

UPF Berlin Veranstaltungsbericht:

„Was ist Glück?“

21. März 2026

Anlässlich des **Internationalen Tags des Glücks** untersuchten wir, Mitglieder und Freunde von UPF in Berlin, Aussagen von Philosophen, Denkern und Heiligen verschiedener Religionen und aus verschiedenen Jahrtausenden.



Statt Impulsvorträgen hatten die Teilnehmer die Gelegenheit, über Glück zu sprechen: jeder nahm einen Zettel mit einem Zitat – oder mehr, wenn erwünscht – las es vor, und kommentierte oder erklärte dazu aus eigener Sicht und Erfahrung.

Die Zitate stammten aus Persien (Zoroaster), Afrika, von Sokrates und Seneca, von Søren Kierkegaard und Albert Schweitzer, von Dostojewski und Leo Tolstoj und vielen mehr. Sie sprachen von Dankbarkeit, vom Jammern, von Liebe und von Gott, von Vergleichen und Unzufriedenheit, von Selbstlosigkeit und Bescheidenheit.



Am Schluss hörten wir eine Zusammenfassung der Aussagen der 87-Jahre langen „Glücksstudie“ der Harvard-Universität, die viele derselben Punkte betonte wie die Weisen von tausenden von Jahren. Ihr Fazit: gute Beziehungen bedeuten langfristiges Glück und ein langes Leben.

Abgerundet war der Nachmittag von Gitarren- und Mundharmonikamusik; wie immer saßen viele noch längere Zeit nach Programmende zum



Unterhalten zusammen. Häufiges Feedback am Ende war, dass es eine gute Idee war, dass sich jeder einbringen konnte und Teil des Inputs zum Thema Glück war!

„Glück besteht in der Kunst, sich nicht zu ärgern, dass der Rosenstrauch Dornen trägt, sondern sich zu freuen, dass der Dornenstrauch Rosen trägt.“ (Autor unbekannt)

Bericht von Gudrun Hassinen