„Das Gehirn ist wie ein Muskel: Es muss trainiert werden. Und zwar durch Hirntätigkeit. Sport allein nützt da wenig – anders als Ihr Artikel es suggeriert.“
Martin Schnelle, Vaterstetten (Bayern)

Jäger und Sammler

Nr. 32/2015 Schnell im Kopf: Hirnforschung – Wie Bewegung das Denken verbessert

Sport und Bewegung haben sicher positive Auswirkungen auf die geistige Fitness, jedoch bedeutet schlank nicht gleich schlau und im Umkehrschluss mollig nicht gleich dumm. Ihr Titelbild impliziert einen Zusammenhang zwischen Intelligenzquotient und Körperbau und leistet einer Diskriminierung von Leuten Vorschub, die einen höheren (eventuell gesünderen) Körperfettanteil haben als dieses Fitnessmodel.
Stefanie Groß-Albenhausen, Ahlen (NRW)

Ihrem Titel fehlt die Schlussfolgerung: nämlich dass der technologische Fortschritt weder glücklicher noch gesünder gemacht hat. Im Gegenteil. Der Mensch ist von Natur aus Jäger und Sammler und sollte deshalb oft in Bewegung sein.
Ralf Bierod, Uetze (Nieders.)

Mir hat sich die Frage aufgedrängt, warum es gerade im Bereich des Sports, wo Ausdauertraining zum täglichen Ablauf gehört, so viele Menschen gibt, die auch durch viel Training nicht schlauer werden. Haben die Hirnforscher ein Mindestmaß an Hirn vorausgesetzt, damit das Ausdauertraining auch zur Steigerung der geistigen Fähigkeiten führt? Oder dient diese Forschung dazu, dass die nächste Fitnesswellensau durch das Dorf getrieben wird? Ich warte ab und pflege den Müßiggang.
Meike Kellner, Bremen

Sie schreiben: „Durch die neuen Ergebnisse der Evolutionsmedizin lasse sich endlich erklären, ‚wie und warum Bewegung dem Gehirn zuträglich ist‘.“ Schön und gut! Und was ist mit Lothar Matthäus?
Uli Türk, Reichshof (NRW)

Spaß an der Bewegung ist ein zentraler Parameter, um die geistige Leistung zu steigern. Wer sich nun also aufgrund Ihres Beitrags im Fitnessstudio abquält, wird möglicherweise nur wenig positive Effekte auf sein Denkorgan mitnehmen.
Frieder Beck, Auenwald (Bad.-Württ.)

Wenn jetzt akademisch nachgewiesen wird, dass die alten Römer das Verhältnis von Körper und Geist ganz gut beurteilt haben und dass die Klostergemeinschaften des Mittelalters ihren Tagesablauf nicht nur im Dienste des Herrn, sondern auch einer lang anhaltenden Gesundheit organisierten, dann ist das Anlass zur Hoffnung. Vielleicht macht sich unsere adipöse Gesellschaft voller sinnloser Diäten diese altbewährten Traditionen der Bewegung dann wieder zunutze.
Dr. Dietrich W. Schmidt, Stuttgart

Als ich 1978 zur Bundeswehr eingezogen wurde, verstärkte sich durch den Stress und den Druck meine Neigung zu schweren Depressionen. Doch nach circa sechs Wochen, in denen wir Rekruten uns von früh bis spät teils bis zur absoluten Belastungsgrenze bewegen mussten, geschah etwas Seltsames mit mir. Es fühlte sich an wie ein Erwachen, als fände ich auf ganz neue Weise zu mir. Von Depressionen keine Spur mehr. Der Effekt hielt noch eine Weile an. Rückblickend war es wohl vor

Marathonläufer

allem die intensive körperliche Bewegung, die mir so gut tat und half.
Andreas Kurz, Gräfelfing (Bayern)

Moderater (Ausdauer-)Sport hat zudem – wie wir in einer demnächst erscheinenden Studie mit mehr als 20 000 Befragten aus allen 28 EU-Staaten nachweisen können – gerade bei älteren Menschen einen statistisch signifikant positiven Einfluss auf die subjektive (Lebens-)Zufriedenheit.
Prof. Dr. Bernd Frick, Univ. Paderborn, Pamela Wicker

Mutiger Ausruf

Nr. 31/2015 Warum die Völker des Ostens mit Problemen leben, ohne sie lösen zu wollen

Herrlich, dieser Essay gibt all meine persönlichen Gedanken und Feststellungen zu diesem Aspekt der Welt wieder. Änderungen können nur aus der Mitte der jeweiligen gesamten Gesellschaft kommen, auch wenn Minderheiten Hilfe von außen einfordern. Freiheit ist anstrengend, ebenso Demokratie; nicht alle Völker kommen damit jetzt schon zurecht.
Wolfgang Kranz, Laatzen (Nieders.)

Martin Doerrys Analyse ist nüchtern und vorurteilsfrei. Die Welt ist zwar durch technischen Fortschritt zusammengerückt, trotzdem leben die Menschen weiter in den unterschiedlichsten Kulturen – und viele, aus europäischer Sicht, auch noch in zurückliegenden Jahrhunderten.
Horst Knaudt, Hamburg

Was soll das? Der Westen will Probleme lösen, der Osten nicht? Ja, löst denn der Westen irgendein Problem in der eigenen Küche? Der Westen ist in Wahrheit selber am Absaufen, und das nicht zu knapp.
Hans von Atzigen, Spreitenbach (Schweiz)

Anamnese und Diagnose sind hervorragend beschrieben, aber es fehlen noch evidenzbasierte Therapiekonzepte.
Dr. Mohammad Behechtnejad, Winsen/Luhe (Nieders.)

Endlich jemand, der unbequeme Wahrheiten ausspricht. Es erinnert an den mutigen Ausruf: „Schaut! Er hat doch gar nichts an!“
Helmut Horten, Duisburg

Die orthodox geprägten Länder in einen Topf mit den Muslimen zu werfen ist mehr als eine unzulässige Vereinfachung. Der noch viel größere Unfug ist die Behauptung, die „Völker des Ostens“ seien nicht an Lösungen ihrer Probleme interessiert. Putin tatsächlich nicht, der möchte seine Gegenspieler weichkochen. Das ist Taktik, kein Kulturdeterminismus. Und es ist das persönliche Ding eines Russen, nicht das des ganzen Volkes.
Helge Delion, Henstedt-Ulzburg (Schl.-Holst.)

Unverstellter Ausblick

Nr. 31/2015 Der frühere AfD-Vorsitzende Bernd Lucke erklärt im SPIEGEL-Gespräch, warum er gescheitert ist

Wer über unliebsame Parteimitglieder schwarze Listen führen will, um diese hinwegzukärchern, kann keine weiße Weste haben. So stellt sich der Verlust eines offensichtlich egomanen Mannes wohl eher als Gewinn für die AfD dar.
Joachim Wedler, Bad Harzburg (Nieders.)

Man sollte Lucke kein Unwissen unterstellen, dass der Begriff „Säuberung“ spätestens seit Josef Stalin parteipolitisch diskreditiert ist. Insofern bietet die nassforsche Reaktion in Luckes Schlusswort auf die investigative Semantik des Fragestellers einen unverstellten Ausblick auf seine Gedankenwelt.
Dr. Christian Palmai, Leipzig

FOTO: PAUL LANGROCK / ZENIT / LAIF