

(An)Teilnehmen statt Zuschauen. Ein Aufruf (nicht nur) Ihrer Feuerwehr

Als „Super-Ager“ bezeichnet man nicht jemanden, dem einfach nur ein hohes Alter vergönnt ist. Sondern jemanden, der oder die in hervorragender geistiger Verfassung ein hohes Alter erreicht. Genau: Leute in ihren 80-ern und 90-ern und 100-ern, die eine geistige Beweglichkeit von 20, 30 oder noch mehr Jahren jünger an den Tag legen. Und auch wenn man das jedem wünscht, ist es leider nicht allen gegeben.

Aber Wissenschaftler der Northwestern University in Illinois haben seit dem Jahr 2000 eine Langzeitstudie erarbeitet, die diese beneidenswerte Gruppe der Super-Ager untersucht hat um herauszufinden, ob es außer Glück und Genen noch andere Faktoren gibt, die dieses gesegnete Altern fördern oder wenigstens begleiten. Erwarten Sie jetzt keine Ernährungs- oder Bewegungstipps, denn das schied schon mal aus – die Super-Ager essen gesund und ungesund und bewegen sich mal mehr, mal weniger. Wie wir alle halt.

Was sie vereint, war vielmehr dies: sie alle sind bis ins hohe Alter gesellschaftlich aktiv, engagieren sich in ihren Freundeskreisen, Vereinen, Religionsgemeinschaften, Musikgruppen, usw. und hören nicht auf, miteinander die Welt zu entdecken. Das 100-jährige Jubiläum der Feuerwehr Schambach am Wochenende in Kirchham war das perfekte Beispiel für einen Ort solchen Engagements und entsprechend beeindruckend war die Feier. Und was bei der Feuerwehr Kameradschaft heißt, heißt in der Wissenschaft „Why Brains Need Friends: The Neuroscience of Social Connection“. So jedenfalls lautet der Titel eines Buches von Ben Rein dazu - auf Deutsch also etwa: „Warum das Gehirn Freunde braucht“.

Ein wichtiger Aspekt davon scheint mir zu sein, wie wir unsere eigene Rolle in der Welt sehen, ob vor allem als passiver Zuschauer oder eher als aktiver Teilnehmer. Denn der Zuschauer ist dem Geschehen, das er verfolgt, hilflos ausgeliefert. Daher ist es leicht, alles als großen Unsinn oder Mist zu verachten, was sich einem bietet, weil man eh nichts dafür kann und schon gar nicht eingreifen, außer kommentieren. Und um die Aufmerksamkeit aufrechtzuerhalten, fordert der Zuschauer natürlich immer spektakulärere Ansichten, das ist meines Erachtens der Nachfrageaspekt des ungeheuren Lärms dieser Welt, der die Klicks von vereinsamten und unbeteiligten, aber aufgebrachten Zuschauern braucht.

Als Teilnehmer brauche ich keine Sensationen in der Welt, sondern bin auf den guten alten Dreiklang aus Gutem, Wahrem und Schönem angewiesen. Denn als Teilnehmer erhebe ich Anspruch auf Teilhabe, mit anderen Worten: ich trage einen Teil der Verantwortung für den Lauf der Welt, wie klein er sein mag, aber eben, und hier kommt's, siehe oben: gemeinsam mit anderen. Kurz: der ganze Laden gehört auch mir! Und in dieser Welt will ich mich ja mit anderen so wohl fühlen, dass wir alle gemeinsam darin ein biblisches Alter erreichen.

Dieser Ausdruck kommt übrigens aus den ersten elf Kapiteln des ersten Buches der Bibel, wo einige Menschen mit sagenhaften Jahreszahlen super agen und das in einer Zeit, wo tatsächlich die Lebenserwartung eher um die 30 lag. Die Aussage hinter den phantastischen Altersangaben der Menschen (sprichwörtliches Beispiel: Methusalem, Noahs Großvater, der laut Genesis 5,27 jugendliche 969 Jahre alt wurde) ist, dass die Bibel die frühe Menschheitsgeschichte als eine stetige Entfernungsgeschichte von Gott beschreibt. Und dem mag man sich anschließen oder heftig widersprechen, aber der Grundgedanke dahinter ist eben auch, dass, wo Menschen Gott als einen der Freunde ihrer Hirne ansehen, sie eben auch die Gemeinschaft von Menschen suchen, mit denen sie zusammen die Welt zu dem Ort machen, der ihnen als Teilhaber gehört, anstatt sie als großen Bildschirm zu sehen, den man wütend betrachtet.

Wie gesagt, das ist kein Geheimrezept – nicht jedem mit Freunden ist hohes Alter geschenkt. Aber ohne Freunde ist auch das höchste Alter nur eine Zahl. Daher: uns allen zahlreiche Freunde, denn das rettet Leben wie die Feuerwehr und letztlich nicht weniger als: die Welt.

Pfarrer Joachim v. Kölichen