

## Weg-Wort vom 10. Juli 2024

Wir wünschen Ihnen einen guten und gesegneten Tag!  
Die Seelsorger und Seelsorgerin der Bahnhofkirche

Bahnhofkirche  
Postfach, 8021 Zürich  
Tel. 044 211 42 42  
info@bahnhofkirche.ch  
www.bahnhofkirche.ch

*Das Weg-Wort –  
Werktagsgedanken aus der Bahnhofkirche Zürich*

### Glück steckt an

Blicken Sie hoffnungsvoll in die Zukunft? Geniessen Sie das Leben? Haben Sie das Gefühl, dass Sie genauso gut sind wie andere Menschen? Anhand dieser Fragen soll sich ziemlich genau bestimmen lassen, ob ein Mensch glücklich ist oder nicht.

Was Glück genau bedeutet, muss wohl jeder für sich selbst definieren. Doch obwohl es sich beim Glück um etwas sehr Individuelles handelt, ist es Gegenstand wissenschaftlicher Forschung. Manchmal findet man sogar durch Zufall etwas übers Glück heraus. So geschehen bei der Framingham-Herz-Studie, die 1948 startete. Diese ist eigentlich dazu angelegt, Risikofaktoren für kardiovaskuläre Erkrankungen zu erforschen. Es liegen umfangreiche Daten vor, die sich über mehrere Generationen erstrecken und in denen es auch um das allgemeine Wohlbefinden der Probanden geht. Vereinfacht gesagt, kann aus dieser Studie nun folgendes abgeleitet werden: Wir alle leben in sozialen Netzen, in denen sich das Gefühl von Glück dynamisch verbreitet (übrigens auch das des Unglücks, wenn auch wesentlich langsamer). Die Forscher konnten erkennen, dass es Familien und ganze Kohorten gibt, die über Generationen hinweg glücklich sind. Glück – so folgern die Forscher daraus - ist nicht nur ein individuelles, sondern auch ein kollektives Phänomen. Es besteht höchste Ansteckungs-«Gefahr». Die Wahrscheinlichkeit, sich glücklich zu fühlen, steigt signifikant, wenn man von Menschen umgeben ist, die ebenfalls glücklich sind.



Bild: Pexels

Ich finde es eine schöne Vorstellung, dass mein eigenes Glücksgefühl dazu beitragen kann, andere Menschen glücklich zu machen. Da hatte Albert Schweitzer wohl mehr als recht, als er den Satz sagte: «Das Glück ist das einzige, das sich verdoppelt, wenn man es teilt.»