

## **Altruismus**

Wissen Sie, was das Wort „Altruismus“ bedeutet? „Stimmt, das wusste ich schon einmal, wie war das noch?“ mögen Sie vielleicht jetzt sagen, und da sind Sie in unserer heutigen Gesellschaft in „bester“ Gesellschaft, denn dieses Wort wird, obwohl groß geschrieben heute gar nicht mehr so groß geschrieben. Neugierig geworden? Das Fremdwörterlexikon sagt es uns: „Altruismus“ heißt: „Durch Rücksicht auf andere gekennzeichnete Denk- und Handlungsweise, Selbstlosigkeit ...“

Nicht nur Kirche und Diakonie, sondern auch viele Vereine und Selbsthilfegruppen schwächeln darunter, dass es immer weniger ehrenamtliche Mitarbeiter/innen gibt, die sich selbstlos für die gute Sache oder das Wohl anderer Menschen einsetzen. Dabei haben Forscher der Cornell-Universität in Amerika herausgefunden, dass Menschen, die nicht immer nur für sich selbst, sondern in erster Linie für ihre Mitmenschen sorgen, eine höhere Lebenserwartung haben: Über 30 Jahre hinweg beobachteten die Wissenschaftler 427 ausgewählte Testpersonen. Das Ergebnis überraschte: Entscheidender Faktor für langes Leben war das Engagement für andere. So wurden 52 % der Personen, die sich nicht sozial engagierten, innerhalb der 30 Jahre mindestens einmal schwer krank. In der Gruppe der „Selbstlosen“ waren es jedoch nur 36 %. Als Grund wurde vermutet: „Altruismus, Liebe und Mitgefühl kurbeln die körpereigenen Abwehrkräfte in unserem Immunsystem an.“ Die Untersuchung zeigt, dass der stete Einsatz nur für das eigene Wohl gar nicht so gesund ist, und dass eine verkrampte „Nabelschau“ krank macht. Gesund und reich wird das Leben dagegen dann, wenn ich mich für andere einsetze. Es ist erstaunlich, dass für unsere Gesellschaft diese Erkenntnis so erstaunlich ist.

Schauen wir doch in die Bibel: Nächstenliebe wird als großes Ideal des Lebens herausgestellt: Im Alten Testament steht im 3. Buch Mose Kap. 19, V.18: „Du sollst deinen Nächsten lieben, wie dich selbst“. Jesus erneuert dieses Gebot, und er führt es noch weiter aus: „Was ihr getan habt, einem von diesen meinen geringsten Brüdern, das habt ihr mir getan“ (Matthäus 25, V.40). Darum sind all diejenigen Menschen, die an ihn glauben, in erster Linie an die Menschen gewiesen, die Hilfe brauchen. Ein Forum, sich für andere einzusetzen, bieten neben anderen Institutionen auch die örtlichen Kirchengemeinden und deren diakonische Einrichtungen: ob jetzt in Gemeindegruppen, in der Aktion „PflegePartnerschaft“ oder im Besuchsdienstkreis. Unser Leben wird wertvoll, wenn es ein Leben für andere wird: Ein Leben voller Aufmerksamkeit und Liebe für den Nächsten.

Ich wünsche Ihnen ein altruistisches Wochenende

Pfarrer Bernd Töpfer, Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde, Marktheidenfeld

Die jeweils aktuellen Gedanken zum Wochenende können auch auf unserer Homepage: [www.marktheidenfeld-evangelisch.de](http://www.marktheidenfeld-evangelisch.de) gelesen und heruntergeladen werden.