

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).

ANDERS HANDELN

Newsletter Nr. 28 vom 19. November 2023

Brauchen wir einen Ewigkeitshorizont im Leben?



Liebe Leserin, lieber Leser,

es ist ein alter Gedanke, der schon viele Geschichten inspiriert hat: Was wäre, wenn es ein Mittel gegen das Altern gäbe? Ein Jungbrunnen, ein Elixier, eine Pille, vielleicht eine App? Wenn das Leben zumindest ein offenes Ende hätte, dessen Zeitpunkt nicht von der Anzahl schon gelebter Jahre abhinge? Oder ein Leben, das gar kein Ende kennt?

Was für die meisten wahrscheinlich wie der Ausgangspunkt für einen kurzweiligen Science-Fiction-Film klingt oder für ein philosophisches Essay, halten andere für eine realistische Möglichkeit. So realistisch, dass sie viel Zeit, Energie und vor allem Geld investieren, damit die Menschheit diesem Ziel näherkommen möge. Darunter sind

zahlreiche prominente und superreiche Investoren wie Jeff Bezos, Peter Thiel oder Sam Altman und andere Milliardäre. Ihr Ziel: Das Altern nicht mehr als unabänderliches Schicksal im Leben hinzunehmen, sondern als behandelbares, vielleicht sogar irgendwann heilbares Übel – das ist jedenfalls die Botschaft, mit der die Vertreter:innen der Longevity-Bewegung unterwegs sind. »Longevity« bedeutet »Langlebigkeit«, wobei »langes Leben« eben nicht notwendigerweise eine Obergrenze hat. Bis 2025 sollen es rund 600 Milliarden US-Dollar sein, die in Longevity investiert werden, so eine Schätzung der Bank of America – und auf Investorenkonferenzen werden inzwischen regelmäßig die neuesten Erkenntnisse der Langlebigkeitsforschung vorgestellt. Die Wunderpille gegen das Altern war noch nicht darunter, aber die Meldungen echter oder vermeintlicher Durchbrüche häufen sich.

Es scheint, als ob die Ewigkeit eher in den Natur- und Ingenieurwissenschaften gesucht wird als in der Religion. Und während sich die moderne Theologie damit abmüht, den Ewigkeitshorizont der Religionen möglichst ohne Aufhebung der Naturgesetze zu erklären, setzen finanzstarke Investoren und wissenschafts- und technikaffine Interessierte auf die Überwindung des Todes als logischen, mit technologischer Hilfe erreichbaren nächsten Schritt in der menschlichen Evolution. Ihr ganz anderer Blick auf das Leben, das Altern und den Tod wird im »Märchen vom tyrannischen Drachen« vorgestellt, einer Fabel, die der schwedische Philosoph Nick Bostrom 2005 im Journal of Medical Ethics veröffentlicht hat (als Animationsfilm hier).

Aber was bedeutet das alles? Werden künftig wenige Reiche sehr lange gesund leben und ihren Traum von »Ewigkeit« verwirklichen, während die Mehrheit der Menschen nicht von der hoch personalisierten Medizin profitiert? Sind die Milliardeninvestitionen in die Langlebigkeitsforschung gerechtfertigt angesichts der fehlenden medizinischen Grundversorgung für so viele Menschen auf der Welt? Andererseits: Ist es vielleicht sogar unmoralisch, das Altern als unausweichliches Schicksal hinzunehmen, wenn man etwas dagegen tun kann? Was würde ein extrem langes Leben für den Einzelnen und für die Gesellschaft bedeuten? Welche Antworten, auch spiritueller Art, gibt es auf die Fragen, die sich im Angesicht von Altern und Tod jeder und jedem stellen?

Wir wollen uns diesen Fragen in unserem Newsletter nähern – mit persönlichen Impulsen und Buchtipps, Beobachtungen und einem Interview. Und wir möchten Sie einladen, mit uns weiter nachzudenken, ob wir einen Ewigkeitshorizont im Leben brauchen und – wenn ja – wie er aussehen könnte.

SAGEN SIE MAL, HERR UTSCH ...

**»ES GEHT DARUM, DIE EIGENE
VERLETZLICHKEIT ZUZULASSEN«**

Michael Utsch ist Psychotherapeut und Religionspsychologe. In seinem Buch »Psychologie des Glaubens« spürt er den Bewältigungskräften des Glaubens nach. AZ-Redakteurin Linda Giering hat ihn gefragt, inwiefern der christliche Glaube beim Wissen um die eigene Endlichkeit hilft.

Herr Utsch, lässt sich das Ende leichter ertragen, wenn man an eine Ewigkeit glaubt?

Michael Utsch: Je nach religiöser Prägung, dem persönlichen Gottesbild und der emotionalen Qualität der Gottesbeziehung kann Glaube die Todesangst schüren oder abmildern. Religionspsychologische Studien sagen voraus, dass die Todesangst bei sehr religiösen und nicht-religiösen Personen am geringsten ausgeprägt ist. Wenn Angst vor einem unbarmherzigen, strafenden Richtergott vorherrscht, soll diese Begegnung möglichst lange herausgeschoben werden. Steht jedoch der Glaube an einen verzeihenden, liebevollen Gott im Vordergrund, der sich im Alltag als zuverlässig und hilfreich erwiesen hat, kann der Tod als Übergang vom Glauben ins Schauen verstanden werden. Religionspsychologisch lässt sich eine Schutzfunktion des Glaubens im Sterbeprozess bei einem positiven Gottesbild nachweisen.

Wie sieht ein guter Umgang mit dem Thema Tod aus, persönlich und gesellschaftlich?

Michael Utsch: Die natürliche Begrenztheit des Lebens durch den unabwendbaren Tod zählt zu den größten Demütigungen des Menschen. Nach wie vor verdrängen und fürchten viele Menschen die Sterblichkeit. Die Gewissheit des Todes, die dem natürlichen Selbsterhaltungstrieb entgegensteht, kann sogar panische Angst auslösen. In der Psychotherapie wird eingeübt, unangemessenes Sicherheits- und Kontrolldenken wie Verdrängung, Flucht oder Bagatellisierung durch realistische kognitive Strategien zu ersetzen. Da helfen Übungen zur Akzeptanz von Unsicherheit oder Kontrollunfähigkeit. Das Loslassen kann man schon früh einüben: als Kind das Spielzeug oder das Pausenbrot mit einer Kameradin teilen, als Jugendlicher die eigenen Werte finden und sich von Rollenidealen verabschieden. Eltern müssen ihre Kinder loslassen und nach dem Tod geliebter Angehöriger ohne deren Nähe und Unterstützung weiterleben. Abschied nehmen und Loslassen lernen ist eine gute Vorbereitung auf das eigene Sterben.

Woran sollte man aus psychologischer Sicht lieber glauben: Endlichkeit oder Ewigkeit?

Michael Utsch: Aus psychologischer Sicht empfiehlt sich die Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit und dem Tod. Dabei kann religiöser Glaube sowohl nützen als auch schaden. Belastend ist die Vorstellung, dass wegen eigenem Fehlverhalten ewige Verdammnis drohe. Ein Leistungsglaube – vor Gott ein möglichst fehlerfreies Leben dokumentieren zu müssen – trägt zu einem dysfunktionalen Glauben bei. Der christliche Glaube will befreien, nicht einengen! Zum Glück gibt es einen reichen Erfahrungsschatz religiöser Angstbewältigung und hilfreicher religiöser Abschiedsrituale im Sterbeprozess, der vielen gläubigen Menschen Unterstützung geben kann. Es ist möglich, jeden Tag als ein Geschenk der endlichen Lebenszeit anzunehmen und sich trotzdem auf ungetrübte Gemeinschaft mit dem Schöpfer in der Ewigkeit zu freuen.

FUNDSTÜCK

EWIGE ZINSEN

Es ist nicht klar, wann die Yale University wieder Zinsen beim Stichts Rijnlanden, einem niederländischen Wasserwirtschaftsamt, kassiert. Das letzte Mal (2015) waren es 136 Euro und 20 Cent. Sie wurden ohne Murren bezahlt, obwohl man einwenden könnte: Die Schulden, für die die Niederländer noch Zinsen zahlen, sind schon eine Ewigkeit her. Um genau zu sein: 375 Jahre. Damals im Jahr 1648 liehen sich die Vorgänger der Stichtse Rijnlanden 1000 Gulden, um den Deichbau zu finanzieren. Mit ewigem Zins-, aber ohne Rückzahlungsversprechen und festgehalten auf Ziegenleder.

(Gefunden auf Youtube.)



The centuries-old debt that's still paying interest

DER FALL

BLAUPAUSE FÜR EWIGES LEBEN ODER FÜR EIN GUTES GESCHÄFT?

Die Suche nach einem Jungbrunnen beschäftigt die Menschheit schon seit Jahrtausenden. Inzwischen behaupten einige, mit Brokkoli und Datenmedizin auf der richtigen Spur zu sein.

Der 46-jährige Unternehmer Bryan Johnson ist wahrscheinlich einer der am besten untersuchten Menschen der Geschichte. Seine Körpermesswerte hat er im Internet veröffentlicht – nicht ohne Stolz, denn sie sollen belegen, dass der Lebensverlängerungs-Investor seinem Ziel näherkommt: das eigene biologische Alter zurückzudrehen. Dafür nimmt er einiges in Kauf und hat viel Geld in die eigene Gesundheit investiert; er hält nicht nur eine strikte Schlafroutine und Essensdiät ein, nimmt zahlreiche Nahrungsergänzungsmittel, treibt viel Sport, behandelt sich täglich mit Licht- und Magnettherapie und lässt sich konstant und intensiv von einem Expertenteam untersuchen. Er sieht sich auch als Pionier einer neuen menschlichen Entwicklungsstufe, für die er das simple Motto formuliert hat: »Don't die« (Nicht sterben). Seinen Jungbrunnen »Project Blueprint« will Johnson auch für andere zugänglich machen, die

keine Millionenbeträge investieren können – und vertreibt inzwischen schon mal das passende Olivenöl für die gesunde Ernährung. Ist der Hype um »Longevity« also doch nur wieder ein Marketing-Trick, um Profit zu machen? Oder stehen wir tatsächlich vor einer Zeitenwende im Denken über das Altern?

Was denken Sie?

ZUR UMFRAGE

Wenn Sie noch weitere Gedanken zu dieser Frage haben, schreiben Sie uns an newsletter@andershandeln.de.

Die Ergebnisse der Umfrage und eine Auswahl von Leser:innen-Reaktionen werden in unserem nächsten Newsletter veröffentlicht.

**ABSCHIED
IST DIE AUFGABE
UND ZUVERSICHT
DIE ENERGIE. ABER WIE
FINDEN BEIDE ZUSAMMEN?**

**LESEN SIE MEHR DARÜBER IN
UNSEREM NEUEN THEMENHEFT.**



NACHGESCHAUT



ÜBERZEITLICH, VORZEITLICH UND

NACHZEITLICH

Die Bibel spricht auch von der Ewigkeit, meint damit aber etwas anderes als wir uns oft vorstellen. Die biblische Ewigkeit passt nicht ins menschliche Messraster.

»Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit.« Dass mit dieser lobpreisenden Schlussformel (Matthäus 6,13) Jesus selbst das Vaterunser beendet hat, gilt heute als wissenschaftlich widerlegt. Vermutlich ist sie in der Zeit um 100 nach Christus in das Gebet eingefügt worden. Trotzdem spiegelt diese Doxologie auch das biblische Ewigkeitsverständnis wider: »Danket dem Herrn, denn seine Güte währet ewiglich« (Psalm 106,1). In dieser Ewigkeit werden nur gerechte Menschen einen Platz haben, alle anderen werden in eine tiefe Grube gestoßen werden (Psalm 55,23). Der Verfasser des ersten Johannesbriefes empfiehlt sogar, sich der Lust und der Freude der gegenwärtigen Welt zu versagen und den Blick allein auf die Ewigkeit zu richten (1. Johannes 2,17). Doch eins ist klar: Gottes Ewigkeit ist keine zeitliche Größe, die in irgendeiner Weise menschlich messbar ist. Sie passt auch gar nicht ins Raster uns bekannter Zeitschienen, auch wenn »vor Gott tausend Jahre wie ein Tag sind« (Psalm 90,4). Gott ist überzeitlich, vorzeitlich, nachzeitlich. Und damit ist die Erwähnung von Gottes Ewigkeit auch immer eine Mahnung an uns Menschen, unser messbares Zeitverständnis nicht absolut zu setzen, sondern vielmehr den Blick für die Dimension der Ewigkeit zu öffnen. Denn in diese werden wir – so sagt es Jesus – mit unserem Tod eintreten: »Wer mein Wort hält, der wird den Tod nicht sehen in Ewigkeit.« (Johannes 8,51)

Iris Macke

PRO UND CONTRA

GIBT ES EIN LEBEN NACH DEM TOD?

Es ist eine Glaubensfrage, die irgendwann jede und jeden umtreibt. Und die Antwort darauf kann immer nur persönlich sein.



PRO Gut aufgehoben

Ulrike Berg, AZ-Chefredakteurin: Woher soll ich das wissen? Ich bin ja nicht der liebe Gott! Was ich aber sagen kann: Ich glaube daran, dass es ein Leben nach dem Tod gibt. Mehr noch: Für mich steht das felsenfest. Nun könnte man mir natürlich vorwerfen: »Das glaubst du nur, weil du dran glauben willst. Weil du Angst hast vor der Vorstellung, dass dein Leben tatsächlich zu Ende ist – bums, aus, dunkel, nichts.« Aber das ist es nicht. (Es soll ja sogar Menschen geben, für die es eine Horrorvorstellung ist, dass

nach dem Leben noch was kommt. Die sagen: »Lieber Ruhe, das ist doch besser!«) Ich glaube an ein Leben nach dem Tod, weil ich glaube, dass wir eine Seele haben. Und dass die unsterblich ist. Wo die sitzt – keine Ahnung. Was genau das ist? Das, was uns ausmacht und jede und jeden einzigartig macht. Unsere Gefühle, Sehnsüchte, Gedanken – sozusagen die DNA unserer geistigen Identität. Fakt ist: Die Seele ist keine Materie. Und deshalb kann sie auch nicht verschwinden oder sterben. »Unkaputtbar« sozusagen. Und wo ist sie dann? Schwebt sie rum? Ist sie im Himmel geparkt? Nein – sie ist bei Gott. Wo immer das ist. Gut aufgehoben. Und – um noch einen draufzusetzen: Ich glaube auch an das Reich Gottes. Ebenfalls felsenfest. Wie das aussieht? Auch keine Ahnung, aber ich habe eine Vorstellung davon. Und die hat niemand so schön in Worte gefasst, wie der Verfasser des biblischen Buches der Offenbarung: »Und Gott wird abwischen alle Tränen von ihren Augen, und der Tod wird nicht mehr sein, noch Leid noch Geschrei noch Schmerz wird mehr sein; denn das Erste ist vergangen« (Offenbarung 21,4). Das ist der Ort, an dem die Seele irgendwann Heimat findet und bleibt.



CONTRA Mein Sterben gehört dazu

Sabine Henning, AZ-Redakteurin: Strickzeug, Tongefäße, eine Gürtelschnalle – all das sind Beigaben, die man in Gräbern aus der Zeit um Christus auf dem Gebiet des heutigen Schleswig-Holsteins fand. Ausgestellt sind sie in den Landesmuseen im Schloss Gottorf in Schleswig, zusammen mit den knapp zwei Jahrtausende alten »Moorleichen«. Die Grabbeigaben, so vermutet die Forschung, sollten nach der Vorstellung der Menschen im Jenseits nützlich sein. Damals wie heute: Zu akzeptieren, dass wir sterben müssen, gehört mit zu den schwersten Aufgaben im Leben. Der Gedanke an ein Weiterleben oder sogar ein »Paradies« kann helfen – an einen Ort, an dem alles gut und alle menschliche Zerrissenheit, alle Widersprüchlichkeit aufgehoben ist. Für mich ist diese Vorstellung vor allem ein Kompass für mein Leben. Und nicht nur für mich als Individuum: Freiheit, Gleichheit, Sicherheit und alles, was daraus folgt, sind auch für unser gesellschaftliches Miteinander handlungsweisend, verankert etwa in den Menschenrechten, die vor 75 Jahren verabschiedet wurden. Doch unsere Welt sieht anders aus. Die gute Botschaft von Jesu Auferstehung und der Überwindung des Todes verstehe ich daher vor allem symbolisch: als eine Kraft, die alles überwinden kann, jeden Hass, jede Gewalt. Daran glaube ich, mitten im Leben. Und daran möchte ich mitwirken. Die Vorstellung vom Reich Gottes als »Sauerteig«, den wir Menschen pflegen und kneten, der aufgeht, würzt, nährt, wie es der Evangelist Matthäus beschreibt, trifft es. Die Idee vom Leben nach dem Tod hingegen übersteigt meine Fantasie. Wenn Gott mich so gewollt hat wie ich bin, und davon gehe ich aus, dann gehört mein Sterben dazu: »Ich bin Teil des Lebens, das leben will inmitten von Leben, das leben will«, wie Albert Schweitzer schrieb. Und so wünsche ich mir vor allem, dass mein Sterben in Liebe eingebettet ist und ich mit dem Tod zur Ruhe kommen kann. Mein Leben erfüllt seinen Sinn, indem es vergeht.

BUCHTIPPS

VON ERREICHBAREN UND UNERREICHBAREN HORIZONTEN



Die Zeit der Verluste
 von Daniel Schreiber, Hanser, München 2023.

Melancholisch und mit schwerem Herzen geht Daniel Schreiber durch die Gassen und über die Brücken Venedigs. Er trauert um den Tod seines Vaters, aber gleichzeitig um so viel mehr. Um den Abschied von einem Gefühl der Sicherheit seit Beginn der Coronapandemie. Um das Ende des vermeintlichen Friedens, seit es in Europa wieder einen Krieg gibt. Um den Verlust von Gewissheiten und sicheren Anker im Leben. Er besucht die Friedhofsinsel von Venedig, blickt in den Nebel über den Kanälen und spürt, wie nah Schönheit und Vergänglichkeit auch an diesem besonderen Ort beieinander liegen. Schreiber verknüpft seine Spaziergänge durch Venedig mit einem Streifzug durch sein Leben und seine Verlusterfahrungen und verwebt dabei Persönliches mit Zitaten aus Literatur und Sachbuch. Man begibt sich gern auf diesen Gang mit ihm, folgt den schönen Worten und lässt sich von seiner Gabe, die verschiedenen Ebenen verschmelzen zu lassen, mitziehen. Die Häufung der Situationen, in denen Schreiber sich an etwas Gelesenes erinnert, ist dabei nicht unbedingt realistisch, aber so werden Belehrung und seine eigenen Gedanken zu dem Thema zu einem stringent lesbaren und kurzweiligen Textschwaden verbunden. Allein: Nach der Lektüre weiß man nicht unbedingt besser, wie man mit dem Ende der Gewissheiten im eigenen Leben umgehen soll. *Linda Giering*



anders handeln-Themenheft: Ewigkeit
 (eine Andere Zeiten-Veröffentlichung)

Die Ewigkeit bleibt in diesem Leben für uns unerreichbar. Trotzdem inspiriert der Gedanke Künstlerinnen und Künstler seit Jahrhunderten, zieht sich durch die Bibel und beflügelt die Fantasien fortschrittsgläubiger Menschen. In dieser Ewigkeits-Ausgabe von *anders handeln* widmen wir uns dem Thema von vielen Seiten. Zu Wort kommt ein Genforscher ebenso wie Menschen, die sich einfrieren lassen und so ihr Leben unendlich verlängern möchten. Einen besonderen Blick auf das Thema Zeit und Ewigkeit eröffnen unsere Reportagen, etwa über die einzige Überlebende eines Flugzeugabsturzes und über das Atomendlager Asse bei Braunschweig. Der Würzburger Theologe Klaas Huizing teilt im Interview seine Gedanken darüber, ob »alle Lust Ewigkeit will« (Friedrich Nietzsche). Stefanie Schüler-Springorum, Leiterin des Zentrums für Antisemitismusforschung an der TU Berlin, geht der Frage nach, warum antijüdisches Denken und Verschwörungserzählungen offenbar kein Ende finden. Dem unendlichen Klang kommt unter anderem der Hamburger Popexperte Goetz Steeger auf die Spur. Sie lesen Porträts von Menschen, bei denen der Tod eines nahen Angehörigen die Sicht auf die Ewigkeit grundlegend verändert hat. Und natürlich erfahren Sie auch, welches Tier eine so lange Lebenserwartung hat, dass einige heute noch lebende Exemplare zur Zeit Jesu schon 8000 Jahre alt waren. Das Themenheft *anders handeln* Ewigkeit umfasst 64 Seiten, 20,5 x 26 cm, Paperback € 4,50 (ab 10 Stück € 4,30; ab 25 Stück €4,10) zzgl. Versand. Es kann über diesen [Link](#) bestellt werden.

UND DANN ...



Liebe Leserin, lieber Leser, wenn Sie Ihre Gedanken zum Newsletter-Thema mit uns und anderen Leser:innen teilen möchten, schreiben Sie uns an newsletter@andershandeln.de.

Als **Reaktion auf unseren Oktober-Newsletter »Selfcare oder Selbstsucht?«** haben uns Zuschriften erreicht, von denen wir hier zwei auszugsweise veröffentlichen.

Unsere Leserin Barbara Falk schreibt:

Wenn es wirklich um Achtsamkeit geht, braucht es meiner Meinung nach, wie immer auf dem Weg der Meditation, eine gute Begleitung. Die Ehrlichkeit mit sich selbst ist auf den Blick von außen angewiesen. Gute Selbstfürsorge kann ich nur leben, wenn ich erkenne, was gut für mich ist. Wenn ich bereit bin, auch unangenehme Gefühle auszuhalten, als zu mir gehörig wahrzunehmen, statt sie weghaben zu wollen.

Annegret Rademacher:

Ich habe Ihren Artikel gelesen und erinnerte mich an meine alte Yogalehrerin, eine kluge Frau. Sie schenkte uns einmal einen kleinen Krug mit der Aufforderung dafür zu sorgen, dass er immer wieder voll wird (Selbstsorge), damit wir dann davon abgeben können. Eigentlich der alte Bibelspruch: Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.

Bei unserer **Umfrage im Oktober-Newsletter** (»Darf Selbstfürsorge auf Kosten von anderen gehen?«) gab es folgendes Ergebnis:

10 Prozent der Teilnehmenden meinen: »Ja! Solange jede:r auf sich selbst achtet, sind alle am glücklichsten.«

43,7 Prozent finden: »Ja, aber es gibt Ausnahmen. Gegenüber Kindern und anderen Menschen, die auf uns angewiesen sind, haben wir die Pflicht, so viel wie möglich auszuhalten.«

17 Prozent geben zu bedenken: »Gibt es überhaupt Selbstfürsorge, die nicht auf Kosten von anderen geht?«

16,3 Prozent wenden ein: »Nein! Dann entwickeln wir uns zu einer vollständig egoistischen Gesellschaft.«

1,1 Prozent: »Nein, wir sollten die Zähne zusammenbeißen und weitermachen. Früher ging das doch auch. Selbstfürsorge ist ein überflüssiger Modetrend.«

11,9 Prozent: »Ich kann mich nicht entscheiden.«

(Teilnehmerzahl: 270)

Sie können diesen Newsletter [hier](#) weiterempfehlen.

Die nächste Ausgabe erscheint am Sonntag, 17. Dezember 2023.

*Kennen Sie schon unseren anderen, wöchentlich erscheinenden Newsletter »die andere zeit«?
Sie können ihn [hier](#) abonnieren.*

Andere Zeiten e.V.
Fischers Allee 18
22763 Hamburg
Deutschland

040 / 47 11 27 57

newsletter@andershandeln.de

Redaktion: Ulrike Berg, Elisabeth Cziesla, Linda Giering, Sabine Henning, Iris Macke (verantwortlich), Axel Reimann, Kirsten Westhuis

Gestaltung: Jennifer van Rooyen

Illustration/Karikatur: Sarah Matuszewski

Kopf-Illustrationen: Sarah Matuszewski

[Datenschutzerklärung](#)

[Newsletter abonnieren](#)

[Newsletter weiterempfehlen](#)

[Newsletter abbestellen](#)

Wenn Sie diese E-Mail (an: seifert@anderezeiten.de) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese **hier** kostenlos abbestellen.