

## „Das Glück liegt in den kleinen Dingen“

Sylvia Heim referiert beim Frauenfrühstück über Zufriedenheit – Zukunft der Veranstaltung ungewiss

**Zweimal im Jahr lädt die Evangelische Kirchengemeinde Wendlingen zum Frauenfrühstück ein und stellt dabei psychologische und theologische Themen in den Mittelpunkt. Am Samstag referierte Sylvia Heim unter dem Titel „Zufriedenheit – Spiegel meiner Seele?“ über das Lebensglück. Der Fortbestand der Traditionsveranstaltung steht jedoch unter einem unsicheren Stern.**




VON ANNA-MADELEINE METZGER

**WENDLINGEN.** Wenn sich über 100 frisch gestärkte Frauen über ihre ganz persönliche Zufriedenheit mit ihrem Leben unterhalten, kann es schon mal laut werden: „Wie in einem Bienennest“, scherzte Diakonin Elisabeth Schoch-Fischer. Jede Dame hatte einen kleinen Spiegel auf ihrem Teller liegen, denn die Albershäuser Dozentin für Fremdsprachen und berufliche Fortbildung, Sylvia Heim, hatte ihren Vortrag über Zufriedenheit unter den Titel „Spiegel meiner Seele“ gestellt.

Nach diesem angeregten Austausch der Frauen über individuelle Gründe, Glück zu empfinden und Zufriedenheit mit den Lebensumständen – Heim nannte hierfür Faktoren wie Partnerschaft, Familie, Gesundheit, Beruf, Freizeit und Glaube – ergriff die 43-Jährige selbst das Wort. Ihr Rezept für Zufriedenheit ist simpel: Man muss sein Glück nur erkennen, denn es lauert überall. „Viele Menschen warten auf einen Zeitpunkt in der Zukunft, an dem sie endlich glücklich sein würden“, so die Referentin. Das sei aber grundlegend falsch, denn Glücksgefühle ergeben sich im Hier und Jetzt. „Die kleinen Dinge machen glücklich, wenn man sie nur wahrnimmt. Das Geheimnis liegt darin, Glücksmomente zuzulassen und sie mit einem Lächeln zu genießen“ – klingt zunächst ganz einfach. Doch auch Sylvia Heim kennt sie, diese glücksraubenden Faktoren, die einen neidisch machen auf das neue Auto des Nachbarn oder den beruflichen Erfolg des Kollegen. Daran solle man jedoch erst gar keinen Gedanken verschwenden: „Man kann auch über Dinge nachdenken, die einen stolz und dankbar machen.“ Frauen, das hat die Referentin häufig beobachtet, ließen sich durch ihre Vergangenheit verunsichern. „Stattdessen sollten Sie sich erreichbare Ziele setzen und diese mit Willen und Mut angehen“, wandte sie sich an ihr weibliches Publikum.

Auch dieses Mal bereitete das Frühstück, das musikalisch virtuos von dem Wendlinger Klavierschüler Felix Glang umrahmt wurde, den Frauen große Freude, es bietet ihnen eine Plattform zum Austausch mit Gleichgesinnten und zur Beschäftigung mit wichtigen Themen des Lebens und Glaubens. Umso trauriger gestaltete sich der Abschluss, als Diakonin Schoch-Fischer die Streichung ihrer Stelle im Frühjahr 2012 ankündigte. Damit ist auch die Zukunft des Frauenfrühstücks ungewiss: „Wir haben eine breite Basis an Helfern, doch die Koordination liegt bei mir“, so Schoch-Fischer. Um den Fortbestand des seit 1994 zweimal im Jahr veranstalteten Frühstücks zu sichern, sucht die Kirchengemeinde Personen, die sich vorstellen könnten, diese Aufgabe im Ehrenamt zu übernehmen.

 Das nächste Frauenfrühstück findet am 22. Oktober 2011 statt. Wer sich eine Übernahme der Koordination ab 2012 vorstellen kann, erhält bei Elisabeth Schoch-Fischer unter (0 70 24) 5 44 47 nähere Infos.

Sylvia Heim referierte beim Wendlinger Frauenfrühstück über Zufriedenheit. amm

