die Mannen seien.

«Also, mis Ehrewort, scho föife-drißgi oder so, schäntlich!» So sieht's die Jugend, und so erzählt sie es mir, und so erzählt sie es Ihnen, obwohl auch Sie die Vierzigerklippe vielleicht schon elegant umschiff haben.

Frische Luft statt dicker Luft?

Wie jung aber kommen wir uns wieder vor, wenn unser Leibblatt – wie in diesen Tagen geschehen – ein Bild bringt von Herrn Ypsilon, der «mit 95 immer noch als Aufseher der Sportanlagen von Zett» tätig ist. Wie bleibt man so rüstig? Die Zeitung weiß es: «Wahrscheinlich ist es gerade die Arbeit in der frischen Luft, die ihn bis ins hohe Alter gesund erhalten hat.» Und genau das wollen die Leser wissen, und genau das pflegen Reporter sehr alte Leute zu fragen. Gestern, heute, morgen. Und mir fällt Herr Lipowsiko ein, der, 100 Jahre alt, 1955 dem Interviewer auf die einschlägige Frage mitteilte, er sei eben immer viel an der frischen Luft gewesen. Aha, da habe er wohl im Freien gearbeitet: beim Forstamt, beim Straßendienst? Nicht doch; vielmehr: wenn daheim «dicke Luft» gewesen sei, sei er, statt zu streiten, losgezogen und habe dank dieser

Methode die Hälfte seines Lebens im Freien verbracht.

Kneippen statt kneipen?

«Bundeskanzler Adenauer, 85, hat bis 1966 den Vertrag für die Benützung der Villa in Cadenabbia verlängert, wo er intensiv seine erstaunliche Langlebigkeit pflegt.» So stand es im römischen Messaggero, im März 1961. Und wieder zirkuliert der alte Witz: Adenauer winkt auf die Frage eines Enkels, ob er, der Enkel, auch einmal Kanzler werden dürfe, milde ab: «Dat jeht nich, wir brauchen doch nich zwei Bundeskanzler.» Was Adenauer für seine Gesundheit tut, wissen wir Zeitungsleser: er kneippt. Mit zwei P. Und mit Wasser. Schreitet morgens durchs taufeuchte Gras. Das ist klipp, und das ist klar. Churchill dagegen bietet drei Varianten und gibt als «Geheimnis seines langen Lebens» an: a) Das tägliche Mittagsschlafchen; b) Diätikuren; c) «Ich habe nie geraucht, nie Alkohol getrunken und kein Mädchen geküßt – bevor ich zwölf Jahre alt war.»

Blumengießen statt Kannegießern?

«Verheiratete werden älter.» Die Statistik meldet es. Fräulein Morris, 117, in Nordirland, zaunpfahl-winkte zwar: «Ich habe mich nie um Männer gekümmert und mich stets von ihnen ferngehalten.» Nancy Houston in Belfast, 105, meinte milder: «Täglich rohe Milch getrunken und – von einem Priem Kautabak abgesehen – am Sonntag nie geraucht.» Frauen sind übrigens auf unserer Liste eher knapp vertreten. Von einer ehemaligen Diva heißt es lediglich, sie habe «in aller Stille» zum vierten Male ihren 20.

Geburtstag gefeiert, und Elsa Klatsch-Verzeihung, Maxwell jam-mert, vor lauter Kummer und Sorgen sei sie innert fünf Jahren gewiß gegen sechs Monate gealtert. Böß dran aber sind die männlichen Junggesellen: niemand pflegt sie, wenn sie krank sind, niemand stellt ihnen abends Pantoffeln bereit, während Ehemänner sich unter dem Pantoffel geborgen fühlen, und abends am Stamm lachen sie sich zwar einen Bruch ins Revers und bleiben sitzen, wenn Ehemann und Kollege Kurt nach Hause muß, statt zu überlegen, daß «Herd» gesünder sein soll als «Hock». Immerhin meldete Alleingänger Jobart, 100, aus Pouillenay: «Ich bin Junggeselle geblieben, habe stets einen guten Tropfen genossen, und deshalb bin ich so alt geworden.» Da aber gerade eine Antizechwelle durchs Land ging, hieß es am nächsten Tage, der Jubilar sei in der Festfreude mißverstanden worden. Er habe eigentlich sagen wollen: «Ich bin Junggeselle geblieben, ich habe stets einen guten Tropfen genossen, und trotzdem hab ich's auf hundert Jahre gebracht.» Nuancen, Nuancen!

Krimi statt Vollbad?

Grundsatz: jedem seine eigene Meinung! Ein Neapolitaner, 104, wegen Randalierens in einer Bar arrestiert, meinte mit Seitenblick auf seinen Jahrgang: «Ich habe stets gemacht, was mir Spaß bereitet.» Frau Rißmann, 108, in Berlin: «Frische Luft und kaltes Wasser, aber Berliner Luft und Spreewasser muß es sein.» Herr Lee, 99, in Seattle: «Strenge Arbeit. Die junge Generation wird nie so alt werden; sie ist nicht dumm genug, um streng zu arbeiten.» Ein Engländer, 109: «Bier, Käse und Zwiebeln.» Frau Weenington in Louisville mit 104 Jahren: «Niemanden und nichts hassen, nicht einmal die Republikanische Partei.» Frau Smith, 110, in Milwaukee: «Seit meiner Pensionierung lese ich täglich einen Krimi.» Ein rotweißer Mischling, angeblich 130: «Seit fünfzig Jahren kein Bad mehr genommen.» Bernard Long, 81, und Gattin: «Wir feierten die «Goldene» durch einen gemeinsamen Fallschirmabsprung. Ein Sport, der jung erhält.» Kongreßkanzler Rufus von Kleinsmid, 83: «Von Bankett zu Bankett.» Architekt Wright mit 89: «Schwimmen, Tanzen, 12 Stunden Arbeit täglich. Je mehr ich meine Körperkräfte überanstrengte, desto stärker wurden sie.» Senator Green, 91: «Früh aus den Federn, früh zu Bett.» Dagegen Dichter Robert Frost mit 84: «Nachts arbeiten und um zehn aufstehen.» Schopenhauer: «Täglich zwei Stunden stramm marschieren.» Dagegen der Autoindustrielle Kettering: «Meine einzige körperliche Bewegung: zu Fuß von der Auto- zur Bürotür oder zum Flugzeug; allenfalls ungeduldiges Aufundabgehen im Korridor, wenn ich auf den Lift warten muß.»

Verrechnet und berechnet

Shaw wollte unbedingt 100 werden; beinahe hätte er sein Ziel erreicht. Der alte Rockefeller träumte jahrelang vom 100. Geburtstag, wurde aber nur 98, obwohl man ihm zuletzt Sonderdrucke der New York Times aufs Zimmer brachte, in denen Aufregendes fehlte, Erfreuliches ausführlich behandelt war. Hingegen ist nach einer Taß-Meldung von 1959 Genosse Kubulow, 141, Schützenkönig im kaukasischen Tsinagari geworden, worauf er an die Arbeit in der Kollektivfarm zurückkehrte.

141? In dieser Preislage wird die Sache kritisch. Früher fast überall und heute noch vielenorts waren und sind genaue Kontrollen unmöglich. «Mein Bruder war zwölf oder fünfzehn Jahre älter als ich», schreibt Jazzidol Sidney Bechet unbefangen: er weiß es nicht genau. Jazzpionier Jelly Roll Morton gibt drei verschiedene Geburtsjahre an, und man weiß noch heute nicht, was stimmt. Der Chinese Li Chang Yun, der sich nur von Kräutern, vorwiegend vom «Wassernabel», ernährte, gab 1933 sein Alter mit 253 Jahren an. Bauer Parre aus Scropshire soll mit 152 an den englischen Königshof eingeladen worden sein, wo er sich glücklich überaß und nicht mehr erholte. Der Ost-Türke Zaro Aga liebäugelte mit der Zahl 150, wenn es um sein Alter ging. Trotz Joghurt und Sauermilch: Verrechner?

Vor wenigen Jahren ist der zwerg-haft kleine, kolumbianische Indianer Pereira, der als Geburtsjahr 1789 angab, zwecks ärztlicher Untersuchung nach New York geflogen (wobei er eine Hostess in die Wade kniff), und als er (mit einem ärztlichen Gutachten: über 100 zweifellos, über 150 möglicherweise) in die Heimat zurückkehrte, gab Kolumbien eine Pereira-Briefmarke mit exportpropagandistisch orientiertem Pereira-Slogan heraus: «Sorge dich nicht, trink' Kaffee und rauch' eine gute Zigarre!» Dies wiederum erinnert uns an den Hundertjährigen, der auf die vom Reporter gestellte Frage, worauf er sein prachtvoll hohes Alter zurückführe, keck ins Mikrophon krächte: «Es steht noch nicht fest. Zurzeit verhandle ich mit einer Zigarrenfabrik, einer Brauerei, einem Spielkartenverlag und einem Kräuterkraut-haus.»

