

Helmut Fink, Rainer Rosenzweig (Hg.), *Hirn im Glück. Freude, Liebe, Hoffnung im Spiegel der Neurowissenschaft*, Kortizes Nürnberg 2020, 204 S., ISBN 978-3-948787-03-5, 19,80 EUR, E-Book: 978-3-948787-04-2, 14,99 EUR

„Das Streben nach Glück“ ist eines der in der amerikanischen Verfassung garantierten Grundrechte. Was genau darunter zu verstehen ist, ist im Deutschen nicht so leicht nachvollziehbar, denn die deutsche Sprache hat einen Mangel: die Ununterscheidbarkeit von *happiness* und *luck*. Die Unterschiede dieser Formen des Glücks, z.B. deren neuronale Entstehung und deren Auswirkungen auf das individuelle und soziale Leben, waren das Thema eines Symposiums, das vom Institut für populärwissenschaftlichen Diskurs Kortizes im April 2019 in Nürnberg veranstaltet wurde. Der Titel und die vom Herausgeber dem Band vorangestellten Informationen erhellen die Bandbreite der hier zusammengestellten Artikel, die sich alle mit dem Hauptziel des menschlichen Lebens befassen – der Suche nach dem Glück.

In diesem Buch haben Experten unterschiedlicher Fachrichtungen auf diese Glückssuche bezogene Untersuchungs- oder Forschungsergebnisse, eigene oder die anderer, vorgestellt und ausgewertet, von der Biologie über die Psychologie, Neurowissenschaft, Ökonomie bis hin zur Philosophie. So ist ein vielseitiges Bild entstanden, das das Phänomen „Glück“ facettenreich darstellt. Es wird in gewissem Sinn ein Kreis abgeschritten, von der „Biologie der Liebe“ bis hin zur philosophischen Betrachtung des Themas, die ihrerseits mit den Sätzen beginnt: „Menschliches Leben ist in jeder Beziehung körperlich. Der Körper ist nicht nur Quelle

all unserer Freuden und Leiden, sondern auch unserer Gedanken, Wahrnehmungen und Begegnungen.“ (S. 175) So werden in den Beiträgen mögliche Ursachen und Wirkungen, Folgerungen und Wechselwirkungen, Erlebnisse und Ergebnisse im Zusammenhang mit dem Glück und seiner Rolle für die menschliche Existenz dargelegt.

Die beiden ersten Aufsätze befassen sich mit dem Zusammenhang von Sexualität und Glück. Thomas Junker geht in *Die Biologie der glücklichen Liebe* der Frage nach, ob die weitverbreitete Paarbeziehung und die übliche Monogamie oder schwache Polygynie nur auf gesellschaftlichen Konventionen beruhe oder ob sie etwas mit unserer evolutionären Grundausstattung zu tun habe. In diesem Zuge prüft er unsere biologischen Voraussetzungen für die Alternativen „Standardmodell Paarbeziehung“, „Polygamie“ oder „freie Liebe“ – mit einem eindeutigen Ergebnis – und stellt dann noch die Frage nach dem „Cui bono?“. Vera Ludwig eröffnet das Untersuchungsfeld *Positive Sexualität*, ausgehend von der positiven Psychologie.

Corinna Peifer und Marek Bartzik legen ihre Untersuchungen zum *Glück im Tun* vor. Sie befassen sich mit den Komponenten Flow und Stress und arbeiten heraus, in welchem Verhältnis diese zueinander stehen sollten, damit der Flow zum Wohlbefinden beiträgt. Durch die Vorstellung einer ganzen Reihe neurowissenschaftlicher und psychiatrischer Untersuchungen zeigen Henrik Walter, Sarah A. Wellan und Anna Daniels in ihrem Beitrag *Glück im Unglück*, wie das hedonistische Glück im Gehirn wirkt, welche beobachtbaren Prozesse es auslöst – und welches die Schaltstellen sein könnten, an denen An-Hedo-

nie, szs. krankhaftes Unglücklichsein, entstehen könnte. Wie andererseits erfolgreiche Kommunikation zum Glück beitragen kann und welche biologischen – sowohl evolutionsbiologischen als auch neuronalen – Zusammenhänge es dabei gibt, das stellt Silke Anders in *Kann erfolgreiche Kommunikation glücklich machen?* dar. Eine Art Zusammenschau der verschiedenen Annäherungswege an das Glück bietet der Artikel *Das Glücks-System – Musik im Gehirn* von Stefan Kölsch. Ausgehend von der zentralen Rolle des Hippocampus für Lernen, Gedächtnis und Orientierung weist der Autor anhand verschiedener Untersuchungen nach, dass der Hippocampus außerdem bindungsbezogene Emotionen generiert. Diese seien für das Glückserleben wesentlich, die Untersuchung dieses Aspekts werde aber von der Neurowissenschaft bisher eher vernachlässigt. Seine Ausführungen zeigen einerseits die Vernetzungen des Hippocampus mit den ältesten Kortex-Anteilen und die mit dem Hormonsystem auf, andererseits die daraus resultierenden Verhaltensweisen und die davon ausgelösten Emotionen. Kölsch bezeichnet den Hippocampus als „Seele“ (S. 114), als Herzstück des menschlichen „Glückssystems“, und weist anhand weiterer wissenschaftlicher Ergebnisse nach, wie Traumata oder psychische Erkrankungen sich dort auswirken – und wie Musik bei der Linderung oder Heilung solcher Schäden eingesetzt werden kann, dank ihrer Wirkung von Neuronen(wieder-)aufbau im Hippocampus.

Um äußere Voraussetzungen des subjektiven Glücklichseins geht es im Beitrag *Interdisziplinäre Glücksforschung* des Wirtschaftswissenschaftlers Karlheinz Ruckriegel. Obwohl er quasi als Einleitung feststellt, dass materielle Glücksfixierung zu

weniger Zufriedenheit führe, weist er nach, dass dennoch Wohlfahrt und Wohlergehen wichtige Grundbedingungen des glücklichen Lebens sind. Er erinnert die Politik an die Aufgabe, die Glücksvoraussetzungen zu schaffen, wie er auch die Unternehmenskultur als wichtige Quelle von Glück oder Unglück für die Beschäftigten ausmacht.

Weniger um den Unterschied von „happiness“ und „luck“, sondern mehr um den von alters her diskutierten von „Hedonie“ und „Eudaimonia“ geht es in den folgenden zwei Aufsätzen. Judith Mangelsdorf stellt den Zustand der Resilienz als „psychisches Immunsystem“ (S. 146) vor und beschreibt Bedingungen und Möglichkeiten von dessen Wirksamkeit in ihrem Beitrag *Posttraumatisches Wachstum*. Wie es um den Weg zum Glück durch Weisheit bestellt ist, legen Eva Beichler, Imke A. Harbig und Judith Glück dar. Dabei wird deutlich, dass sich das breite und tiefe Wissen und die bestimmte, vorwiegend dankbare Haltung zum Leben, die als konstituierend für Weisheit eruiert werden, nicht „einfach so“ erwerben ließen, sondern dass dazu meist ein steiniger Weg gemeistert werden müsse.

Den Abschluss bildet der schon einleitend zitierte Artikel von Franz Josef Wetz, der sich unter dem Titel *Vergängliches Glück* mit der Körperlichkeit von Glück auseinandersetzt. Der Autor identifiziert den Körper als Grundlage für das Glück (durch Bereitstellung der Organe und Stoffe), als dessen Instrument oder Werkzeug (zur Hervorbringung der glücklichen Zustände) und als den Ort, an dem wir „die höchsten Gedanken und die tiefsten Gefühle“ (S. 175) genießen könnten. Außerdem schafft er eine Verbindung der bisher angesprochenen Glücksbegriffe in seiner Ar-

gumentation: einerseits „luck“, andererseits „happiness“, das unterteilt wird in „Glück erleben“ und „glücklich leben“. Aus Literatur und Philosophie präsentiert er anschauliche Beispiele für Gelingen und Misslingen des glücklichen Lebens, stets mit dem Blick auf die *Conditio humana*. Der vorliegende Band dokumentiert eine interessante und informative Wochenendveranstaltung, deren mögliche aufbauende Wirkung auch aus den Aufsätzen spricht. Wer an einem der angesprochenen Themen in anderen Zusammenhängen weiterarbeiten will, der findet hier gutes Basismaterial und in den Literaturangaben viele Hinweise auf weiterführende Informationen, je nach dem gewünschten Schwerpunkt. Aber auch der persönliche Nutzen dieser Lektüre ist in schwierigen Zeiten keinesfalls zu unterschätzen.

Ulrike Ackermann-Hajek (Nürnberg)