

**Was uns bewegt,  
wonach wir streben, - unsere drei Säulen**

## **FREUNDSCHAFT**



### **Vom Glück der Freundschaft**

**Vortrag der Rotarierin Dr. Annegret Braun**

Zum 20-jährigen Jubiläum des Inner Wheel Clubs Verden,

am 12.03.2016, Schloss Etelsen

Präsidentin Beatrix Alhusen

Dr. Annegret Braun ist Lehrbeauftragte der Ludwig-Maximiliansuniversität in München am Institut für Volkskunde und Europäische Ethnologie



Dr .Annegret Braun – Photo Sessner

Zum 20-jährigen Jubiläum des Inner Wheel Clubs Verden, Schloss Etelsen

am 20.03.2016

### **Vom Glück der Freundschaft**

Viele Glücksversprechungen strömen täglich auf uns ein: Geld, Schönheit, Erfolg. Doch machen diese Dinge wirklich glücklich? Für eine kurze Zeit vielleicht schon. Aber wer nach wirklichem, langanhaltendem Glück sucht, der findet es woanders. Tiefe menschliche Beziehungen, Familie und Freundschaft vermitteln eine ganz andere Dimension von Glück.

„Alle Menschen wollen glücklich sein.“ Treffender könnte man die Befindlichkeit unserer Zeit nicht charakterisieren.

Bücher und Zeitschriften sind voll mit Glücksrezepten und die ganze Werbung verspricht Glück, egal ob sie ein Wellness-Wochenende oder eine Waschmaschine verkaufen will.

Es gibt Glücksseminare und Glückstrainer. Und immer mehr Schulen setzen inzwischen Glück als Unterrichtsfach auf den Lehrplan.

Der Satz „Alle Menschen wollen glücklich sein“ stammt übrigens nicht von einem Gesellschaftsanalytiker unserer heutigen Zeit, sondern von einem Philosophen der Antike: von Aristoteles.

Dass Menschen glücklich sein wollen, liegt im Innern unseres Menschseins. Aber kaum jemals wurde so viel dafür getan, das Glück zu finden wie heute. Vom Zwang, glücklich zu sein, warnen Psychologen heute sogar.

Je mehr wir uns auf das Glück konzentrieren, desto weniger erreichen wir es, so scheint es. Irgendwas läuft da falsch. Vielleicht ist das Glück zu wichtig geworden. Oder wir drehen uns zu sehr um das Glück und verlieren alles andere aus dem Blick. So sehr, dass wir das Glück gar nicht bemerken, wenn es da ist.

Alexandra, eine junge Frau, die wir im Rahmen unserer Forschung befragt haben, erzählt: „Ich war in meinem Leben so sehr mit der Suche nach Glück beschäftigt, dass ich nicht gemerkt habe, dass manche meiner Träume in Erfüllung gegangen sind oder gerade in Erfüllung gehen.“

Wissenschaftler aus verschiedenen Fachdisziplinen, wie zum Beispiel der Philosoph Ulrich Pothast oder der Neurologe und Psychotherapeut Professor Viktor Frankl oder der Gehirnforscher Manfred Spitzer haben gezeigt, dass das Glück ein Nebenprodukt ist. Deshalb müssen wir unseren Blick wieder auf andere Dinge richten.

Man kann das Glück nicht erzwingen, aber man kann gute Bedingungen für ein zufriedenes Leben schaffen. Dazu gehören vor allem zwei Dinge: zum einen Familie und Freundschaft und zum anderen eine befriedigende Tätigkeit. Das erleben wir ja oft selbst: Wenn wir mit jemandem zusammen sind oder etwas tun, dann spüren wir auf einmal Glück, ohne dass wir es bewusst gesucht haben.

Sandra eine junge Frau, die wir im Rahmen unserer Forschung interviewt haben, erzählt: „Ich hatte vor kurzem so einen absoluten Glücksmoment: Es waren die ersten, schönen Frühlingstage, ich war mit einer Freundin in der Stadt spazieren, es war warm und sehr sonnig. Wir haben uns also ein gemütliches Plätzchen ausgesucht und uns in die Sonne zum Kaffeetrinken gesetzt.

Eigentlich ist nichts weiter passiert, wir haben uns sehr gut unterhalten und gemeinsame Pläne wegen unserer bevorstehenden Neuseeland-Reise geschmiedet. Ich war plötzlich so euphorisch und habe mich einfach sehr glücklich gefühlt.“

Das sind Glücksmomente, die man nicht planen kann, sondern von denen man einfach überrascht wird.

Bei Clubs wie Innerwheel, Zonta, Lions und Rotary kommen die beiden wesentlichen Glücksquellen zusammen: Beziehungen leben und etwas Sinnvolles zu tun. Das sind schon sehr gute Voraussetzungen für das Glück.

Doch zurück zu unserem heutigen Glücksverständnis. Glück ist für unser Leben wichtig. Das steht außer Frage. Aber wir haben heute so einen hohen Anspruch an das Glück. Das ist unrealistisch und kann uns unglücklich machen. Der Philosoph Wilhelm Schmid schreibt, dass man auch aufgrund von Begriffen krank werden kann, z.B. wenn man unter Glück ein Dauerwohlgefühl versteht. Dann jagt man von einem Glücksmoment zum anderen.

Stellen Sie sich vor, Sie bekämen jeden Tag Ihr Lieblingsessen vorgesetzt. Die ersten drei Tage würde es Ihnen vielleicht noch schmecken. Aber dann? Nach einer Woche wäre es wahrscheinlich Ihr Lieblingsessen gewesen. Man ignoriert, dass es Auszeiten vom Glück gibt. Glück ist ein Kontrasterlebnis. Wenn man wissen will, wie sich Glück anfühlt, dann muss man auch das Unglück kennen oder das Mittelmaß, wenn das Leben ganz normal dahinplätschert, ohne Höhen und Tiefen.

Und dann gibt es noch etwas anderes, was uns bei der Glückssuche unglücklich macht: Wenn man sich vergleicht. Meistens vergleichen wir uns ja nicht mit Menschen, denen es schlechter geht, sondern mit denen, die es besser haben und vor allem mit denen, die glücklicher sind. Aber da kann man sich sehr täuschen, denn wir bekommen ja oft nur einen Ausschnitt zu sehen. Ganz besonders deutlich wird das in den Sozialen Medien. Wenn man auf Facebook schaut, sieht man fast nur glückliche Menschen. Die Scheidung wird selten auf Facebook gepostet, die neue Liebe schon. Wenn man seinen Arbeitsplatz verliert, wird das auch nicht mitgeteilt, aber

der berufliche Erfolg wird glücklich präsentiert. Dazu kommen noch Bilder vom Urlaub oder von Festen, also alles was nach Glück aussieht.

Der hohe Anspruch an das Glück kommt daher, weil wir in einer Mediengesellschaft leben. Auch im Fernsehen und in der Werbung werden uns lauter glückliche Menschen gezeigt. Manchmal auch unglückliche, die aber am Schluss doch glücklich sind.

Ein glückliches Leben bedeutet für viele, erfolgreich zu sein. Zum guten Durchschnitt zu gehören, ist heute nicht mehr gut genug. Früher hat man sich mit der Nachbarin oder der Kollegin verglichen und ist dabei ganz gut weggekommen, heute ist der Maßstab die Bundeskanzlerin oder Germanys Next Topmodel, je nach Interesse oder Talent. Der Bewerberinnenandrang bei Germanys Next Topmodel ist riesig, der bei der Bundeskanzlerin etwas kleiner, was aber die Chancen auf diesen Posten nicht aussichtsreicher macht. Unsere Vorstellung von Glück ist von Erfolgen geprägt, die in den Medien gezeigt werden: Olympia-Sieger, Schönheitsköniginnen oder Frauen und Männer in Führungspositionen.

Früher war das anders. Da hatte man ein realistischeres Bild von Glück. Man hat gesehen, wie das Leben wirklich ist. Der Glücksanspruch war nicht so hoch wie heute. Das möchte ich an zwei Glückssymbolen verdeutlichen: Zum einen das Hufeisen. Heute hängen wir das Hufeisen mit der Öffnung nach oben auf, damit das Glück hineinfällt. Und wenn es drinnen ist, soll es auch nicht wieder herausfallen. Früher hingegen hingte man das Hufeisen mit der Öffnung nach unten auf. Das Böse sollte dadurch nicht von unten hoch kommen. Das heißt, man war zufrieden, wenn alles seinen normalen Gang ging, die Menschen und Tiere gesund waren und die Ernte nicht durch Hagel oder Trockenheit zerstört wurde.

Auch das vierblättrige Kleeblatt zeigt den Wandel des Glücksverständnisses. Früher musste man lange suchen, bevor man ein vierblättriges Kleeblatt gefunden hat – und man musste ein bisschen Glück haben. Das vierblättrige Kleeblatt war eine seltene Erscheinung. Wenn wir heute ein vierblättriges Kleeblatt haben wollen, gehen wir in den Laden und kaufen es, gleich in einem ganzen Topf. Dass Glück nicht ständig verfügbar ist, wussten die Menschen früher.

Wir hingegen haben den Anspruch, dass das Glück jederzeit verfügbar ist. Notfalls versuchen wir es zu kaufen.

Weil Glück für uns Menschen so wichtig ist, beschäftigt sich auch die Wissenschaft mit Glück. In den USA gibt es schon lange einen Forschungsbereich über Glück. Bei uns ist es erst seit einigen Jahren aufgekommen. Es gibt auch eine Fachzeitschrift für Glücksforschung: Journal of Happiness Studies.

Mit Glücksforschung beschäftigen sich viele verschiedene Fachdisziplinen: Philosophie, Psychologie und Theologie. Sogar die Wirtschaftswissenschaftler forschen über das Glück. Bei ihnen geht es vor allem darum, welchen Einfluss Geld auf das Glück hat. Oder materielle Dinge. Um es Ihnen gleich zu sagen. Geld macht auf Dauer nicht glücklich, – wenn man genug für sein tägliches Auskommen hat. Das liegt daran, weil man sich an materielle Dinge so schnell gewöhnt.

Wenn wir wissen wollen, was wirklich glücklich macht, sollten wir andere Menschen fragen, wie sie Glück erleben, empfiehlt einer der renommiertesten Glücksforscher, der Harvard-Professor Daniel Gilbert. Im Glückserleben sind wir einander ähnlicher als wir es wahrhaben wollen. Und genau das haben wir bei uns an der Uni gemacht. In einem Seminar habe ich zusammen mit meinen Studenten und Studentinnen ganz unterschiedliche Männer und Frauen befragt: „Was ist für Sie Glück? Erzählen Sie es anhand eines Glückserlebnisses.“ Am Ende des Semesters hatten wir mehr als 700 Geschichten. Zusätzlich habe ich noch einige biographische Interviews geführt, weil ich nicht nur nach Glücksmomenten gesucht habe, sondern wissen wollte, was ein erfülltes Leben ausmacht.

Was macht nun glücklich? Ein neues Auto oder eine neue Handtasche? Schönheit? Erfolg? Auch wenn wir insgeheim wissen, dass diese Dinge auf Dauer nicht glücklich machen, konzentrieren sich viele Menschen darauf, genau dort das Glück zu suchen. Das liegt vielleicht daran, weil diese Dinge tatsächlich einen Glücksmoment hervorrufen. Aber eben nur einen Moment

lang. Und dann denkt man: Richtig glücklich wäre ich, wenn ich zu der Handtasche auch noch die passenden Schuhe hätte. Der schweizerische Ökonom und Glücksforscher Bruno Frey sagte, dass Menschen immer wieder denselben Fehler machen: Sie unterschätzen das Glück, das ihnen Freundschaften bringen und überschätzen das Glück, das ihnen materielle Güter bringen.

Auch das Glück des beruflichen Erfolgs wird überschätzt. Natürlich ist es schön, wenn etwas gelingt, wenn man Erfolge hat. Und es ist bereichernd im Leben, wenn man seine Fähigkeiten einbringt. Das ist ja auch wichtig. Und in höheren Positionen hat man einen größeren Einfluss und kann auch viel Positives bewirken, aber die Prioritäten müssen dennoch klug gesetzt werden. Wenn man seine ganze Zeit nur der Karriere widmet und man keine Zeit mehr für Familie und Freunde hat, dann verzichtet man auf eine entscheidende Glücksquelle. Denn Erfolg macht nur dann glücklich, wenn auch jemand da ist, der sich mit einem freut. Wenn man auf die Beförderung nur noch mit den Kollegen anstoßen kann, weil einem die Freunde auf dem Weg zur Spitze abhandengekommen sind, dann ist das nicht glücksfördernd. Sehr aufschlussreich ist das, was der Palliativmediziner Gian Domenico Borasio, Professor an der Universität Lausanne, gesagt hat: „Erst im Angesicht des Todes erkennen viele, worauf es wirklich ankommt, und in den seltensten Fällen waren das dann berufliche Erfolge.“

Bevor ich studiert habe, war ich Krankenschwester. Da wird man oft mit dem Tod konfrontiert. Und ich erinnere mich noch besonders an einen Fall, der mir sehr nahe gegangen ist: Der Patient war Mitte 50 und hatte Krebs. Er war beruflich erfolgreich und wohlhabend, aber bekam kaum Besuch. In der Nacht, als er starb, war niemand da. Ich habe mich deshalb immer, wenn ich während der Nachtschicht Zeit hatte – ich war alleine auf der Station – zu ihm ans Bett gesetzt und seine Hand gehalten. Es hat mir so leidgetan, dass er in seinen letzten Stunden so alleine war.

Wenn man das Leben vom Ende her betrachtet sieht man oft, was wesentlich im Leben ist. Und das sind gute Beziehungen. An materielle Dinge und Erfolg gewöhnt man sich, aber die Begegnungen mit Menschen sind immer wieder neu und immer wieder anders. Der Glücksforscher und Wirtschaftsnobelpreisträger David Kahneman antwortete auf die Frage, ob sich Glück steigern lässt: Ja, das sei möglich. Und zwar, indem man mehr Zeit mit Freunden oder der Familie verbringt. Daran würde man sich nie „gewöhnen“. Er sei glücklich, wenn er mit seinen Enkelkindern zusammen sei.

Es sind also Familie und Freundschaften, die glücklich machen. Auf lange Sicht! Denn in Beziehungen erlebt man nicht nur Glück, sondern auch Krisen. Man streitet sich, man verletzt sich oder man macht sich Sorgen.

Ich habe in München eine Ausstellung über Hundertjährige besucht. Dort waren große Porträtfotos und Zitate von Frauen und Männer, die über hundert Jahre alt waren. Und da war ein Zitat, das mich besonders angesprochen hat: „Ich habe erst aufgehört, mir Sorgen zu machen, als meine Kinder ins Altersheim gingen.“ Die Beziehungen zwischen Eltern und Kinder sind oft konfliktgeladen, aber die Verbundenheit ist sehr stark und hält lebenslang an, wie man hier sieht.

Für langjährige Freundschaften gilt auch das, was der Psychologe und Paartherapeut Arnold Retzer über das Wunder der langjährigen Ehe geschrieben hat. Er sagt, dass man Glück nicht zur Zielgröße der Beziehung machen sollte. Auch eine Freundschaft ist völlig überfordert, wenn man für das Glück des anderen verantwortlich ist. Aber weil für uns das Wohlgefühl heute so wichtig ist, suchen viele die Freunde danach aus, ob sie einen glücklich machen. Die Literaturwissenschaftlerin Iris Radisch fordert eine kritische Betrachtung unseres heutigen Glücksverständnisses. Sie sagt: „Glück ganz für sich allein? Meine Großmutter hätte gar nicht gewusst, wovon die Rede ist.“ Glück meint also auch das Glück der anderen. Dafür setzen sich auch unsere Clubs ein. Mitmenschlichkeit hat einen hohen Wert für uns.



Ein anderer wichtiger Punkt, den Arnold Retzer erwähnt, ist, dass eine Beziehung nur dann lange andauern kann, wenn man sich gegen den Zeitgeist stemmt. Wenn heute etwas nicht funktioniert, wird kaum Zeit investiert, es zu reparieren. Es wird weggeworfen. Auch bei Beziehungen trennt man sich heute eher, als dass man Energie und Zeit in die Beziehung steckt, um die Krise zu bewältigen.

Freundschaften müssen gepflegt werden. In unseren Clubs ist das selbstverständlich. Man sieht sich regelmäßig und tauscht sich aus. Bei privaten Freundschaften ist das manchmal schwierig. Im Laufe eines Lebens sammeln sich so manche Freundschaften an. Weil Mobilisierung in unsere Gesellschaft heute so wichtig ist, sind die Freunde oft in der ganzen Welt verstreut. Junge Leute haben Freunde bei ihrem Auslandsaufenthalt gewonnen oder man zieht wegen der Arbeitsstelle in eine andere Stadt. Dann ist es besonders wichtig, die Freundschaft zu pflegen. Manche Freundinnen entwickeln bestimmte Rituale. So wie die Studentin Laura. Sie erzählt: „Ich schreibe mir mit meiner besten Freundin, die 350 km weit weg wohnt, fast wöchentlich eine Karte mit irgendwelchen lustigen Motiven. Das gehört für mich zum Highlight eines Tages, wenn ich wieder mal eine Karte für mich in meinem Briefkasten finde und auch, wenn ich an einem Kartenständer stehe und eine passende Karte für sie finde.“

Das ist eine besonders nette Geste, dem anderen eine Karte zu schreiben. Man bekommt heute ja nicht mehr viele persönliche Briefe und Karten. Aber auch die modernen Medien haben ihr Gutes: Sie erleichtern es, Freundschaften zu pflegen. Mit WhatsApp und Skype ist es sehr unkompliziert, sich mit dem anderen auszutauschen.

Wenn man nicht viel Zeit hat, ist es trotzdem wichtig, den anderen einfach mal zu fragen, wie es ihm geht. Markus ein junger Mann erzählte uns als Glücksmoment: "Ich arbeite viel und habe allgemein wenig Zeit, mich mit meinen Freunden zu treffen. Dadurch erkennt man sehr schnell, wer die richtigen Freunde sind und welche immer zu einem stehen, auch wenn man teilweise zeitlich sehr eingeschränkt ist. Erst neulich war so eine Situation. Da hat mich ein guter Freund bei meiner Arbeit besucht und gemeint, wenn ich keine Zeit hätte, dann würde er

mich wenigstens bei meiner Arbeit besuchen. Darüber war ich einfach nur glücklich und zufrieden.“

Bei jungen Menschen wechseln die Freundschaften noch häufig. Erst mit den Jahren kristallisiert sich heraus, welche Freundschaften besonders beständig sind. Wenn man viele Jahre gemeinsam verbracht hat, schweißt das eine Freundschaft zusammen. Und dann macht nicht nur das Zusammensein glücklich, sondern auch die Erinnerung an die Zeit, die man gemeinsam verbracht hat. Irene, eine 43jährige Verkäuferin, erzählte uns: „Ich war im letzten Urlaub mit einigen Freundinnen in Kroatien. Allein schon der Gedanke, die Erinnerung daran macht mich glücklich.“

Man sieht hier ein interessantes Phänomen. Glück bezieht sich nicht nur auf den Moment, in dem man Glück erlebt, sondern entsteht auch, wenn man sich an schöne Dinge erinnert. Bei unserer Befragung haben einige gesagt, dass sie jetzt gerade glücklich seien, weil sie einen vergangenen Glücksmoment erzählen. Wir haben also die Menschen bei unserer Forschung glücklich gemacht.

Eine gute Strategie für das Wohlbefinden ist, sich im Leben die schönen Glücksmomente zu bewahren. Übrigens macht auch Vorfreude glücklich, zum Beispiel, wenn man sich auf Freunde freut, die man schon lange nicht mehr gesehen hat.

Das Glück der Freundschaft wird auch dann besonders spürbar, wenn man gemeinsam etwas unternimmt. Ganz besonders, wenn man gemeinsam einer Leidenschaft nachgeht. Matteo ein 42-jähriger italienischer Ingenieur, hat uns erzählt, dass ihn vor allem seine Familie glücklich macht, aber auch das Musizieren mit Freunden: „Ich spiele gerne Bass. Wir haben mit Freunden eine Band gegründet und haben letzte Woche Konzerte gegeben. Wir machen das nicht wegen dem Geld und haben auch nur eine CD rausgebracht. Es macht uns einfach wahnsinnig viel Spaß. Wir singen auf Bayerisch, - ich verstehe Bayerisch nicht ganz gut, aber Musik ist für mich die Hauptsache. Das war mein letztes Glückserlebnis.“

Freundschaft und Zuneigung tragen entscheidend zu unserem Wohlfühl bei. Das hat unsere Studie gezeigt und wird auch von allen anderen Glücksforschungen bestätigt. Aber eigentlich wissen wir es sowieso.

Die innige Verbundenheit zwischen Menschen als Glücksquelle ist eine anthropologische Konstante. Man kann davon ausgehen, dass dies für alle Kulturen gilt und auch zu allen Zeiten so war. Eine 21-jährige chinesische Studentin hat es sehr gut formuliert: „Das Familienglück, glücklich sein mit Freunden, Glück in der Liebe können einem Menschen noch viel mehr das Gefühl geben, einen Ort gefunden zu haben, wo man hingehört, wo man geschätzt, geliebt und gebraucht wird, wo man geborgen ist und seinen Platz nicht immer wieder verteidigen und rechtfertigen muss, wo man etwas Besonderes ist, das einen von den anderen 6 Milliarden Menschen unterscheidet und uns somit wertvoll macht.“

Freundschaften sind für uns besonders wichtig, weil in der Beziehung die Einzigartigkeit jedes einzelnen Menschen sichtbar wird. Im Beruf ist man ersetzbar, aber in der Freundschaft und der Familie nicht.

Ein anderer sehr wichtiger Aspekt bei der Freundschaft ist das Gefühl der Zugehörigkeit. Sich zugehörig fühlen, ist eine wesentliche Glücksquelle. Für junge Leute ist es unwahrscheinlich wichtig, zu einer Gruppe zu gehören. Dadurch bilden sie ihre Identität.

Wir erfahren in unseren Clubs auch Zugehörigkeit. Damit haben wir schon an einer wichtigen Glücksquelle angedockt. Und auch die andere Glücksquelle finden wir in unseren Clubs. Nämlich eine sinnvolle Tätigkeit. Eine Aufgabe oder überhaupt eine Tätigkeit ist wesentlich für das eigene Wohlfühl. Man denkt oft, dass es die Freizeit ist, die einen glücklich macht. Aber die Glücksforschung kommt zu ganz anderen Ergebnissen. Arbeitslosigkeit ist der größte Glückskiller überhaupt. Glück findet man besonders bei Aufgaben, die sinnerfüllend sind. Dazu gehören Tätigkeiten, bei denen man sich für Menschen einsetzt, die nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen. Egal ob in der Freizeit oder im Beruf. Paula, eine 41-jährige Erzieherin nennt

als Glückerlebnis – neben ihrer Tochter, ihrer Familie und ihren Freunden – ihre Arbeit: „Meine Arbeit macht mich auch glücklich. Zuerst einmal, dass ich überhaupt eine Arbeit habe, ich verdiene jeden Monat mein eigenes Geld. Dann: ich habe lauter nette Kollegen, es sind auch gute Freunde darunter. Und die Personen, die ich betreue – geistig und körperlich schwerstbehinderte Erwachsene – die sind für mich ebenfalls ein Glücksgriff. Mit einigen arbeite ich seit ungefähr 22 Jahren zusammen. Da haben sich enge Beziehungen entwickelt. Es ist nicht nur so, dass die Betreuten mich brauchen, auch ich stelle immer wieder fest, wie wichtig sie für mich sind. Ein Mann in meiner Gruppe weiß genau, wann es mir nicht gut geht und versteht es, ohne Worte Anteil zu nehmen und mich zu trösten. Dass dies mein Arbeitsalltag sein darf, das macht mich sehr glücklich. Ich merke es auch heute wieder. Morgen gehen zwei Wochen Urlaub zu Ende und ich freue mich auf den morgigen Tag. Schön. Ist nicht bei jedem so.“

Was Paula glücklich macht, ist nicht nur, dass sie für andere Menschen da ist, die ihre Hilfe brauchen, sondern auch, dass sie eine lebendige, enge Beziehung zu ihnen hat. Man sieht an diesem Beispiel sehr gut, wieviel wieder zurückkommt, wenn man sich für andere Menschen engagiert. Wenn wir uns in unseren Clubs für andere Menschen einsetzen, erleben wir auch, dass sehr viel zurückkommt. Altruismus, so sagen die Glücksforscher, ist eine sehr ergiebige Glücksquelle. Sich für andere einzusetzen, ist eine Aufgabe, die Sinn macht. Und Sinn – das ist das, was Menschen sich eigentlich wünschen, wenn sie nach Glück suchen. Wenn wir nämlich genauer betrachten, was hinter dem großen Glücksboom steckt, dann wird schnell deutlich, dass es die Sehnsucht nach Lebenssinn ist.

Das Institut für Demoskopie Allensbach hat eine Umfrage durchgeführt und die Menschen befragt: Was ist für Sie der Sinn des Lebens. Sehr viele haben gesagt: „Glücklich zu sein.“ Bei einer früheren Umfrage haben die Menschen häufig gesagt: „Für andere Menschen da zu sein.“ Der Sinn des Lebens ist eine existentielle Frage und dieser erschließt sich am leichtesten über das Glück. Solange man glücklich ist, fragt man nicht nach dem Sinn des Lebens, denn der Sinn ergibt sich von selbst. Ein glücklicher Mensch weiß und spürt, dass sein Leben einen Sinn hat.

Unglückliche Menschen hingegen stellen sich häufig die Frage: Was hat mein Leben noch für einen Sinn?

Sinn bedeutet Zusammenhang. Wir sagen: „Das macht Sinn“, wenn wir einen Zusammenhang erkennen.

Den Lebenssinn im Glück zu suchen, ist eine sehr riskante Angelegenheit. Denn wenn das Glück nicht spürbar ist, kommt auch der Lebenssinn ins Wanken. Was einem Leben wirklich Sinn gibt, ist das gesamte Leben mit seinen Höhen und Tiefen anzunehmen. Also auch die Zeiten zwischen dem Glück. Krisen geben dem Leben eine Richtung. Die Zusammenhänge erkennen wir oft erst im Rückblick.

Sinn machen auch Freundschaften, denn durch sie entsteht ein Zusammenhang, eine Verbindung zwischen den einzelnen Menschen. Das bereichert unser Leben. Und das ist eine ganz andere Dimension von Glück. Vor allem dann, wenn man einen Blick für andere hat, die man unterstützen kann. Sie im Inner Wheel-Club werden dieses Glück der Freundschaft immer wieder erleben.

Ich gratuliere Ihnen sehr herzlich zu Ihrem Jubiläum und wünsche Ihnen auch für die Zukunft, dass Sie dieses besondere Glück der Freundschaft immer wieder erfahren.

*Dr. Annegret Braun*