

Vorwort

ALLE MENSCHEN WOLLEN GLÜCKLICH SEIN. Deshalb hat es in der Geschichte der Menschheit auch immer »Glücksexperten« gegeben – Laotse, Konfuzius, Epikur bis hin zu den Philosophen der Aufklärung. Diese – wie etwa Francis Hutcheson (1694–1726) – forderten Glück auch als politische Aufgabe ein: »Das größte Glück der größten Zahl«. Dieser Gedanke wurde in die Unabhängigkeitserklärung der Vereinigten Staaten von Amerika als *pursuit of happiness* aufgenommen: das Streben nach Glück als unabänderliches, gottgegebenes Recht jeden Amerikaners.

Es ist schwierig zu vergleichen – und schon gar nicht zu messen –, aber: Die Menschen sind im Lauf der Zeiten im Auf und Ab von Goldenem Zeitalter und Apokalypse wohl kaum glücklicher geworden.

Weder ein Lottogewinn noch Leistungserfolge machen nachhaltig glücklich. Umgekehrt führt ein Schicksalsschlag nicht zwingend ins Unglück: Die Anpassungsfähigkeit der Menschen ist so hoch, dass sich der jeweilige »Glückspegel« nach einiger Zeit oft wieder auf das alte Maß einpendelt. Nach einem Schicksalsschlag beträgt diese Zeitspanne etwa 1 – 1½ Jahre.

Ein Schlüssel zum Glück liegt jedoch sicherlich in der Gemeinschaft. Das belegen neuere Erkenntnisse aus unterschiedlichen wissenschaftlichen Feldern wie der Neurobiologie und der Sozialkapitalforschung. Hier zeigt sich, dass Gemeinschaft mit Gesundheit und Glück eng verbunden ist. Das war immer schon so. Doch erst seit man diese Zusammenhänge auch messen kann – in der Neurobiologie mit bildgebenden Verfahren, in der Sozialkapitalforschung anhand von quantitativen Befragungen –, erfahren soziale Beziehungen als *Sozialkapital*¹ eine entsprechende Aufmerksamkeit. Gute gelingende Beziehungen sind aber keine Glückssache;

[1] Wörtlich aus dem Lateinischen »socialis« = gemeinschaftsbildend; »socius« = Freund, Verbündeter. Kapital von »caput, capitalis« = den Kopf bzw. das Leben betreffend. Die wörtliche Bedeutung trifft den Kern: Die Gemeinschaft ist das Kapital – der Wert – einer Gesellschaft.