Tiina Raevaara: "Ewig leben. Unsere Rebellion gegen die Vergänglichkeit"

Eine Welt ohne Tod?

Von Michael Lange

Deutschlandfunk Kultur, Studio 9, 13.11.2026

Der Wunsch möglichst lange und gesund zu leben, ist in der Menschheit über alle Zeiten und Kulturen hinweg fest verankert. Und auch der Traum vom ewigen Leben beschäftigt Menschen seit je her. Doch noch nie gab es so viele Möglichkeiten, unsere Lebenszeit zu verlängern wie heute: Nie schien das ewige Leben so nah.

Bevor Tiina Raevaara Wissenschaftsjournalistin und Schriftstellerin wurde, war sie Genetikerin. Wenn sie über die Verlängerung des Lebens und den unausweichlichen Tod schreibt, macht sie dies zunächst aus Sicht der Biologie. Warum müssen Lebewesen sterben? Wie kam der Tod in die Welt? Welche Rolle spielt dabei die Evolution? Manchmal geht sie tief in die Details, beschreibt Mechanismen der Zellalterung und die ständige Reparatur des Erbmoleküls DNA im laufenden Betrieb. In den letzten Jahrzehnten lieferte die Wissenschaft ständig neue Erkenntnisse: Telomere, Stammzellen, epigenetische Uhren und so weiter. Die Auflistung revolutionärer Forschungsergebnisse verknüpf die Autorin mit eigenen Erfahrungen, Gefühlen und persönlichen Ansichten zum Thema Altern und Tod. Ihr Buch liefert kompakte Informationen aus Alternsforschung, Medizin und Psychologie und lädt gleichzeitig ein zum Nachdenken.

Tiina Raevaara

Ewig leben. Unsere Rebellion gegen die Vergänglichkeit

Aus dem Finnischen von Tanja Küddelsmann und Reeta Karjalainen

320 Seiten

32,00 Euro

Biologie und Technik wachsen zusammen

Unser Streben nach Langlebigkeit hängt eng zusammen mit dem Traum von der ewigen Jugend. Was jung hält und alt werden lässt, interessiert immer mehr Menschen. Dabei träumen sie weniger von einem hohen Lebensalter, sondern eher von einer dauerhaften Jugend. Vorreiter dieser Entwicklung sind die Superreichen im Silicon Valley, wie Musk, Thiel, Bezos oder Zuckerberg. Sie stehen der Denkrichtung der Transhumanisten um Ray Kurzweil nahe, die aus diesem Grund Technologie und Biologie verschmelzen will. Und so finanzieren sie wissenschaftliche Studien, die die Grenzen eines langen Lebens austesten wollen. Sie probieren neue Verfahren an sich selbst aus und fördern alles, was die Wissenschaft zu bieten hat. Auch dann, wenn die einzelnen Methoden bislang kaum erprobt sind und Risiken und Nebenwirkungen nicht ausgeschlossen werden können. Beispiele dafür sind der Einsatz vom Blut junger Menschen für alternde Körper oder Kryoverfahren, bei denen Menschen gleich nach ihrem Tode eingefroren werden.

Tiina Raevaara beschreibt diese Entwicklung nicht ohne Schaudern. Ewiges Leben für Superreiche? Für die Autorin ist das nicht nur ungerecht, sondern auch ethisch und gesellschaftlich fragwürdig.

Gesund und länger leben

In Science-Fiction-Romanen, Horror-Filmen oder Computerspielen gehören Zombies und Cyborgs längst zur Grundausstattung. Und im täglichen Leben? Im zweiten Teil des Buches macht die Autorin deutlich, dass die Gedankenwelt der Transhumanisten längst im Alltag vieler Menschen angekommen ist. Technik und Biologie verschmelzen immer öfter miteinander. Das reicht von Brillen, Cochlear-Implantaten und Herzschrittmachern über Schönheitsoperationen und Transplantationen bis hin zu Schnittstellen zwischen Nervensystem und Computern, wie sie Elon Musks Firma "Neuralink" erforscht. Mit Hilfe von experimentellen Geräten, die den Menschen implantiert werden, soll Blinden das Augenlicht zurückgeben werden. Aber auch die technische Überwachung von Gesundheitsdaten gehört zum zweiten Teil des Buches.

Tiina Reavaara folgt dabei selbst vielen Trends. Sie ist eine erfolgreiche Frau Mitte vierzig und sehr aktiv, wenn es darum geht Altern und Krankheit vorzubeugen. Sie stemmt Gewichte, macht Klimmzüge und so weiter. Unter jeder Kapitelüberschrift notiert sie ihr tägliches Workout in Begriffen, die Nichtsportlern wenig sagen: Deadlifts, Box Jumps, Dumpbell-Snatches. Außerdem kennt sie ihre persönlichen Gesundheits-Messwerte: Stresslevel, Puls und so weiter. Auch ihre psychische Belastung als freie Autorin und Mutter macht sie zum Thema.

Leben ist tödlich - was nun?

Trotz aller Bemühungen macht sich Tiina Raevaara keine Illusionen. Das gilt für sie persönlich, aber auch für die Gesellschaft als Ganzes. Sterben müssen alle. Wir können den Tod bestenfalls ein wenig hinauszögern. Wer reich ist, vielleicht sogar noch mal mehr. Arme Menschen, das zeigen auch die Statistiken, leben kürzer. Statistisch gesehen. Denn insgesamt steigt die Lebenserwartung, betont die Autorin. Wichtig sei es daher, wie wir das Leben und den Lebensraum gestalten. Würde man es weltweit schaffen, die Menge des Feinstaubs auf den empfohlenen Grenzwert zu reduzieren, würde die Lebenserwartung weltweit um 2,3 Jahre steigen. Oder mehr Bewegung in den Alltag integrieren.

"Ewig leben" liefert dabei keine einfachen Antworten, Tiina Raevaara gibt aber Anregungen. Ihre sorgfältig recherchierten Informationen liefern einen guten Überblick, was Forschung heute schon kann und wo sie hinwill: Alles gute Gründe, sich selbst Gedanken über die Zukunft - nicht nur des Alterns - zu machen.