

Rezepte für ein langes Leben

11.08.2020

Solange es denkende Menschen auf diesem Planeten gibt, stellt sich ihnen die Frage: Was muss ich tun und was muss ich lassen, um ein glückliches, gesundes und möglichst langes Leben zu führen? Durch die Jahrtausende hin wurden Rezepte vorgeschlagen, wie man seine Gesundheit verbessern und sein Leben verlängern kann. Es haben sich dafür viele Rezepte entwickelt, eines soll besser sein als das andere.

Hildegard von Bingen im 12. Jahrhundert hat ebenso dazu beigetragen wie im letzten die Österreicherin Maria Treben mit ihren Kräutern. Heute sind es teils die alten, teils modernere Versionen gesundheitsstiftenden Tuns und Lassens: joggen, Müsli essen, Vitamine zu sich nehmen, Gewicht verlieren, mit dem Alkohol vorsichtig sein, nicht rauchen, und was solcher mehr oder weniger sinnvoller Vorschläge mehr sind - das alles mag dazu beitragen, gesund zu bleiben; eine Garantie ist es nicht. Auch die Spruchweisheit in der Bibel tut dazu eine Meinung kund. Sie empfiehlt, ihre Weisungen nicht zu vergessen, denn: „Langes Leben ist in ihrer rechten Hand, in ihrer linken ist Reichtum und Ehre“ (Sprüche 3,16) - also alles, was man sich nur wünschen kann. Die Weisungen betreffen das soziale und religiöse Verhalten: Friedfertig soll der Mensch sein, freigebig, gerecht und ehrlich; und die Gebote soll er beachten. Dann lebt er lange und gut. Wer indessen auch nur einen kurzen Blick auf die Welt wirft, wie sie ist, weiß, dass das so nicht stimmt. Ich erinnere mich an einen Kollegen, der sein Leben lang nicht eine einzige Zigarette geraucht hat und trotzdem einen Kehlkopfkrebs erlitt. Die Bibel selbst relativiert den Zusammenhang zwischen gut handeln und gut leben. Der Prediger Salomo stellt nüchtern fest: „Wie es dem Guten geht, geht es auch dem Sünder“ (Prediger 9,2). Jesus selbst hat diesen Gedanken aufgegriffen und gesagt: „Gott lässt seine Sonne aufgehen über Böse und Gute und lässt regnen über Gerechte und Ungerechte“ (Matthäus 5,45b).

Deshalb, so Jesus, sei auch der Feind zu lieben; er lebt unter denselben Bedingungen wie der Freund. Das ist einerseits entlastend: Wer krank wird, wird es nicht deswegen, weil er etwas Böses getan hat. Er wird es, weil das zu den Lebensbedingungen gehört. Es ist aber auch enttäuschend: Wer ein Leben lang gesund und wohlhabend ist, der ist es nicht, weil der die besondere Gunst Gottes besitzt. Das Leben nach dem Willen Gottes trägt seinen Sinn in sich selbst. Ja, es ist nur dann ein wirklich gutes Leben zu nennen, wenn es keinen irdischen Lohn erwartet.

Es gilt das gesprochene Wort.

Redaktion: Pfarrer Reinhold Truß-Trautwein (reinhold.truss-trautwein@gep.de)

Weitere Sendungen, Informationen, Audios und mehr finden Sie unter:
<http://rundfunk.evangelisch.de/kirche-im-radio/dradio/worte-zum-tage>
Facebook: <https://www.facebook.com/deutschlandradio.evangelisch>