

Kirche in 1Live | 22.04.2023 floatend Uhr | Daniel Harter

## Sechs Jahre länger leben

Ich sitze beim Arzt im Wartezimmer und blättere durch ein paar Magazine. Der Artikel über eine Studie ist überschrieben mit: "Wie man seine Lebenserwartung um sechs Jahre verlängern kann". Das interessiert mich. Ich würde schon gerne so lange wie möglich leben.

Der Inhalt der Studie erstaunt mich. Denn hier geht es in erster Linie nicht um Fitness, Gesundheitstipps oder vegane Ernährung. Forscher haben herausgefunden, dass die Lebenserwartung von Menschen, die einmal pro Woche eine religiöse Veranstaltung besuchen, höher ausfallen kann. Bis zu sechs Jahre! Und zwar, egal welcher Religion sie angehören. Der Medizinprofessor Raffaele Antonelli von der Universität Rom erklärt sich das so: "Ein religiöser Geist ist normalerweise gleichzusetzen mit einer positiven mentalen Einstellung, die vor Krankheiten 'schützt'."

Ob man das wirklich 1 zu 1 übertragen kann? Ich weiß es nicht. Es geht wahrscheinlich eher darum, dass sich die persönliche Einstellung dem Leben gegenüber ändern kann und der Blick auf das Leben damit ebenfalls. Menschen, die also in irgendeiner Weise religiös sind, finden oftmals einen hoffnungsvollen Umgang mit schweren Lebensfragen und gehen mit einer ermutigenden Sicht durchs Leben. So verstehe ich zumindest meinen Glauben an Gott. Es ist ein innerer Frieden. Wenn das zu einer höheren Lebenserwartung führt: Cool! Aber selbst, wenn nicht: Ein guter Life-Hack ist es trotzdem.

Quellen:

[https://rp-online.de/panorama/wissen/glaeubige-menschen-leben-laenger\\_aid-9109543](https://rp-online.de/panorama/wissen/glaeubige-menschen-leben-laenger_aid-9109543)

[https://www.livenet.ch/news/kirche\\_und\\_co/322394-regelmaessige\\_kirchbesucher\\_leben\\_laenger.html](https://www.livenet.ch/news/kirche_und_co/322394-regelmaessige_kirchbesucher_leben_laenger.html)

Sprecherin: Lisa Kielbassa

Redaktion: Daniel Schneider