

Rezensionen von Buchtips.net

Klaus Brinkbäumer, Samiha Shafy: Das kluge, lustige, gesunde, ungebremste, glückliche, sehr lange Leben

Buchinfos

Verlag: [S. Fischer](#) ([weitere Bücher von diesem Verlag zeigen](#))
Genre: [Belletristik](#)
ISBN-13: 978-3-10-397353-2 ([bei Amazon.de bestellen](#))
Preis: 21,00 Euro (Stand: 29. April 2025)

Die demographische Entwicklung der Bevölkerung (ja der Menschheit) weist eindeutig in eine Richtung: die Menschen werden immer älter, leben immer länger. An sich zunächst eine nüchterne, statistisch belegbare Erkenntnis. Bei allem Wohl: es gibt natürlich auch hier Kehrseiten der Medaille. Dennoch: kaum eine Frage kann Menschen so faszinieren und stellt ein mehr oder weniger offenes Geheimnis, eine Frage, dar: wie schafft man es glücklich alt zu werden?

Genau dieser Frage sind die beiden Journalisten Samiha Shafy und Klaus Brinkbäumer nachgegangen und geben ihre Eindrücke in dem vorliegenden Buch wieder. Es sind Eindrücke und Erlebnisse, die weit abseits jeglicher nüchterner (vielleicht manchmal auch ernüchternder) Wissenschaft liegt. Sie reisen zu den ganz Alten dieser Welt, sie reden mit ihnen, sie bekommen einen Eindruck über zahlreiche individuelle Schicksale und Lebensweisen. Gemeinsam ist allen lediglich eines: es handelt sich um Menschen, die 100 Jahre alt sind oder ganz dicht an dieser Grenze.

In nahezu allen Erdteilen besuchten die beiden Autoren diese ehrwürdigen Menschen und haben Interviews geführt und sie kennen und schätzen gelernt. Eine Faszination, die im vorliegenden Buch gefühlvoll und gekonnt zu Papier gebracht wurde.

Welch Wunder: DAS Geheimnis finden die Brinkbäumer und Shafy nicht, aber jede Menge Indizien. Die Bedeutung vom Gefühl des Sinns hinter dem Leben (tagtäglich gebraucht zu werden, eine Aufgabe zu haben), die Sozialisation und das Eingebettet sein in eine möglichst funktionierende Gemeinschaft, Hoffnung und Zuversicht. Das findet sich in den meisten Lebensläufen als wesentliche Faktoren.

Das Geheimnis alt zu werden ist also sehr individuell - ein sehr langer, und wie die beiden Autoren anhand ihrer Darstellungen deutlich machen können, häufig auch ein lohnender, spannender Weg, jenseits jeglicher menschlicher Planbarkeit und Verplanung! Ein lesenswertes und gut zu lesendes Buch, dem eine große Leserschaft gegönnt sei!

8 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Dietmar Langusch](#)
[18. April 2020]