



„Die Energie des Miteinander“

Ulrich Schnabel

„Das Besondere am Menschen ist die Fähigkeit zum gemeinsamen Denken und Handeln“, sagt Ulrich Schnabel, Bestsellerautor, studierter Physiker und Keynote-Speaker beim „Kongress Christlicher Führungskräfte“ Göttweig 2024 als eine erste Assoziation zum Begriff „Das Wesentliche“ fest. Als „wesentlich Menschliches“ hebt er hervor, dass Wissen von einer Generation zur nächsten weitergegeben werden kann. Faszinierend und das Besondere der menschlichen Gesellschaft - im Unterschied zu Ameisen- oder Bienenstaaten - ist für ihn, dass Menschen ihre Systeme ändern: sie können Herrscher stürzen und Demokratien etablieren oder auch vollkommen neue Gesellschaftssysteme errichten.

Die Frage, wie wir Krisen und Transformationsprozesse am besten bewältigen, beschäftigt den 1962-Geborenen schon lange. Seit mehr als 30 Jahren ist er als Wissenschaftsredakteur der Wochenzeitung „Die Zeit“ in Hamburg tätig. „Gemeinschaft“ und „gemeinschaftliches Handeln“ sind Kernaussagen seiner Publikationen und Vorträge.

„Menschen haben eine große Fähigkeit, gemeinsam Dinge zu tun, zu gestalten und sie immer wieder auf eine neue Weise zu gestalten“, betont Schnabel. Daher sei auch das Gefühl der sozialen Zugehörigkeit essenziell. Die Fähigkeit, gemeinschaftlich zu denken, habe daher auch eine wichtige medizinische Tangente, physisch wie psychisch. „Nach Operationen werden Menschen schneller gesund, wenn sie ein gutes soziales Umfeld haben. Und umgekehrt muss man leider sagen, dass Einsamkeit regelrecht krank macht. Soziale Zuwendung müsste man daher eigentlich auf Rezept verschreiben!“, hält er fast nachdenklich fest. Ulrich Schnabel zitiert Studien, die zeigen, dass Menschen weniger Schmerzen empfinden, wenn ihnen ein geliebter Mensch die Hand hält.

„Gelungene soziale Beziehungen sind der Schlüssel für Zufriedenheit im Leben“, davon ist der studierte Physiker überzeugt. Das würden auch Langzeitstudien aus Harvard belegen. Erfolg, Geld, Anerkennung, Besitz, Reichtum etc. wurden in Bezug auf die Lebenszufriedenheit abgefragt. „Und am Ende waren es genau zwei Faktoren, die sich als entscheidend herauskristallisiert haben: Gesundheit und gelungene soziale Beziehungen!“, hält Ulrich Schnabel fest. „Es gibt eine ganze Menge an Menschen, die so viel wirtschaftlichen Erfolg haben, dass sie kaum Zeit finden, um sich um ihre Freunde zu kümmern. Aber was haben sie dann von ihrem Erfolg?“

Wesentlich seien die Rahmenbedingungen für gemeinschaftliches Zusammenleben: „Wenn ich in einem Land lebe, das zum Beispiel Meinungs- und Glaubensfreiheit garantiert sind, dann kann ich auch individuelle Freiheit ausleben. Ich brauche sozusagen die Stabilität der Gemeinschaft, damit ich individuell frei sein kann“, hält er fest. Und im Rahmen dieser Stabilität könne sich auch die „Energie des Miteinander“ besonders gut entfalten. „Auch wenn wir uns manchmal noch so schlapp fühlen, erleben wir im gemeinsamen Machen plötzlich eine Vitalität, die nicht aus uns, sondern die aus diesem Zusammenspiel entsteht. Und das nennt die Wissenschaft heute „soziale Energie“, also Energie, die aus einem gelungenen gemeinsamen Tun entsteht.“

Ein sehr spannendes Phänomen, bekräftigt Ulrich Schnabel und „wesentlich menschlich“. Wie das gemeinsame Denken und Handeln sowie die Fähigkeit, sich in andere einfühlen zu können. „Das ist es, was uns Menschen wesentlich ausmacht!“



Ulrich Schnabel ist Bestseller-Autor, Redner und seit über 30 Jahren Redakteur im Ressort Wissen der Wochenzeitung DIE ZEIT in Hamburg. Er studierte Physik und Publizistik und beschäftigt sich häufig mit Themen im Grenzgebiet zwischen Natur- und Geisteswissenschaft.

Gegenwärtig widmet er sich insbesondere der Frage, wie wir Krisen und Transformationsprozesse am besten bewältigen. Seine Arbeit wurde mehrfach preisgekrönt, seine Bücher wie "Muße" oder "Zuversicht" wurden Longseller. Zuletzt erschien von ihm "Zusammen. Wie wir mit Gemeinsinn globale Krisen bewältigen". Näheres: www.ulrichschnabel.de